

จิตวิทยาสำหรับครู

PSYCHOLOGY FOR TEACHERS



รัตนวัชร เพ็ญรัตนศิริ

จิตวิทยาสำหรับครู

Psychology For Teachers



ครูเปรียบเสมือน Learning Designer เป็นผู้สร้างสรรค์และ
แต่งเติมโลกแห่งจินตนาการให้กับผู้เรียน

“Teachers are learning creative design practices
to embellish a more interesting word or
imagination for students.”

Penrattanahiran R.

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัตนวัชร เพ็ญรัตน์
ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

จิตวิทยาสำหรับครู (PSYCHOLOGY FOR TEACHERS)

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัตนวัชร เพ็ญรัตนศิริ

พิมพ์ครั้งที่ 1 : เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2566 จำนวน 200 เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ 2 (ฉบับปรับปรุง) : เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2569 จำนวน 200 เล่ม

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

รัตนวัชร เพ็ญรัตนศิริ

จิตวิทยาสำหรับครู (PSYCHOLOGY FOR TEACHER). พิมพ์ครั้งที่ 2 (ฉบับปรับปรุง). เชียงใหม่ : ส.อินฟอร์เมชั่น เทคโนโลยี จำกัด, 2569. 323 หน้า.

1. จิตวิทยากับวิชาชีพครู 2. การแนะแนว 3. การปรึกษาเชิงจิตวิทยา 1.ชื่อเรื่อง

ISBN : 978-616-603-188-1

พิมพ์ที่

ส.อินฟอร์เมชั่น เทคโนโลยี จำกัด 6/8 ถ.หมื่นด้ามพร้าคต

ต.ช้างเผือก อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 50300

โทรศัพท์ 053-214405

โทรสาร 053-412205

ราคา 220 บาท

คำนำพิมพ์ครั้งที่ 2 (ฉบับปรับปรุง)

ตำรา “จิตวิทยาสำหรับครู” (Psychology for Teachers) เล่มนี้ จัดทำขึ้นเพื่อใช้เป็นเอกสารประกอบการเรียนการสอนในรายวิชา จิตวิทยาสำหรับครู (PG 1204) ซึ่งเป็นรายวิชาในหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ โดยมุ่งเน้นให้นักศึกษาได้พัฒนาความรู้ความเข้าใจทั้งในเชิงศาสตร์และศิลป์ของจิตวิทยา อันเป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับการประกอบวิชาชีพครู เนื้อหาของรายวิชามุ่งส่งเสริมให้นักศึกษาสามารถนำหลักการทางจิตวิทยาไปประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนการสอน การบริหารจัดการชั้นเรียน การวิเคราะห์ลักษณะและความต้องการของผู้เรียน รวมถึงการส่งเสริมศักยภาพของนักเรียนในแต่ละช่วงวัยได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนสามารถให้การดูแลช่วยเหลือนักเรียนโดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลเป็นสำคัญ

ในการจัดพิมพ์ครั้งที่ 2 นี้ ผู้เขียนได้ดำเนินการตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาโดยรวม พร้อมทั้งปรับปรุงแก้ไขรายละเอียดบางประการให้มีความชัดเจน ทันสมัย และเหมาะสมกับบริบททางการศึกษาในปัจจุบันมากยิ่งขึ้น เช่น การปรับถ้อยคำและสำนวนการเพิ่มเติมตัวอย่างประกอบการเรียนรู้ และการปรับปรุงเอกสารอ้างอิงให้สอดคล้องกับแหล่งข้อมูลล่าสุด อย่างไรก็ตาม ผู้เขียนยังคงรักษาโครงสร้าง เนื้อหา และสาระสำคัญของตำราไว้ตามเจตนารมณ์เดิม เพื่อให้เกิดความต่อเนื่องและคงคุณค่าทางวิชาการของเนื้อหา

ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่าตำราเล่มนี้ จะยังคงเป็นประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของนักศึกษา ตลอดจนผู้สนใจในศาสตร์ทางจิตวิทยาการศึกษา และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาการจัดการเรียนรู้และการดูแลผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

รัตนวัชร เพ็ญรัตนศิริ

5 พฤษภาคม 2569

คำนำ

ตำรา “จิตวิทยาสำหรับครู” (Psychology for Teachers) เล่มนี้ ผู้เขียนได้เรียบเรียงขึ้นเพื่อใช้ประกอบการเรียนการสอนรายวิชา จิตวิทยาสำหรับครู (PG 1204) เป็นรายวิชาที่จัดอยู่ในหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต ที่ทำการจัดการเรียนการสอนให้กับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ โดยรายวิชาดังกล่าวมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักศึกษามีความเข้าใจในศาสตร์และศิลป์ทางด้านจิตวิทยา สามารถนำไปปรับประยุกต์ใช้ในการประกอบวิชาชีพครูต่อการจัดการเรียนการสอน การจัดการชั้นเรียน การวิเคราะห์ผู้เรียน การส่งเสริมศักยภาพนักเรียนแต่ละช่วงวัย ตลอดจนสามารถที่จะให้การดูแลช่วยเหลือนักเรียนบนพื้นฐานความแตกต่างระหว่างบุคคล มีความมุ่งมั่นในการช่วยเหลือผู้เรียนด้วยจิตวิญญาณความเป็นครู และรายงานผลการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนได้อย่างเป็นระบบ

สำหรับขอบเขตเนื้อหาของจิตวิทยาสำหรับครู ผู้เขียนได้เรียบเรียงเนื้อหาให้สอดคล้องกับคำอธิบายรายวิชาและทักษะที่จำเป็นในการประกอบอาชีพครูในยุคปัจจุบัน ประกอบด้วยสาระสำคัญ จำนวน 7 บท ได้แก่ บทที่ 1 ความรู้พื้นฐานทางจิตวิทยากับวิชาชีพครู บทที่ 2 จิตวิทยาพัฒนาการ บทที่ 3 จิตวิทยาการศึกษา บทที่ 4 จิตวิทยาการเรียนรู้ บทที่ 5 การจัดบริการแนะแนวในสถานศึกษา บทที่ 6 ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน และ บทที่ 7 การปรึกษาเชิงจิตวิทยา ซึ่งในเนื้อหาเหล่านี้ผู้เขียนได้สอดแทรกรูปภาพ กราฟ คลิปวิดีโอ QR Code บทควมวิชาการ และบทความวิจัย เพื่อให้เนื้อหา มีความทันสมัย มีความหลากหลาย และทำให้นักศึกษาและผู้สนใจได้เข้าใจเนื้อหาได้ง่ายยิ่งขึ้น

ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่าตำราจิตวิทยาสำหรับครู จะเป็นประโยชน์สำหรับนักศึกษาและผู้สนใจสามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการพัฒนาตนเองทางวิชาชีพครู มีทักษะและความสามารถในทางจิตวิทยาต่อการนำไปประยุกต์ใช้ในการเรียนการสอนในโรงเรียนได้อย่างเหมาะสม สุดท้ายนี้ผู้เขียนขอขอบคุณความรู้ที่ได้ถวายเป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา สังฆบูชา คุณครูบาอาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชา ปิตามารดา ผู้ให้กำเนิด ตลอดจนถึงญาติพี่น้อง มิตรสหายทุกคน หากตำราเล่มนี้ขาดตกบกพร่องประการใดต้องขออภัยมา ณ ที่นี้ และผู้เขียนยินดียอมรับคำแนะนำเพื่อใช้ในการปรับปรุงให้มีความสมบูรณ์และเกิดประโยชน์อย่างสูงสุดในครั้งต่อไป

รัตนวัชร เพ็ญรัตนศิริ

25 พฤษภาคม 2566

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	(1)
สารบัญ	(3)
สารบัญตาราง	(9)
สารบัญแผนภูมิ	(11)
สารบัญแผนภาพ	(13)
บทที่ 1 ความรู้พื้นฐานทางจิตวิทยากับวิชาชีพครู	1
ความหมายของจิตวิทยา	2
ความสำคัญของจิตวิทยา	4
เป้าหมายของจิตวิทยา	4
วิธีการศึกษาพฤติกรรมของจิตวิทยา	7
ประโยชน์ของจิตวิทยา	11
จิตวิทยากับวิชาชีพครูในศตวรรษที่ 21	13
การพัฒนาตนเองให้เป็นครูที่ดี รอบรู้ ทันสมัย ทันต่อการเปลี่ยนแปลง	15
คุณลักษณะของครูที่มีประสิทธิภาพ	16
ทักษะที่จำเป็นของครูที่มีประสิทธิภาพในศตวรรษที่ 21	17
การกำกับอารมณ์ของครูในชั้นเรียน	22
แนวคิดกลุ่มทฤษฎีทางจิตวิทยา	26
1. กลุ่มโครงสร้างของจิต (Structuralism)	26
2. กลุ่มหน้าที่ของจิต (Functionalism)	26
3. กลุ่มเกสตัลท์ (Gestalt Psychology)	27
4. กลุ่มจิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis)	28
5. กลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behaviorism)	29
6. กลุ่มมนุษยนิยม (Humanism)	30
สรุปท้ายบท	32
บทที่ 2 จิตวิทยาพัฒนาการ	33
ความหมายของพัฒนาการ	34
ความสำคัญของพัฒนาการ	35
หลักการพัฒนาการ	36
ปัจจัยที่มีผลต่อพัฒนาการ	37

	หน้า
พัฒนาการแต่ละช่วงวัย	38
1. พัฒนาการช่วงวัยในระดับปฐมวัย	39
2. พัฒนาการช่วงวัยในระดับประถมศึกษา	41
3. พัฒนาการช่วงวัยในระดับมัธยมศึกษา	44
4. พัฒนาการช่วงวัยในระดับอุดมศึกษา	47
การส่งเสริมพัฒนาการการเรียนรู้	48
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการและการประยุกต์ใช้ทฤษฎี	56
1. ทฤษฎีพัฒนาการทางเพศของ Sigmund Freud	56
2. ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของ Piaget	60
3. ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของ Erikson	64
4. ทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของ Kohlberg	69
5. การประยุกต์ใช้ทฤษฎีพัฒนาการ	72
สรุปท้ายบท	76
บทที่ 3 จิตวิทยาการศึกษา	77
ความสัมพันธ์ระหว่างจิตวิทยากับการศึกษา	78
ความหมายของจิตวิทยาการศึกษา	79
ความสำคัญของจิตวิทยาการศึกษา	80
วัตถุประสงค์ของจิตวิทยาการศึกษา	83
ขอบข่ายของจิตวิทยาการศึกษา	84
การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลของนักเรียน	85
การพัฒนาเด็กที่มีความต้องการพิเศษ	87
การส่งเสริมทักษะสมองเพื่อการเรียนรู้สำหรับนักเรียน	91
การปรับพฤติกรรมในชั้นเรียน	95
สรุปท้ายบท	101
บทที่ 4 จิตวิทยาการเรียนรู้	103
ความหมายของการเรียนรู้	104
ความสำคัญของการเรียนรู้	105
องค์ประกอบของการเรียนรู้	106
ลักษณะของการเรียนรู้	107
ประเภทของการเรียนรู้	108
กระบวนการเรียนรู้	110
การถ่ายโยงการเรียนรู้	111
ประเภทของการถ่ายโยงการเรียนรู้	112

	หน้า
ปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิภาพของการเรียนรู้	115
ทฤษฎีการเรียนรู้และการประยุกต์ใช้ทฤษฎีในการจัดการเรียนการสอน	116
1. ทฤษฎีการเรียนรู้กลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behavioral Learning Theories)	116
1.1 ทฤษฎีการเรียนรู้แบบการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิก	117
1.2 ทฤษฎีความสัมพันธ์เชื่อมโยง	123
1.3 ทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบการกระทำ	126
2. ทฤษฎีการเรียนรู้กลุ่มปัญญานิยม (Cognitive-Field Theories)	132
2.1 ทฤษฎีเกสตัลท์	133
2.2 ทฤษฎีสนาม	137
2.3 ทฤษฎีเครื่องหมาย	138
2.4 ทฤษฎีการเรียนรู้ที่มีความหมาย	140
2.5 ทฤษฎีการสร้างความรู้ด้วยตนเอง	142
3. ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory)	144
สรุปท้ายบท	149
บทที่ 5 การจัดการบริการแนะแนวในสถานศึกษา	151
ความหมายของการแนะแนว	152
ความสำคัญของการแนะแนว	154
จุดมุ่งหมายของการแนะแนว	155
ปรัชญาการแนะแนว	156
หลักการของการแนะแนว	157
ประเภทของการแนะแนว	160
ขอบข่ายของงานบริการแนะแนว	162
มาตรฐานการแนะแนว	169
ความสัมพันธ์ระหว่างการแนะแนวกับการให้ความช่วยเหลือนักเรียน	170
สภาพปัญหาของนักเรียนที่ควรได้รับการแนะแนว	171
เครื่องมือทางจิตวิทยาที่ใช้ในการแนะแนว	173
การจัดการเรียนรู้กิจกรรมแนะแนว	185
เทคนิคการจัดการเรียนรู้ที่นำมาใช้การจัดกิจกรรมแนะแนว	188
บทบาทและหน้าที่ของบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับงานแนะแนวในโรงเรียน	190
จรรยาบรรณวิชาชีพของผู้แนะแนว	195
ประสิทธิผลของการแนะแนว	196
สรุปท้ายบท	198

	หน้า
บทที่ 6 ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	201
ความหมายของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	202
ความสำคัญและความจำเป็นของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	204
วัตถุประสงค์ของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	205
เจตนารมณ์และหลักการของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	206
บทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบของคณะกรรมการตามระบบ	207
กระบวนการดำเนินงานระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	210
กระบวนการและขั้นตอนในการดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ	222
การสะท้อนคิดเพื่อออกแบบดูแลช่วยเหลือและพัฒนานักเรียนเป็นรายบุคคล	227
การรายงานผลการพัฒนานักเรียนอย่างเป็นระบบ	234
บทบาทหน้าที่ของบุคลากรกับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	240
ปัจจัยที่มีผลต่อประสิทธิภาพของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	246
ประโยชน์ที่ได้จากระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	247
สรุปท้ายบท	249
บทที่ 7 การศึกษาเชิงจิตวิทยา	251
แนวคิดเกี่ยวกับการศึกษาเชิงจิตวิทยา	252
ความหมายของการศึกษาเชิงจิตวิทยา	253
ความสำคัญของการศึกษาเชิงจิตวิทยา	255
จุดมุ่งหมายของการศึกษาเชิงจิตวิทยา	256
ขอบข่ายของการศึกษาเชิงจิตวิทยา	258
หลักการของการศึกษาเชิงจิตวิทยา	261
ประเภทของการศึกษาเชิงจิตวิทยา	262
ทฤษฎีการศึกษาเชิงจิตวิทยา	267
1. การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบผู้รับการศึกษาคือศูนย์กลาง	267
2. การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบอัตถิภาวนิยม	268
3. การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบจิตวิเคราะห์	268
4. การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบเกสตัลท์	269
5. การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบพฤติกรรมนิยม	269
6. การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบวิเคราะห์สัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล	270
7. การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบวิเคราะห์ลักษณะบุคคลและองค์ประกอบ	271
8. การศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์ และพฤติกรรม	271
กระบวนการการศึกษาเชิงจิตวิทยา	272

	หน้า
ทักษะในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา	279
ระยะเวลาที่ใช้ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา	283
บทบาทหน้าที่ของผู้ให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา	284
คุณสมบัติและจรรยาบรรณของผู้ให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา	285
ผลที่เกิดจากการปรึกษาเชิงจิตวิทยา	287
สรุปท้ายบท	288
บรรณานุกรม	289
ประวัติผู้เขียน	311

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 คุณลักษณะของครูที่มีประสิทธิภาพและขาดประสิทธิภาพ	17
2 อารมณ์เชิงบวกของครูที่ส่งผลต่อนักเรียน	22
3 อารมณ์เชิงลบของครูที่มีผลต่อนักเรียน	23
4 กลยุทธ์ในการกำกับอารมณ์	25
5 สรุปกลุ่มแนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยา	31
6 สรุปพัฒนาการทางสติปัญญาตามทฤษฎีของ Piaget	61
7 ความสามารถในการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของ Kohlberg	71
8 สรุปลักษณะผลของพฤติกรรมที่เกิดจากการเสริมแรงและการลงโทษ	129
9 ขอบข่ายของการบริการแนะแนวในโรงเรียน	168
10 บทบาทหน้าที่ของผู้บริหารสถานศึกษากับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	240
11 บทบาทหน้าที่ของครูที่ปรึกษากับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	241
12 บทบาทหน้าที่ของครูประจำวิชาในระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	242
13 บทบาทหน้าที่ของครูแนะแนวกับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	243
14 บทบาทหน้าที่ของหัวหน้าระดับกับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	244
15 บทบาทหน้าที่ของนักเรียนกับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	244
16 บทบาทหน้าที่ของผู้ปกครอง/เครือข่ายผู้ปกครองกับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	245
17 บทบาทหน้าที่ของชุมชนกับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน	246
18 คุณสมบัติและจรรยาบรรณของผู้ให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา	286

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่	หน้า
1 ทักษะจำเป็นของครูที่มีประสิทธิภาพในศตวรรษที่ 21	21
2 ความสัมพันธ์ของการให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนทางด้านจิตใจ	171
3 โครงสร้างการดำเนินงานของคณะกรรมการตามระบบ	209
4 กระบวนการและขั้นตอนของระบบการดูแลช่วยเหลือแก่นักเรียน	222
5 ขอบเขตของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา	261
6 ประเภทของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา	263
7 กระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา	273
8 ขั้นตอนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา	277

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 คะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง และติดตามผลการทดลอง 1 เดือน	11
2 โครงสร้างของบุคลิกภาพ	57
3 ระดับจิตของมนุษย์ (Levels of Mind)	58
4 พัฒนาการบุคลิกภาพตามทฤษฎีของ Freud	60
5 พัฒนาการบุคลิกภาพตามทฤษฎีของ Piaget	63
6 พัฒนาการจิตสังคมตามทฤษฎีของ Erikson	65
7 พัฒนาการทางจริยธรรมตามทฤษฎีของ Kohlberg	69
8 กรวยแห่งการเรียนรู้ (Cone of Learning)	107
9 กระบวนการเรียนรู้	110
10 การทดลองการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกของ Pavlov	118
11 การทดลองการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกของ Watson	121
12 การทดลองกล่องปริศนาของ Thorndike	124
13 การทดลองการวางเงื่อนไขแบบการกระทำของ Skinner	127
14 กราฟแสดงการตอบสนองจากการให้การเสริมแรงเพียงบางครั้ง	131
15 การทดลองการเรียนรู้ของลิงชิมแปนซีของ Kohler	135
16 การทดลอง Bobo Doll ของ Bandura	145
17 ประเภทของการแนะแนว	160
18 ตัวอย่างแบบทดสอบสติปัญญาของ John C. Raven	181
19 ตัวอย่างการจัดกิจกรรมแนะแนวและแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว	188
20 บุคลากรที่เกี่ยวข้องกับงานแนะแนวในโรงเรียน	190
21 การปรึกษาเชิงจิตวิทยารายบุคคล	263
22 การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม	265
23 การปรึกษาเชิงจิตวิทยาครอบครัว	266

1

ความรู้พื้นฐานทาง
จิตวิทยากับวิชาชีพครู



บทที่ 1

ความรู้พื้นฐานทางจิตวิทยากับวิชาชีพครู

จิตวิทยาเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมและกระบวนการทำงานของจิตของมนุษย์ทุกคนบนโลกนี้ ในการดำเนินชีวิตแต่ละวันของมนุษย์จำเป็นต้องอาศัยความคิด ความรู้สึก และการตัดสินใจก่อนที่จะแสดงพฤติกรรมออกมา เมื่อเผชิญเหตุการณ์ต่าง ๆ ทั้งในด้านบวกและด้านลบของชีวิต อาชีพครูเป็นอาชีพหนึ่งที่จะต้องมียุติวิทยาในการทำงานค่อนข้างสูง เป็นอาชีพที่จะต้องเผชิญกับแรงกดดันในการทำงานเกี่ยวกับระบบการทำงานในสถานศึกษา ระบบการบริหารของผู้บริหาร ความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย การวางแผนและการจัดเตรียมการเรียนการสอนให้กับนักเรียน การประเมินผลงานเพื่อเลื่อนวิทยฐานะ การพัฒนาวิชาชีพของตนเอง การประพฤติตนให้เหมาะสมกับการเป็นครู ตลอดจนการรู้จักวิธีการสื่อสารและการมีปฏิสัมพันธ์กับนักเรียนและผู้ปกครองในเชิงบวกอยู่เสมอ ซึ่งบทบาทหน้าที่เหล่านี้ล้วนแล้วแต่มีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต ความคิด อารมณ์ และจิตใจ ฉะนั้นอาชีพครูจึงเป็นอาชีพที่จำเป็นต้องใช้ทักษะทางวิชาการและทักษะทางอารมณ์และสังคม (Hard Skills and Soft Skills) หรือศาสตร์และศิลป์ในการทำงาน ครูจึงไม่ใช่เพียงแค่เก่งในทางด้านวิชาการเท่านั้นที่จะประสบความสำเร็จในวิชาชีพครู ครูจำเป็นต้องมีศิลป์ในการทำงานหรือการเรียนการสอนค่อนข้างมาก เช่น การแสดงออกถึงความรักความเมตตา แก่นักเรียน การสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูกับนักเรียน การสร้างบรรยากาศในการเรียน การสร้างแรงจูงใจในการเรียน การเสริมแรงเชิงบวกด้วยการพูดชมเชย การให้รางวัล การควบคุมอารมณ์เชิงลบ การสร้างอารมณ์ขันในชั้นเรียน การจัดการเรียนการสอนให้นักเรียนเกิดความสุขสนุกสนานเพลิดเพลิน และการสร้างให้นักเรียนมีความสุขกับสิ่งที่ได้เรียนรู้ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นเทคนิคและวิธีการทางจิตวิทยาที่ครูทุกคนจำเป็นต้องมี เพื่อให้ นักเรียนเกิดบรรยากาศแห่งเรียนรู้และทำให้นักเรียนบรรลุเป้าหมายในการเรียนรู้

ความหมายของจิตวิทยา

คำว่า จิตวิทยา ตรงกับคำภาษาอังกฤษว่า Psychology มีสัญลักษณ์ประจำสาขาจิตวิทยาคือ Ψ (อ่านว่า ไช) มาจากรากศัพท์เดิมภาษากรีก ประกอบด้วย 2 คำ คือ “Psyche” หมายถึง จิต (Mind) หรือ วิญญาณ (Soul) และ “Logos” หมายถึง การศึกษา (Study) (Green, 2001 อ้างใน Lumen, 2020) เมื่อนำมารวมกันจึงเป็นคำว่า “Psychology” เป็นศาสตร์ที่ว่าการศึกษากับกระบวนการทำงานของจิต กระบวนการทางความคิดและพฤติกรรมของมนุษย์ด้วยกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ ได้แก่ การรับรู้ อารมณ์ บุคลิกภาพ พฤติกรรม

และรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยจิตวิทยามีความหมายรวมไปถึงการประยุกต์ใช้ความรู้กับกิจกรรมในด้านต่าง ๆ ของมนุษย์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เช่น กิจกรรมที่เกิดขึ้นในครอบครัว ระบบการศึกษา การประกอบอาชีพ และเศรษฐกิจ เป็นต้น ทั้งนี้ยังรวมถึงการใช้ความรู้ทางจิตวิทยาสำหรับการรักษาปัญหาสุขภาพจิต เพื่อทำความเข้าใจถึงจุดมุ่งหมายหรือเป้าหมายต่าง ๆ ของการแสดงออกถึงพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากตัวบุคคลและพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในสังคม ในอดีตถึงปัจจุบันมีนักวิชาการหลายคน ที่ให้ความหมายของจิตวิทยาไว้ดังนี้

Feldman (2010 : 4) ได้ให้คำจำกัดความ จิตวิทยา ว่าเป็นศาสตร์ที่ศึกษาเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมและกระบวนการทำงานของจิต ซึ่งรวมถึงความคิด อารมณ์ การรับรู้ กระบวนการให้เหตุผล ความจำ และปฏิกิริยาทางชีวภาพที่รักษาการทำงานของร่างกายให้เป็นปกติ

Coon & Mitterer (2011 : 15) ได้ให้ความหมาย จิตวิทยา หมายถึง การศึกษาเชิงวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับพฤติกรรมและกระบวนการทำงานของจิต โดยแสดงออกมาในลักษณะพฤติกรรมภายนอกและภายในของมนุษย์ เช่น การกิน การสังสรรค์ การนอนหลับ การพูด การจาม การดูทีวี การอ่านหนังสือ การคิด การจำ และการฝัน เป็นต้น

Rathus (2012 : 4) ได้นิยามความหมาย จิตวิทยา หมายถึง การศึกษาเชิงวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับพฤติกรรมและกระบวนการทำงานทางจิตของมนุษย์ ได้แก่ ระบบประสาท การสัมผัส การรับรู้ การเรียนรู้และการจำ สถิติปัญญา ภาษา ความคิด การเติบโต และพัฒนาการ บุคลิกภาพ ความเครียดและสุขภาพ และพฤติกรรมของบุคคลที่เกิดขึ้นในสังคม

จากความหมายข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า จิตวิทยา หมายถึง ศาสตร์ที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรม กระบวนการทำงานทางสรีระร่างกายและจิตใจของมนุษย์ โดยแสดงออกมาในรูปแบบกระบวนการภายในหรือสิ่งที่ไม่สามารถมองเห็นได้ เช่น ความคิด ความรู้สึก อารมณ์ ความจำ การรับรู้ สถิติปัญญา และระบบประสาท และแสดงออกในลักษณะพฤติกรรมภายนอกเป็นสิ่งที่สามารถสังเกตเห็นได้ เช่น การพูด การเดิน การนั่ง การนอนหลับ การนั่ง การกิน การอ่านหนังสือ และการดูทีวี เป็นต้น ฉะนั้นจิตวิทยาจึงเป็นศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของมนุษย์โดยตรง ตั้งแต่ตื่นนอนจนเข้านอน แม้กระทั่งการนอนหลับฝันเป็นการสะท้อนถึงสิ่งที่อยู่ภายใต้จิตสำนึก จิตวิทยาจึงนับว่าเป็นศาสตร์ที่ให้ความรู้และช่วยให้บุคคลสามารถเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้มากยิ่งขึ้น สามารถนำความรู้ทางด้านจิตวิทยาไปใช้ในการประกอบอาชีพ และการดำเนินชีวิตในสังคม ตลอดจนสามารถที่จะปรับตัวและใช้ชีวิตได้อย่างปกติสุขภายใต้การเปลี่ยนแปลงของสังคมและโลกอย่างต่อเนื่อง

ความสำคัญของจิตวิทยา

จิตวิทยานับว่ามีความสำคัญอย่างมาก เนื่องจากมีความเกี่ยวข้องกับกระบวนการทำงานของจิตและพฤติกรรมของมนุษย์ ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี โดยสามารถช่วยและสนับสนุนเกี่ยวกับการทำงานของบุคคลในหลาย ๆ ด้าน เช่น การปรับปรุงความคิดและการตัดสินใจให้ดีขึ้น การจัดการความเครียด การประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพ สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น สร้างความมั่นใจในตนเองมากขึ้น และการติดต่อสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ จึงสามารถสรุปประเด็นความสำคัญของจิตวิทยาได้ดังนี้ (ช่อลัดดา ขวัญเมือง, 2557 : 1-6)

1. จิตวิทยาช่วยให้บุคคลรู้จักและเข้าใจในตนเองและผู้อื่น รู้ธรรมชาติของมนุษย์ในด้านต่าง ๆ และปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์รู้และเข้าใจถึงสาเหตุที่แท้จริงของพฤติกรรมเพื่อจะได้หาแนวทางป้องกันหรือแก้ไขได้ตรงกับสาเหตุของปัญหาและสามารถส่งเสริมพฤติกรรมได้อย่างถูกต้อง
2. จิตวิทยาช่วยให้เกิดความเข้าใจและการยอมรับในตนเองและผู้อื่น ในฐานะมนุษย์ที่มีคุณลักษณะทั้งในเชิงบวกและเชิงลบผสมผสานกัน ในข้อดีย่อมมีข้อเสียและในข้อเสียย่อมมีข้อดีอยู่เสมอ ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวเข้ากับคนอื่นได้อย่างง่ายขึ้น
3. จิตวิทยาช่วยให้รู้แนวทางในการพัฒนาตนเองและผู้อื่น ทำให้มองเห็นแนวทางที่หลากหลายในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น รู้จักเลือกเทคนิคและวิธีการทางจิตวิทยาที่เหมาะสมกับพฤติกรรมของแต่ละคนที่แตกต่างกัน
4. จิตวิทยาช่วยให้สามารถวางแผนการเรียนรู้และการประกอบอาชีพได้สอดคล้องกับระดับความถนัดความสนใจ และความสามารถส่งผลให้ประสบความสำเร็จในด้านการเรียนและการทำงาน
5. จิตวิทยาช่วยให้บุคคลมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา สามารถปรับตัวให้เข้ากับคนอื่นได้ สามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมกับบุคคลและสถานการณ์ช่วยให้อยู่ร่วมกันและทำงานร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข
6. จิตวิทยาจะช่วยลดปัญหาทางสังคมที่เกิดจากปัญหาพฤติกรรมของบุคคลในสังคมช่วยให้สามารถจัดการกับตนเองและผู้อื่น และสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสมมีสุขภาพที่ดีทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจิตวิญญาณ

เป้าหมายของจิตวิทยา

พฤติกรรมของมนุษย์มีความซับซ้อนสามารถรับรู้ได้ก็ต่อเมื่อบุคคลนั้นแสดงพฤติกรรมออกมา จึงจะรับรู้ได้ว่าบุคคลนั้นมีความรู้สึกและพฤติกรรมเป็นเช่นไร การสังเกตพฤติกรรมเป็นวิธีการหนึ่งในการศึกษาพฤติกรรมของบุคคล แต่ไม่สามารถหาคำตอบของพฤติกรรมเหล่านั้นได้ทั้งหมด ซึ่งนักจิตวิทยามีเป้าหมายที่ชัดเจนของการศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ 4 ประการ ดังนี้

1. เพื่อบรรยายพฤติกรรม (Describe) เป็นเป้าหมายแรกของจิตวิทยาที่มุ่งศึกษาเพื่อบรรยายพฤติกรรมของมนุษย์และสิ่งมีชีวิต เป็นการสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมและการได้รับมุมมองในสิ่งที่แตกต่างกันของความปกติและความผิดปกติที่เกิดขึ้นกับมนุษย์ เช่น เด็กออทิสติก เป็นเด็กที่มีความแตกต่างจากเด็กทั่วไปคือ มีปัญหาในการเรียนรู้ทางด้านภาษา ชอบเล่นเพียงลำพัง มีความบกพร่องในด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคม โดยการทำความเข้าใจในพฤติกรรมต่าง ๆ จึงต้องอาศัยวิธีการวิจัยที่หลากหลายในการช่วยบรรยายพฤติกรรม ได้แก่ การสังเกตตามธรรมชาติ การศึกษารายกรณี การศึกษาความสัมพันธ์ การสำรวจ และการรายงานตนเอง ซึ่งวิธีการเหล่านี้จะสามารถช่วยนักจิตวิทยาได้รายละเอียดเกี่ยวกับพฤติกรรมที่เกิดขึ้น และสามารถที่จะนำข้อมูลที่ได้จากการสังเกต การจดบันทึก และการศึกษาด้วยวิธีการต่าง ๆ มาสู่การอธิบายและทำนายพฤติกรรมของบุคคลนั้นต่อไป

2. เพื่ออธิบายพฤติกรรม (Explain) เป็นเป้าหมายที่สองของจิตวิทยา โดยนักจิตวิทยาให้ความสนใจกับการอธิบายสาเหตุของพฤติกรรมเป็นสำคัญ ว่าพฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกมาหรือพฤติกรรมที่เกิดขึ้นนั้นมีสาเหตุมาจากอะไร และมีปัจจัยอะไรบ้างที่ส่งผลต่อพัฒนาการ บุคลิกภาพ พฤติกรรมทางสังคม และปัญหาสุขภาพจิต เช่น การอธิบายถึงสาเหตุของเด็กออทิสติก ในการศึกษาที่นักวิจัยพบว่า สาเหตุของการเกิดเด็กออทิสติกมาจากปัจจัยทางด้านกรรมพันธุ์และปัจจัยทางชีววิทยาที่ส่งผลต่อพัฒนาการทางสมอง (Courchesne, Carper & Akshoomoff, 2003) การอธิบายจึงเป็นการให้ข้อมูลในเชิงประจักษ์โดยอาศัยการศึกษาค้นคว้าบนพื้นฐานหลักการของเหตุผล พฤติกรรมที่แสดงออกมาแม้ว่าจะมีลักษณะเหมือนกันก็ตาม แต่สาเหตุของพฤติกรรมนั้นอาจจะไม่เหมือนกันก็ได้ เช่น พฤติกรรมง่วงนอนในเวลาเรียน บางคนอาจจะมีความสุขจากการนอนดึกที่แตกต่างกัน เช่น เล่นเกม ติดเฟซบุ๊ก อ่านหนังสือ ทำงานพาทไทม์ เทียวกลางคืน หรือเพื่อการสอนของครู เป็นต้น ฉะนั้นเป้าหมายของการอธิบายพฤติกรรมเพื่อต้องการทราบสาเหตุของพฤติกรรมต่าง ๆ และสามารถที่จะอธิบายและเข้าใจพฤติกรรมนั้นได้อย่างชัดเจน

3. เพื่อทำนายพฤติกรรม (Prediction) เป็นเป้าหมายที่สามของจิตวิทยา การคาดการณ์เกี่ยวกับวิธีคิด การกระทำหรือพฤติกรรมการแสดงออกของบุคคล เมื่อบุคคลสามารถที่จะเข้าใจเกี่ยวกับสิ่งที่เกิดขึ้นและสาเหตุที่ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมหรือปรากฏการณ์ต่าง ๆ โดยบุคคลสามารถใช้ข้อมูลที่ได้จากการบรรยายและการอธิบายข้างต้นมาเป็นข้อมูลเพื่อทำนายหรือคาดการณ์ได้ว่า บุคคลจะมีแนวโน้มและทิศทางของพฤติกรรมเป็นอย่างไร และพฤติกรรมที่แสดงออกในปัจจุบันจะส่งผลต่อบุคคลในอนาคตนั้นอย่างไร การทำนายพฤติกรรมจะประสบความสำเร็จได้อย่างแม่นยำและชัดเจน บุคคลจะต้องรู้และเข้าใจสาเหตุของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น ตัวอย่างเช่น ผลการเรียนรู้ สามารถที่จะใช้ทำนายอัตราในการประสบความสำเร็จทางด้านการเรียน หรือแม้กระทั่งใช้ในการทำนายอัตราการออกกลางคันของนักเรียนได้ โดยโรงเรียนสามารถใช้ข้อมูลผลการเรียนในส่วนนี้คาดการณ์เกี่ยวกับจำนวนนักเรียนที่ประสบปัญหาทางการเรียน หรือความต้องการช่วยเหลือในการเรียนของนักเรียน เพื่อที่โรงเรียนจะได้วางแผนและมีแนวทางในการเข้าไปช่วยเหลือกลุ่มนักเรียนที่ประสบปัญหาด้านการเรียน

4. เพื่อควบคุมหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (Control or Change) เป็นเป้าหมายสุดท้ายของจิตวิทยา การควบคุมพฤติกรรมนับว่าเป็นเป้าหมายที่สำคัญ โดยพฤติกรรมของบุคคลสามารถที่จะปรับเปลี่ยนและควบคุมได้ ซึ่งนักจิตวิทยามีความมุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม อิทธิพลที่มีผลต่อพฤติกรรม หรือควบคุมพฤติกรรมต่าง ๆ ทั้งในเชิงบวกและเชิงลบ เพื่อช่วยให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้น โดยอาจจะใช้ข้อมูลก่อนหน้านี้นำมาสู่การช่วยเหลือนักเรียนที่มีผลการเรียนต่ำและมีแนวโน้มที่จะออกกลางคัน ซึ่งทางโรงเรียนอาจจะวิเคราะห์สาเหตุที่ส่งผลทำให้นักเรียนประสบปัญหาที่มีผลการเรียนต่ำ และการออกกลางคันของนักเรียน จากนั้นนำมาสู่การออกแบบโปรแกรมหรือสร้างกิจกรรมที่ส่งเสริมกระตุ้นให้นักเรียนสนใจและแรงจูงใจในการเรียนมากขึ้น สามารถที่จะตระหนักในเป้าหมายชีวิตของตนเอง และสามารถที่จะควบคุมตนเองให้ประสบความสำเร็จในการเรียนและการดำเนินชีวิตได้

วิธีการศึกษาพฤติกรรมของจิตวิทยา

การศึกษาพฤติกรรมมนุษย์เป็นเรื่องที่มีความซับซ้อนและละเอียดลึกซึ้ง ผู้ศึกษาจึงจำเป็นต้องคำนึงถึงปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมมนุษย์ เช่น ความรู้สึก แรงจูงใจ หรืออารมณ์ของมนุษย์ที่แตกต่างกัน โดยธรรมชาติของมนุษย์แล้วพฤติกรรมของแต่ละบุคคลจะไม่คงเดิม มีการเปลี่ยนแปลงได้อยู่ตลอดเวลา ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมหรือการได้รับอิทธิพลจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ทั้งนี้เนื่องจากในแต่ละวันบุคคลเผชิญกับสภาวะแวดล้อมที่แปรเปลี่ยนอยู่เสมอ จึงทำให้ยากที่จะคาดการณ์พฤติกรรมที่จะเกิดขึ้นนั้นได้ สิ่งสำคัญคือผู้ที่ทำการศึกษาควรระมัดระวังอย่าให้บุคคลที่ถูกสังเกตพฤติกรรมนั้นรู้ตัว เพราะอาจทำให้พฤติกรรมที่แสดงออกไม่เป็นไปตามธรรมชาติ ดังนั้นจึงต้องเลือกวิธีการศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ตามหลักการทางจิตวิทยาให้เหมาะสมกับปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยทางสังคมของบุคคลด้วย วิธีการศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ทางจิตวิทยาที่สำคัญ 5 วิธี ดังนี้ (Sun, 2016 : 22–24)

1. การสังเกตตามธรรมชาติ (Naturalistic Observations) การสังเกตเป็นการศึกษาพฤติกรรมตามธรรมชาติโดยตรง โดยไม่มีการควบคุมสภาพแวดล้อมใด ๆ ไม่มีการสร้างสถานการณ์ และไม่มีการควบคุมตัวแปรแทรกซ้อน เป็นการเฝ้าดูพฤติกรรมในสถานการณ์ที่เป็นจริงอย่างมีจุดมุ่งหมาย ซึ่งการสังเกตตามธรรมชาติจะทำให้ได้ข้อเท็จจริงมากกว่า เพราะเป็นการสังเกตพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจริงในชีวิต (Pastorino & Doyle-Portillo, 2009 : 27) โดยนักจิตวิทยาหรือนักวิจัยจะสังเกตผู้คนในบริบทที่มีการดำเนินชีวิตตามปกติทุกวันในด้านการคิดและการแสดงพฤติกรรมออกมา เช่น สังเกตนักเรียนที่เข้าไปใช้ห้องสมุดว่านักเรียนมีพฤติกรรมการเข้าไปใช้ห้องสมุดเป็นอย่างไร และเข้าไปห้องสมุดเพื่อทำอะไรบ้าง ผู้วิจัยควรบันทึกข้อมูลจากสิ่งที่ได้ในการสังเกต เพื่อให้การเก็บข้อมูลเป็นไปอย่างต่อเนื่อง และเป็นหลักฐานช่วยเตือนให้สามารถระลึกเรื่องราวต่าง ๆ ที่ช่วยในการวิเคราะห์ข้อมูลได้ในภายหลังอีกด้วย ผู้สังเกตอาจจะอยู่ใกล้ ๆ โดยผู้ถูกสังเกตจะไม่รู้ตัวว่ากำลังถูกสังเกต พฤติกรรมอยู่ และที่สำคัญผู้ถูกสังเกตจะต้องไม่เกิดความรู้สึกว่าถูกกดดัน ถูกจ้อง หรือถูกสังเกต ผู้สังเกตควรมีระยะห่างโดยมีการวางแผนและเตรียมความพร้อมในการสังเกตมาเป็นอย่างดี เพื่อให้ผู้สังเกตได้เห็นพฤติกรรมต่าง ๆ เป็นไปตามธรรมชาติโดยแท้จริง และข้อมูลที่ได้จากการสังเกตตามธรรมชาติจะอยู่ในลักษณะการบรรยายคุณลักษณะพฤติกรรมที่เกิดขึ้น นับว่าเป็นวิธีการเบื้องต้นในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อศึกษาและค้นคว้าต่อไป

2. การศึกษารายกรณี (Case Studies) การศึกษารายกรณี เป็นการศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับบุคคลหรือหน่วยงานใดหน่วยงานหนึ่งในสังคม และวิเคราะห์ข้อมูลที่เน้นปรากฏการณ์หนึ่ง ๆ (One Phenomenon) วิเคราะห์ถึงสาเหตุและปัจจัยที่ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมเช่นนั้น หรือพฤติกรรมที่แสดงออกมานั้นมีสาเหตุมาจากอะไร รวมทั้งแปลความ

หมายของพฤติกรรมนั้น ๆ ว่ามีความสัมพันธ์กับปัญหาและการปรับตัวของบุคคลนั้นอย่างไร การศึกษารายกรณีจัดอยู่ในวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพที่มีคุณลักษณะเฉพาะตัว ใช้วิธีการศึกษาแบบติดตามระยะยาวและเจาะลึก เป็นระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ในการแสวงหาความรู้ความจริงเชิงประจักษ์ที่เกี่ยวข้องกับกรณีหรือระบบใด ๆ ที่มีขอบเขตเฉพาะเจาะจง ณ ช่วงเวลานั้น ๆ เน้นทำความเข้าใจปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างละเอียดเจาะลึก (In-depth Study) และเป็นองค์รวม (Holistic) (Pastorino & Doyle-Portillo, 2009 : 28) โดยนักวิจัยจะต้องเข้าไปศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามในสภาพแวดล้อมจริงมิได้มีการควบคุมตัวแปรใด ๆ จะต้องเข้าไปใกล้ชิดกับผู้ให้ข้อมูล จนกระทั่งเกิดความไว้วางใจจนยอมเปิดเผยข้อมูลออกมา ซึ่งวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลที่นิยมใช้กันมาก คือ การใช้ข้อมูลเอกสาร การสังเกต การสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม และการประชุมระดมสมอง จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาสู่การพิจารณาปัญหาหรือปรากฏการณ์สังคมจากสภาพแวดล้อมความเป็นจริงในทุกมิติ นำมาวิเคราะห์และตีความหมาย เพื่อให้ได้แนวทางหรือคำตอบของปัญหาอย่างเที่ยงตรงและสอดคล้องกับสภาพของกรณี (บุษกร เชี่ยวจินดา กานต์, 2561 : 103-105) รวมทั้งได้คำตอบที่ครอบคลุมในสภาพการณ์ที่เป็นอยู่ อันนำไปสู่การค้นหาแนวทางพัฒนาและแก้ไขปัญหาคืบต่อไป (ยาใจ พงษ์บริบูรณ์, 2553 : 42; องอาจ นัยพัฒน์, 2554 : 332) ตัวอย่างเช่น วิจัยเรื่อง “การศึกษารายกรณี นักเรียนที่มีพฤติกรรมหนีเรียน” โดย ชีวัน เขียววิจิตร (2551 : 114) ได้ทำการศึกษสาเหตุที่ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมหนีเรียน จำนวน 3 คน จากวิธีการเก็บข้อมูลที่หลากหลาย ได้แก่ การสังเกต การสัมภาษณ์ การเยี่ยมบ้าน อดิษฐ์ประวัติและบันทึกชีวิตประจำวัน สังคมมิติ แบบสำรวจ แบบสอบถาม และระเบียนสะสม ผลการวิจัยพบว่า สาเหตุที่ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมหนีเรียน ได้แก่ 1) ปัญหาส่วนตัว ซึ่งเกี่ยวข้องกับปัญหาบุคลิกภาพ และปัญหาด้านการเรียน 2) ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อม คือ นักเรียนได้รับการเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยและตามใจ บิดามารดาไม่เอาใจใส่ในเรื่องการเรียนเท่าที่ควร 3) ปัญหาด้านสังคม นักเรียนชอบคบเพื่อนที่หนีเรียน ไม่สนใจการเรียน และใช้เวลาส่วนใหญ่ในการเล่นเกมส์ และ 4) ปัญหาด้านโรงเรียน เนื่องจากในห้องเรียนมีจำนวนนักเรียนมากเกินไป ไม่ประทับใจในการสอนของครูและไม่ชอบบรรยากาศในการเรียนการสอน

3. การสำรวจ (Surveys) การสำรวจเป็นการศึกษาปัญหาอย่างกว้าง ๆ โดยการสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับสภาพความเป็นจริงหรือลักษณะทั่ว ๆ ไป จัดอยู่ในประเภทของงานวิจัยขั้นต้นหรือการวิจัยพื้นฐาน เพื่อศึกษาข้อมูล ข้อเท็จจริง หรือรายละเอียดของเหตุการณ์บางอย่าง (Sun, 2016 : 23) เป็นการศึกษาโดยเก็บข้อมูลจากกลุ่มเป้าหมายที่นักวิจัยหรือนักจิตวิทยาต้องการทราบข้อมูล หรือประเด็นที่ต้องการศึกษา ซึ่งวิธีการสำรวจถือว่าเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มเป้าหมายโดยตรง ไม่ว่าจะเป็นข้อมูลเกี่ยวกับภูมิหลังของบุคคล

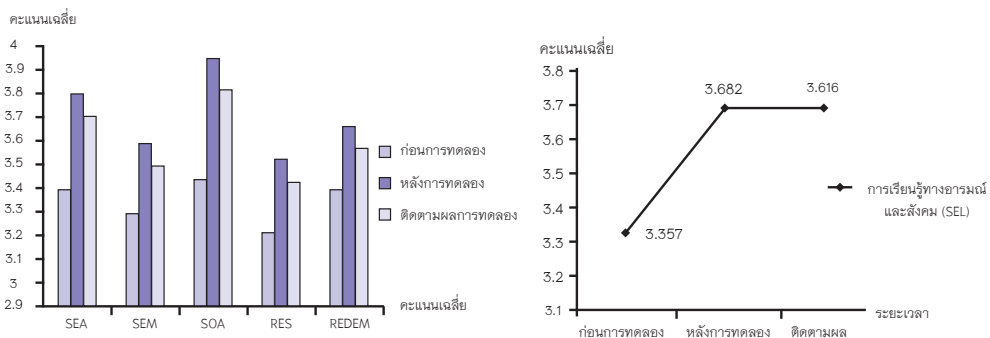
มุมมอง ทักษะคิด ความเชื่อ และพฤติกรรม ผ่านการสัมภาษณ์และการตอบแบบสอบถาม การสำรวจสามารถได้ข้อมูลที่แสดงถึงมุมมองที่แตกต่างกันของพฤติกรรมและกระบวนการทางความคิดของบุคคล โดยข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์หรือการตอบแบบสอบถามจะเป็นข้อมูลที่ได้เพิ่มเติม นอกเหนือจากการสังเกตโดยตรงเกี่ยวกับพฤติกรรมภายนอก โดยเฉพาะพฤติกรรมภายในตัวบุคคลไม่สามารถที่จะสังเกตเห็นได้ จึงต้องอาศัยการได้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์หรือการตอบแบบสอบถาม เช่น นิสัยและความเชื่อส่วนบุคคล อารมณ์ และสุขภาพทางจิต เป็นต้น ตัวอย่างเช่น วิจัยเรื่อง “การยอมรับการคัลยกรรมความงามและการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัย” ได้ดำเนินการเก็บข้อมูลกับนักศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยในจังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 391 คน จาก 3 มหาวิทยาลัย ได้แก่ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยแม่โจ้ และมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา ผลการวิจัยพบว่า เพศหญิงมีการยอมรับการคัลยกรรมความงามมากกว่าเพศชายในทุกชั้นปี ส่วนเพศชายมีการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าเพศหญิงเกือบทุกชั้นปี และผลของการเปรียบเทียบการยอมรับการคัลยกรรมความงามและการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างเพศและชั้นปี พบว่า เพศและชั้นปีที่แตกต่างกันมีเพียงเฉพาะการเห็นคุณค่าในตนเองเท่านั้นที่แตกต่างกัน ($F=17.441$, $p<.000$ / $F=13.574$, $p<.000$) ส่วนการยอมรับการคัลยกรรมความงามไม่แตกต่างกัน ($F=3.142$, $p>.000$ / $F=.848$, $p>.000$) (Inta & Aunnoi, 2019 : 952)

4. การศึกษาเชิงสหสัมพันธ์ (Correlational Studies) ในบางครั้ง นักจิตวิทยาไม่เพียงแต่จะสนใจในความถี่หรือระดับของกระบวนการทางจิตหรือพฤติกรรม แต่ยังให้ความสนใจในความสัมพันธ์เกี่ยวกับตัวแปรที่แตกต่างกัน โดยการศึกษาเชิงสหสัมพันธ์เพื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างของตัวแปรสองตัวหรือมากกว่านั้น สามารถวัดได้ในรูปของค่าที่แสดงความสัมพันธ์ เรียกว่า สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Correlation Coefficient) หมายถึง ดัชนีที่แสดงให้เห็นถึงความเชื่อมโยง หรือความเข้มของความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร เป็นขนาดของความสัมพันธ์หรือปริมาณความเกี่ยวข้องกันระหว่างตัวแปรและทิศทางความสัมพันธ์จะมีค่าตั้งแต่ -1 ไปจนถึง $+1$ (Howell, 2008 : 171; Kirk, 2008 : 127) โดยลักษณะความสัมพันธ์ของตัวแปรจะเป็นลักษณะความสัมพันธ์ทางบวก (Positive Relationship) เป็นลักษณะความเกี่ยวข้องสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่มีแนวโน้มเป็นเส้นตรง ซึ่งมีการจัดเรียงตัวของคู่ลำดับระหว่างตัวแปรมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกค่าของตัวแปรทั้งสองตัว หรือมีแนวโน้มปรากฏเป็นเส้นตรงในลักษณะเฉียงขึ้น ยิ่งค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรใด ๆ ยิ่งเข้าใกล้ $+1$ มากขึ้น แสดงว่าตัวแปรทั้งสองมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์ทางบวกกันมากขึ้น และความสัมพันธ์ทางลบ (Negative Relationship) เป็นลักษณะความเกี่ยวข้องสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่มีแนวโน้มเป็นเส้นตรง ซึ่งมีการจัดเรียงตัวของคู่ลำดับระหว่างตัวแปรมีแนวโน้มลดลง เมื่อพิจารณาค่าของตัวแปรหนึ่ง

เพิ่มขึ้น ค่าของตัวแปรอีกตัวหนึ่งจะมีแนวโน้มลดลง ยิ่งค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรใดๆ ยิ่งเข้าใกล้ -1 มากขึ้น แสดงว่า ตัวแปรทั้งสองมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอย่างมากในทิศทางลบ และหากมีค่าเป็น 0 หมายความว่า ตัวแปรทั้งสองตัวไม่มีความสัมพันธ์ต่อกันเลย (Bluman, 2006 : 489; Krik, 2008 : 128) ตัวอย่างเช่น งานวิจัยเรื่อง “การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความมุ่งมั่นผูกพันของนักเรียนกับตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคมของนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษา” ผลการวิจัยพบว่า ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคม (เพื่อน, พ่อแม่ และครู) โดยการสนับสนุนของครูมีความสัมพันธ์กับความมุ่งมั่นผูกพันของนักเรียนสูงสุด ($r=.48$) รองลงมาคือ การสนับสนุนของพ่อแม่ ($r=.38$) และการสนับสนุนของเพื่อน ($r=.31$) ผลวิจัยจึงเน้นให้การสนับสนุนของครูโดยการใส่ใจนักเรียนวัยรุ่นให้มาก ถึงแม้ว่าความเชื่อโดยทั่วไปจะเชื่อว่าเพื่อนมีอิทธิพลมากที่สุดต่อตัวนักเรียน ทั้งนี้งานวิจัยเสนอแนะว่าการสนับสนุนของผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนช่วยทำนวยหรือพยากรณ์ในความสำเร็จของนักเรียนจึงมีความหมายและความสำคัญอย่างมากสำหรับครูที่จะต้องเสียสละเวลาและความพยายามในการดูแลเอาใจใส่กับนักเรียนวัยรุ่นให้มากขึ้น (Lam et al., 2012 : 403–420)

5. การทดลอง (Experiments) การทดลองเป็นวิธีการในการวิจัยอย่างหนึ่งที่มุ่งเน้นศึกษาค้นคว้าหาข้อเท็จจริง โดยมุ่งจัดกระทำตัวแปรสาเหตุหรือตัวแปรอิสระ (Independent Variables) แล้วสังเกตการเปลี่ยนแปลงผลหรือตัวแปรตาม (Dependent Variables) ว่าเกิดผลเช่นไร ผลจากการทดลองนี้จะได้ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ (Causal Relationship) หรือความสัมพันธ์ระหว่างเหตุและผล การทดลองจึงเป็นการวิจัยที่มุ่งบรรยายและวิเคราะห์สิ่งที่ควรเกิดขึ้นภายใต้สภาพการณ์และควบคุมสภาพการณ์บางอย่างที่ไม่เกี่ยวข้องให้หมดไปตามวิธีการทางวิทยาศาสตร์ (บุญธรรม กิจปริดาภิสิทธิ์, 2551 : 131; วาโร เพ็งสวัสดิ์, 2557 : 182) หลักการที่สำคัญในการทดลองคือ ผู้วิจัยต้องยึดหลักการในการควบคุมความแปรปรวนของตัวแปร เรียกว่า หลักการ Max–Min–Con ซึ่งเป็นหลักการพื้นฐานของการคิดออกแบบการวิจัย เพื่อให้ผลการวิจัยออกมามีความน่าเชื่อถือได้มากที่สุด ตัวแรกคือ Max (Maximization of Experimental Variance) เป็นการทำให้ความแปรปรวนหรือความแตกต่างของตัวแปรอิสระหรือสิ่งทดลองมีค่าสูงสุด โดยทำให้ตัวแปรอิสระหรือจัดสิ่งทดลองแตกต่างกันให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ Min (Minimization of Error Variance) เป็นการทำให้ความแปรปรวนหรือความแตกต่างอันเนื่องมาจากความคลาดเคลื่อนมีค่าต่ำสุด หรือเครื่องมือที่ใช้ให้มีความเหมือนกันมากที่สุด และ Con (Control of Extraneous Variable) เป็นการควบคุมอิทธิพลของตัวแปรเกินไม่ให้มีผลต่อตัวแปรตาม ดังนั้นการทดลองจึงต้องยึดหลักการข้างต้นและผู้วิจัยจะต้องเข้าไปจัดกระทำ (Manipulate) กับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง และดำเนินการให้กลุ่มตัวอย่างได้รับการจัดกระทำ (Treatment) เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างเงื่อนไขของ

การจัดกระทำกับผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น ตัวอย่างเช่น วิจัยเรื่อง “การพัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษา” ในการทดลองครั้งนี้จะเห็นได้ว่าตัวแปรอิสระหรือตัวแปรต้น (Independent Variable) คือ โปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ประกอบด้วย 14 กิจกรรม และแต่ละกิจกรรมประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การทบทวนประสบการณ์ (Reviews) 2) การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ (Share) 3) การสะท้อนคิด (Reflection) 4) การสรุปสร้างความรู้ใหม่ (Generalization) และ 5) การประยุกต์ใช้แนวคิด (Apply) ส่วนตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ การเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม ประกอบด้วย 1) การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) 2) การจัดการตนเอง (Self-management) 3) การตระหนักรู้ทางสังคม (Social-awareness) 4) ทักษะด้านสัมพันธภาพ (Relationship Skills) และ 5) การรับผิดชอบต่อการตัดสินใจ (Responsible Decision Making) ผลของการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรม มีคะแนนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมหลังการทดลองและก่อนการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และคะแนนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมระหว่างติดตามผลการทดลอง 1 เดือน และหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน ดังในภาพต่อไปนี้ (มนตรี อินตา และรังสรรค์ โฉมยา, 2561 : 218-236)



ภาพที่ 1 คะแนนเฉลี่ยการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมก่อนการทดลองและหลังการทดลอง และติดตามผลการทดลอง 1 เดือน

ประโยชน์ของจิตวิทยา

จิตวิทยามีความสำคัญต่อบุคคลทุกคน มีความจำเป็นอย่างมากที่ช่วยสนับสนุนให้บุคคลสามารถที่จะทำงานได้อย่างราบรื่น และช่วยทำให้การดำเนินชีวิตประจำวันในหลาย ๆ ด้านเป็นไปด้วยดี ซึ่งจิตวิทยาเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ที่คอยประคับประคองให้บุคคลดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ แม้ว่าจะเจอปัญหาอุปสรรคในการใช้ชีวิต จิตวิทยาจะเป็นเสมือนเกราะป้องกันมิให้เกิดผลกระทบในเชิงลบกับความคิด ความรู้สึก สภาพจิตใจ และพฤติกรรม

ของตนเองและผู้อื่น รับรู้เข้าใจสาเหตุและปัจจัยในเชิงเหตุผลของสิ่งที่เกิดขึ้น จิตวิทยาจึงมีประโยชน์อย่างมากในหลาย ๆ ด้านเกี่ยวกับชีวิตของบุคคลตั้งแต่แรกเริ่มเกิดจนกระทั่งเสียชีวิต ผู้เขียนจึงขอสรุปประโยชน์ของจิตวิทยาจากประสบการณ์ของตนเองไว้ดังนี้

1. บุคคลได้รู้จักเข้าใจตัวเองและผู้อื่นมากขึ้น มีความเข้าใจตนเองในเรื่อง ความถนัด ความสนใจ ความสามารถ ความต้องการ ลักษณะนิสัย และบุคลิกภาพ รวมทั้งเข้าใจผู้อื่นในด้านการแสดงออกทางพฤติกรรมของบุคคลในสถานการณ์ต่าง ๆ และเข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ในด้านอารมณ์ความรู้สึก ความต้องการ และการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของบุคคล

2. บุคคลได้ทักษะการวิเคราะห์และการวิจัยที่มีคุณค่า ซึ่งจิตวิทยาเป็นศาสตร์ที่วางด้วยการศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์อย่างมีเหตุผล และมีที่มาของสาเหตุปัญหาบนพื้นฐานแนวคิดและทฤษฎีทางจิตวิทยา การนำแนวคิดและทฤษฎีทางจิตวิทยามาใช้ในกระบวนการทำงาน หรือกระบวนการศึกษาข้อมูลบางอย่างที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์ และจิตวิทยาจะช่วยให้บุคคลได้เรียนรู้วิธีการรวบรวมข้อมูล ระเบียบวิธีวิจัย และสถิติ ตลอดจนสามารถที่จะวิเคราะห์และตีความของข้อมูลที่ได้มานั้นอย่างมีคุณค่าและนำข้อมูลนั้นไปสู่การใช้ประโยชน์ต่อไป

3. บุคคลจะเป็นผู้สื่อสารที่ดีขึ้น ทักษะการสื่อสารที่ดีนับว่ามีความสำคัญอย่างมาก เนื่องจากมนุษย์ทุกคนจะต้องมีการติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคลในหลากหลายรูปแบบ และสถานการณ์ต่าง ๆ การสื่อสารจึงเป็นสื่อกลางที่ช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคล มีผลต่อความรู้สึกนึกคิดและส่งผลต่อสุขภาพจิตของบุคคล ฉะนั้นการสื่อสารควรมีการใช้น้ำเสียงที่นุ่มนวล มีการสบตาที่ดี และทักษะการฟัง จะช่วยให้ระหว่างผู้สื่อสารและผู้รับสารรู้สึกปลอดภัย ไว้วางใจ และมีความสุขทั้งผู้ส่งสารและผู้รับสาร

4. บุคคลได้เรียนรู้ถึงวิธีแก้ไขความขัดแย้ง ความขัดแย้งถือว่าเป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน แต่ประเด็นที่สำคัญคือเมื่อเกิดความขัดแย้งขึ้นบุคคลจะรับมือหรือจัดการกับความขัดแย้งนั้นอย่างไร ยิ่งในสภาพสังคมปัจจุบันที่มีความเปลี่ยนแปลง และการแข่งขันกันค่อนข้างสูง โอกาสเสี่ยงในการเกิดความขัดแย้งภายในใจของบุคคลเกิดขึ้นได้สูง จิตวิทยาจะช่วยให้บุคคลสามารถที่จะระบุนสาเหตุที่อยู่เบื้องหลังที่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง และช่วยให้บุคคลสามารถเตรียมความพร้อมในการรับมือ และการหาวิธีแก้ไขความขัดแย้งเหล่านั้น

5. บุคคลมีโอกาสดำเนินการเตรียมตัวกับอาชีพที่หลากหลาย ในโลกแห่งอาชีพของสังคมมีอาชีพมากมาย ย่อมที่จะต้องใช้จิตวิทยาในการทำงานและการประกอบอาชีพ แต่จะใช้จิตวิทยามากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับลักษณะของการทำงานหรืออาชีพนั้น ๆ อาชีพที่เกี่ยวข้องกับคนจึงเป็นอาชีพที่จะต้องใช้ทักษะทางจิตวิทยาในการทำงานค่อนข้างมาก เช่น

ครู อาจารย์ หมอ พยาบาล นักจิตวิทยา ผู้จัดการฝ่ายทรัพยากรบุคคล โค้ชนักกีฬา เป็นต้น และการที่บุคคลมีความรู้และทักษะทางด้านจิตวิทยา จึงได้เปรียบและมีโอกาสในการได้รับการคัดเลือกเข้าทำงานมากกว่าบุคคลอื่นที่ไม่มีทักษะทางด้านจิตวิทยา

6. บุคคลสามารถใช้ชีวิตทางสังคมได้ดีกว่าเดิม ชีวิตที่ดีไม่ได้ขึ้นอยู่กับ การเรียนหรือ การเลือกอาชีพเท่านั้น แต่การใช้จิตวิทยาในชีวิตประจำวันของบุคคลต่างหากที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในระดับการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การเข้าใจในบทบาททางสังคมและปฏิสัมพันธ์ของบุคคลมีความสำคัญในทุกด้านของชีวิต ได้แก่ การทำงานร่วมกับผู้อื่น การใช้ชีวิตอยู่กับครอบครัว เป็นต้น จิตวิทยาจึงช่วยให้บุคคลสามารถสื่อสารกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอนวิธีการแปลความหมายที่แฝงอยู่ในความรู้สึก แรงจูงใจ และอารมณ์

ดังนั้นประโยชน์ของจิตวิทยาข้างต้น จะเห็นได้ว่ามีความเกี่ยวข้องกับบุคคลทุก ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านการใช้ชีวิตประจำวัน ด้านการเรียน ด้านครอบครัว ด้านการทำงาน ด้านสุขภาพจิต และด้านสังคม ซึ่งสามารถสรุปได้ คือ จิตวิทยามีประโยชน์กับตนเองและผู้อื่น เมื่อบุคคลรู้จัก และเข้าใจตนเอง ผลที่เกิดขึ้นกับตนเองจะเป็นไปในทิศทางบวก เช่นเดียวกันหากบุคคลเข้าใจผู้อื่น บุคคลนั้นก็จะเข้าใจในความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถที่จะเปิดใจยอมรับและ เข้าใจกับปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น โดยเข้าใจเกี่ยวกับการคิด การกระทำของผู้อื่นบนพื้นฐานเชิงเหตุผล โดยไม่ตัดสินใจจากความคิดและความรู้สึกของตนเอง จิตวิทยาจึงเป็นเครื่องมือ ที่ช่วยให้บุคคลเข้าใจตนเอง และเข้าใจโลกบนพื้นฐานความเป็นธรรมชาติและความเป็นจริง

จิตวิทยากับวิชาชีพครูในศตวรรษที่ 21

ครูเป็นบุคคลที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในการช่วยขับเคลื่อนการศึกษาของนักเรียน เป็นผู้ที่มิอิทธิพลต่อนักเรียนอย่างมากในด้านความคิด ความรู้สึก พฤติกรรม เจตคติต่อการ เรียน การสร้างแรงบันดาลใจในการเรียนและการกระตุ้นให้นักเรียนเกิดเป้าหมายในชีวิต ครูในศตวรรษที่ 21 นอกจากจะเป็นผู้ที่มีความรอบรู้มากขึ้น มีความเป็นมืออาชีพ ความสามารถศักยภาพสูง เป็นผู้สร้างนวัตกรรมการสอนเพื่อให้นักเรียนได้ผลการเรียนรู้ตามที่ ต้องการ และเตรียมความพร้อมให้แก่นักเรียนในการเข้าสู่โลกของการทำงานในศตวรรษที่ 21 ครูจะต้องเป็นผู้ที่รักในวิชาชีพและมีจิตวิญญาณความเป็นครู เป็นผู้ที่มีความรักและความเมตตาต่อศิษย์ จากงานวิจัยได้ระบุว่า ผลลัพธ์การเรียนรู้และการมีความสัมพันธ์ใน การทำงานร่วมกันระหว่างครูและนักเรียนเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ การที่ครูและนักเรียนมีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกันจะทำให้ให้นักเรียนมีผลการเรียนที่ดีขึ้นและลดการลาออกถึง 65% (Singh & Sarkar, 2012; Gehlbach et al., 2012; Collie et al., 2016) ครูจึงไม่ใช่เพียงแค่สอนหนังสือ เท่านั้น แต่จะต้องเป็นผู้ที่มีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับนักเรียนเพราะจะทำให้เกิดผลลัพธ์ในเชิงบวก หลายประการ ครูจึงเป็นเสมือนผู้สร้างชีวิตและมีความรับผิดชอบต่อชีวิตของนักเรียน รวม

ทั้งตระหนักถึงความก้าวหน้า และส่งเสริมพัฒนาการของนักเรียนให้ดียิ่งขึ้น จิตวิทยาจึงเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์เป็นเสมือนเครื่องมือที่ช่วยให้ครูสามารถเข้าถึงและเข้าใจนักเรียนได้อย่างแท้จริง ช่วยสร้างสัมพันธภาพแห่งความไว้วางใจระหว่างครูและนักเรียน ปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมในเชิงบวกให้กับนักเรียน ฉะนั้นครูจึงควรเป็นผู้สร้างมากกว่าผู้ทำลายคือจะต้องไม่เป็นผู้ที่บั่นทอนแรงจูงใจ (Demotivation) ของนักเรียน (Zhang, 2007 : 209-227) ครูจึงมีความจำเป็นต้องมีจิตวิทยาและใช้จิตวิทยาในการจัดการเรียนการสอน การมีปฏิสัมพันธ์กับนักเรียน ผู้ปกครอง และเพื่อนร่วมงานอย่างมาก จิตวิทยากับวิชาชีพครูมีความสำคัญเป็นตัวสนับสนุนให้ครูประสบความสำเร็จในการทำงานและการดำเนินชีวิต โดยสามารถสรุปคุณค่าและผลลัพธ์ของจิตวิทยาไว้ดังนี้

1. จิตวิทยาช่วยให้ครูเข้าใจว่ากระบวนการเรียนรู้เกิดขึ้นได้อย่างไร และควรส่งเสริมวิธีการจดจำหรือการเรียนรู้ให้กับนักเรียนได้อย่างไร
2. จิตวิทยาช่วยให้ครูทราบว่าควรจะเริ่มต้นกระบวนการเรียนรู้ของนักเรียนแต่ละคนนั้นอย่างไร ควรเริ่มต้นหรือให้การสนับสนุนนักเรียนนั้นอย่างไร
3. จิตวิทยาช่วยให้ครูรู้วิธีกระตุ้นแรงจูงใจนักเรียนและวิธีการดำเนินการกระบวนการเรียนรู้
4. จิตวิทยาช่วยให้ครูสามารถแนะนำนักเรียนเลือกวิธีการที่เหมาะสม โดยที่นักเรียนไม่สับสนและสามารถวางแผนในการเลือกเส้นทางของชีวิตได้ด้วยตนเองตรงตามความสามารถของตนเองได้อย่างถูกต้อง
5. จิตวิทยาช่วยให้ครูเข้าใจความสามารถ ความถนัด ความสนใจ และความต้องการของนักเรียน
6. จิตวิทยาช่วยให้ครูสามารถพัฒนาบุคลิกภาพของนักเรียนให้ดีขึ้นอย่างมาก
7. จิตวิทยาช่วยให้ครูแก้ไขปัญหาของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ
8. จิตวิทยาช่วยให้ครูสามารถสร้างสภาพแวดล้อมที่ดีในห้องเรียนเพื่อเอื้อต่อการเรียนรู้ของนักเรียนได้ง่ายยิ่งขึ้น
9. จิตวิทยาช่วยให้ครูสามารถสร้างความรู้สึกต่อการมีวินัย การทำงานกลุ่ม และการมีน้ำใจต่อผู้อื่น
10. จิตวิทยาช่วยให้ครูสามารถออกแบบจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาให้สอดคล้องกับคุณลักษณะและพัฒนาการของนักเรียน เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ

ฉะนั้นจะเห็นได้ว่าจิตวิทยามีความสำคัญกับวิชาชีพครูอย่างมาก สามารถที่จะทำให้นักเรียนปรับตัวหรือเรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้มากยิ่งขึ้น สามารถที่จะใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัจจุบันความหลากหลายทาง

พหุวัฒนธรรมได้ขยายวงกว้างมากขึ้น ครูจำเป็นต้องเข้าใจและยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลของนักเรียนให้มาก เข้าใจพฤติกรรมอันซับซ้อนที่เกิดขึ้นในโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เข้าใจความสามารถ ความชอบ หรือความถนัดของนักเรียน ทั้งนี้เพื่อที่ครูจะสามารถแนะนำหรือส่งเสริมสนับสนุนให้นักเรียนได้รู้จักและเข้าใจในศักยภาพของตนเองได้อย่างสูงสุด

การพัฒนาตนเองให้เป็นครูที่ดี รอบรู้ ทันสมัย ทันต่อการเปลี่ยนแปลง

ครูนับว่าเป็นปัจจัยหลักในการส่งเสริมและสนับสนุนให้นักเรียนมีทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 เมื่อครูอยากให้นักเรียนมีความรู้ ความชำนาญในด้านทักษะใด ตัวครูเองนั้นจำเป็นต้องอย่างถึงที่ว่าจะต้องรู้และเข้าใจในสิ่งนั้นอย่างทองแท้ เพื่อที่จะสามารถถ่ายทอดสิ่งนั้นให้กับนักเรียนได้เป็นอย่างดี ครูจึงมีบทบาทในฐานะเป็นตัวแทนของการเรียนรู้ (วิจารณ์ พานิช, 2555 : 63-65) ในปัจจุบัน “ครู” หรือครูต้องมีความพร้อมที่จะจัดการเรียนรู้ หาวิธีการรูปแบบการเรียนรู้ใหม่ ๆ สื่อ อุปกรณ์ รวมไปถึงการจัดสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ใหม่ ๆ ในห้องเรียน เพื่อเน้นให้นักเรียนเกิดทักษะหลาย ๆ ด้าน มีกระบวนการคิด กระบวนการการแก้ปัญหา และมีเครื่องมือที่ใช้ในการเรียนรู้สำหรับการดำรงชีวิตในโลกแห่งศตวรรษที่ 21 โดยเฉพาะทักษะการเรียนรู้ (Learning Skill) ห้องเรียนที่ประกอบไปด้วยองค์ประกอบหลัก 3 ประการ ได้แก่ ครู (Teacher) นักเรียน (Learner) และสื่อ (Media) (สุชีวีร์ สุวรรณสวัสดิ์, 2562 : ออนไลน์) ดังนั้นครูยุคใหม่ต้องปรับตัวและเพิ่มบทบาทมากยิ่งขึ้น พยายามคิดออกจากกรอบเดิม อีกทั้งยังต้องแสวงหาความรู้ให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของโลกอยู่เสมอ ไม่นั้นแล้ว ครูอาจจะล้าหลังกว่านักเรียน ในปัจจุบันครูจำเป็นต้องมีความรู้และความสามารถที่หลากหลาย ดังนี้ (UNESCO, 2009 อ้างใน ธนยพร พรหมการ, 2561 : 97)

1. รู้และใช้เทคโนโลยี โดยจะต้องรู้เกี่ยวกับหลักสูตรและการประเมินผลให้ได้มาตรฐาน
2. มีความลึกซึ้งต่องานนโยบายระดับชาติที่จะปรับเปลี่ยนเกี่ยวกับหลักสูตร และการประเมินผล ต้องมีความรู้ลึกในวิชาที่สอนและสามารถยืดหยุ่นได้หลากหลาย ต้องมีทักษะในการเรียนการสอนเพื่อให้นักเรียนสามารถแก้ปัญหาได้
3. การสร้างความรู้จะต้องเรียนเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้ หลักการกลยุทธ์การเรียนการสอนเกี่ยวกับไอซีที จะต้องสามารถที่จะออกแบบชุมชนให้มีความรู้ไอซีทีเพื่อสนับสนุนการพัฒนาทักษะการสร้างความรู้ให้นักเรียนอย่างต่อเนื่อง
4. มีภาวะผู้นำทั้งกับเพื่อนร่วมงานและชุมชน
5. มีการพัฒนาวิชาชีพครู โดยมีการทดลองอย่างต่อเนื่องและใช้ไอซีทีเพื่อสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้

ฉะนั้นครูถือว่าเป็นผู้ที่สืบทอดสำคัญต่อการศึกษามากที่สุด เป็นผู้เปิดโลกแห่งการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงด้วยเทคโนโลยี ต้องมีความรู้และเชี่ยวชาญด้านเทคโนโลยี (Technological Knowledge) ซึ่งสามารถประยุกต์ใช้สื่ออุปกรณ์ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศทางการศึกษา พร้อมเปิดรับความเปลี่ยนแปลงและปรับตัวเข้าหานักเรียน ให้นักเรียนได้ลงมือทดลองทำด้วยตนเอง ผ่านการออกแบบความคิดเชิงสร้างสรรค์ด้วยตัวของนักเรียนเอง มีทัศนคติแรงจูงใจ และมุมมองการใช้ชีวิตที่ดี อันจะนำไปสู่การพัฒนานวัตกรรมในอนาคต (ฐิติวัธน์ สุขป้อม และคณะ, 2563 : 10)

คุณลักษณะของครูที่มีประสิทธิภาพ

ครูคือผู้แนะนำ สั่งสอน หรือถ่ายทอดความรู้แก่ศิษย์ เพื่อให้ศิษย์นั้นเกิดความเจริญงอกงามด้านสติปัญญา อารมณ์ สังคม และทักษะกระบวนการต่าง ๆ เป็นแม่พิมพ์ของชาติ หรือผู้สร้างโลก บุคคลที่จะเป็นครูจะต้องศึกษาเรียนรู้และทำความเข้าใจเกี่ยวกับความเป็นครูให้ดีที่สุดก่อน เพราะมิใช่เพียงแต่มีความรู้ในหลักวิชาการก็จะเป็นครูที่ดีได้ แต่จะต้องอาศัยส่วนประกอบอื่น ๆ เช่น มีความศรัทธาในอาชีพครู รักงานสอน มีจิตวิญญาณแห่งความเป็นครู รักและเมตตาต่อศิษย์ เป็นต้น คุณลักษณะเหล่านี้ต่างหากที่ทำให้บุคคลนั้นถูกเรียกว่า ครูที่มีประสิทธิภาพ หรือครูมืออาชีพ จากงานวิจัยสามารถที่จะสรุปได้ชัดเจนว่า ครูที่มีประสิทธิภาพควรมีคุณลักษณะ ได้แก่ 1) ความประพฤติเรียบร้อย 2) ความรู้ดี 3) บุคลิกลักษณะและการแต่งกายดี 4) สอนดี 5) ตรงเวลา 6) มีความยุติธรรม 7) หาความรู้ อยู่เสมอ 8) ร่าเริงแจ่มใส 9) ซื่อสัตย์ และ 10) เสียสละ (ยนต์ ชุ่มจิต, 2550: 137 – 139; สุขุม มัชฌิกานัง, 2559: 31-47) ซึ่งคุณลักษณะของครูเหล่านี้เป็นตัวแปรที่สำคัญและมีอิทธิพลสำหรับการส่งเสริมในการเรียนรู้ของนักเรียน อีกทั้งมีความสัมพันธ์ต่อทัศนคติ พฤติกรรม แรงจูงใจในการเรียนรู้ และประสิทธิภาพทางวิชาการของนักเรียน (Jennings & DiPrete, 2010; Ruzek et al., 2015) ทั้งนี้จากการสำรวจคุณลักษณะของครูที่ดีในมุมมองของนักเรียนมากกว่า 1,000 คน อายุระหว่าง 13-17 ปี ในโรงเรียนมัธยมศึกษา ประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่า คุณลักษณะของครูที่มีประสิทธิภาพและขาดประสิทธิภาพในลักษณะร้อยละของข้อมูลที่ได้ในแต่ละคุณลักษณะมีดังนี้ (Santrock, 2011 : 13)

ตารางที่ 1 คุณลักษณะของครูที่มีประสิทธิภาพและขาดประสิทธิภาพ

คุณลักษณะของครูที่มีประสิทธิภาพ		คุณลักษณะของครูที่ขาดประสิทธิภาพ	
1. มีอารมณ์ขัน	79.2%	1. ชั้นเรียนมีความน่าเบื่อ	79.6%
2. ทำให้ชั้นเรียนน่าสนใจ	73.7%	2. ไม่อธิบายสิ่งต่างๆ อย่างชัดเจน	63.2%
3. มีความรู้ในวิชาที่สอน	70.1%	3. แสดงความลำเอียงต่อนักเรียน	52.7%
4. อธิบายสิ่งต่างๆ ให้ชัดเจน	66.2%	4. มีทัศนคติที่ไม่ดี	49.8%
5. ใช้เวลาเพื่อให้การช่วยเหลือนักเรียน	65.8%	5. คาดหวังมากเกินไปกับนักเรียน	49.1%
6. มีความยุติธรรมกับนักเรียน	61.8%	6. ไม่มีปฏิสัมพันธ์กับนักเรียน	46.2%
7. ปฏิบัติต่อนักเรียนเช่นเดียวเหมือนกับผู้ใหญ่	54.4%	7. ให้ทำงานบ้านมากเกินไป	44.2%
8. สร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับนักเรียน	54.2%	8. เข้มงวดเกินไป	40.6%
9. คำนึงถึงความรู้สึกของนักเรียน	51.9%	9. ไม่ให้ความช่วยเหลือหรือไม่สนใจเป็นรายบุคคล	40.5%
10. ไม่แสดงความลำเอียงต่อนักเรียน	46.6%	10. ขาดการควบคุม	39.9%

จากตารางข้างต้นจะเห็นได้ว่า คุณลักษณะของครูที่มีประสิทธิภาพและขาดประสิทธิภาพนั้นมีลักษณะแตกต่างกันค่อนข้างอย่างชัดเจน ผลจากการศึกษาที่ให้นักเรียนบอกถึงคุณลักษณะของครูที่ชื่นชอบและไม่ชื่นชอบ ซึ่งข้อมูลที่ได้นั้นชี้ให้เห็นอย่างชัดเจนว่าคุณลักษณะของครูที่มีประสิทธิภาพที่นักเรียนชื่นชอบมากที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ครูที่มีลักษณะอารมณ์ขัน ร้อยละ 79.2 ทำให้ชั้นเรียนน่าสนใจ ร้อยละ 73.7 และมีความรู้ในวิชาที่สอน ร้อยละ 70.1 ส่วนคุณลักษณะของครูที่ขาดประสิทธิภาพที่นักเรียนไม่ชื่นชอบหรือไม่ต้องการมากที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ครูที่มีคุณลักษณะทำให้ชั้นเรียนมีความน่าเบื่อ ร้อยละ 79.6 ไม่อธิบายสิ่งต่าง ๆ อย่างชัดเจน ร้อยละ 63.2 และแสดงความลำเอียงต่อนักเรียน ร้อยละ 52.7 เป็นต้น

ทักษะที่จำเป็นของครูที่มีประสิทธิภาพในศตวรรษที่ 21

ครูในศตวรรษที่ 21 จำเป็นต้องพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอมีวิธีการสอนให้สอดคล้องเหมาะสมกับยุคสมัยและทันโลก เพราะครูถือว่าเป็นบุคคลหรือกลไกสำคัญที่จะทำให้การพัฒนาระบบการศึกษานั้นมีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จ ครูควรปฏิรูปการศึกษาให้แก่นักเรียนโดยเน้นทักษะเพื่อนำไปสู่การสร้างผลิตภัณฑ์ใหม่ ๆ ที่มีคุณภาพเนื่องจากขณะนี้โลกได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนานักเรียนในทางด้านความคิดสร้างสรรค์และนวัตกรรมใหม่ ๆ หากครูยังคงเลือกที่จะเป็นครูเชิงรับ (Passive Teacher) มากกว่าที่จะเป็นครูเชิงรุก (Active Teacher) หรือนวัตกรรมเชิงสร้างสรรค์ จะทำให้ครูเป็นผู้ที่อยู่ในฐานะเพียงผู้บริโภคนิ่งเฉยเฉยๆ ฉะนั้นการเปลี่ยนวัฒนธรรมการจัดการเรียนรู้ให้แก่นักเรียนเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่จะทำให้ให้นักเรียนรู้จักการสร้างสรรค์ ร่วมกันวางแผน รู้จักแยกแยะ รู้จักประยุกต์ วิจัยค้นคว้า สร้างผลงาน วางแผน และประเมินผลเป็น ซึ่งตัวแปรสำคัญในประเด็นเหล่านี้คือ ครูจะต้องมีความรู้ทางวิชาชีพและทักษะที่สำคัญในการทำงานศตวรรษที่ 21 ดังต่อไปนี้ (Bourgonje & Tromp, 2011 : Online; Santrock, 2011 : 6-9)

1. ความสามารถในการด้านความรู้เนื้อหา (Subject Matter Competence) ครูจะต้องมีความชำนาญและเชี่ยวชาญศาสตร์สาขาของตนเอง เข้าใจในเนื้อหาอย่างถ่องแท้ สามารถที่จะอธิบายและถ่ายทอดความรู้เนื้อหาได้อย่างละเอียดและคล้อยตามข้อสงสัยให้แก่นักเรียนได้ สามารถอธิบายความรู้เนื้อหาที่เป็นนามธรรมออกมาเป็นรูปธรรมได้ ยกตัวอย่างให้เห็นได้อย่างชัดเจน โดยครูจะต้องพยายามศึกษาและแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ อยู่เสมอ และสอดคล้องกับยุคปัจจุบันเพื่อนำความรู้เหล่านั้นมาถ่ายทอดให้นักเรียนได้เรียนรู้ได้ทันตามยุคสมัย

2. กลยุทธ์ในการเรียนการสอน (Instructional Strategies) การจัดการเรียนการสอนครูไม่ใช่เพียงแค่สอนเพียงลำพังหรือเป็นผู้ให้ความรู้ฝ่ายเดียว และนักเรียนไม่ได้เป็นผู้รับหรือนั่งฟังแต่เพียงฝ่ายเดียวเช่นกัน ครูจะต้องมีวิธีการหรือกลยุทธ์ในการกระตุ้นให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้และมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ให้มากที่สุด โดยมีการส่งเสริมให้นักเรียนมีการสำรวจโลกแห่งความรู้ ค้นหาความรู้ สะท้อนคิด และการคิดเชิงวิพากษ์ เพื่อให้นักเรียนได้เกิดความรู้และความเข้าใจในสิ่งที่เรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งการเรียนรู้ในยุคปัจจุบันไม่ใช่เน้นการจำเนื้อหาหรือการจำข้อมูลเป็นหลัก แต่จะเน้นการให้โอกาสนักเรียนได้สร้างความหมายแห่งการเรียนรู้และความเข้าใจในสิ่งเหล่านั้นด้วยตัวเอง

3. ทักษะการตั้งเป้าหมายและการวางแผนการสอน (Goal-Setting and Instructional Planning Skills) ครูที่มีประสิทธิภาพไม่เพียงแต่จะเข้าไปสอนในห้อง ยังมีความมุ่งมั่นและตั้งเป้าหมายค่อนข้างสูงกับการสอนของตนเอง และพัฒนาในการจัดวางแผนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายเหล่านั้นอีกด้วย โดยมีการวางแผนกลยุทธ์ที่จะทำให้เกิดความสำเร็จ ใช้เวลากับการวางแผนเกี่ยวกับการเรียนการสอน จัดเตรียมบทเรียนเพื่อเพิ่มการเรียนรู้ให้แก่นักเรียนอย่างสูงสุด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในขณะที่ยังวางแผน ครูที่มีประสิทธิภาพจะไตร่ตรองและคิดว่าตนเองสามารถที่จะทำให้การเรียนรู้เป็นเรื่องราวที่น่าสนุกและน่าสนใจแก่นักเรียนได้อย่างไร

4. การจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับพัฒนาการของนักเรียน (Developmentally Appropriate Teaching Practices) ครูที่ดีควรเข้าใจพัฒนาการของนักเรียนและรู้วิธีการว่า ควรจัดเนื้อหาหรือวางแผนเกี่ยวกับการเรียนการสอนอย่างไรให้เหมาะสมกับระดับพัฒนาการของนักเรียน โรงเรียนส่วนมากมักจัดระดับพัฒนาของนักเรียนตามผลการเรียนและอายุ แต่สิ่งเหล่านี้ไม่ได้เป็นตัวทำนายที่ดีเสมอไปสำหรับการพัฒนานักเรียนในแต่ละระดับผลการเรียน โดยทั่วไปนักเรียนแต่ละคนมีความแตกต่างกัน มีทักษะ ความสามารถ และขั้นพัฒนาการที่กว้างขึ้นแตกต่างกันตามช่วงวัย การทำความเข้าใจในพัฒนาการและการเจริญเติบโตเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งเพื่อจัดการเรียนการสอนในวิธีที่เหมาะสมที่สุดสำหรับนักเรียนแต่ละคน

5. ทักษะการจัดการชั้นเรียน (Classroom-Management Skills) ความสำคัญของการเป็นครูที่มีประสิทธิภาพ คือ การที่สามารถทำให้นักเรียนทั้งชั้นเรียนทำงานร่วมกันและมุ่งมั่นไปยังงานที่ได้รับมอบหมายในชั้นเรียน โดยสามารถสร้างและคงสภาพแวดล้อมที่ส่งผลให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ สร้างสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม และครูจะต้องใช้กลยุทธ์ในการสร้างกฎระเบียบและแนวปฏิบัติ การจัดระเบียบกลุ่ม การติดตามกิจกรรมในชั้นเรียน และการรับมือกับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม

6. ทักษะการสร้างแรงจูงใจ (Motivational Skills) ครูที่มีประสิทธิภาพจะมีกลยุทธ์ที่ดีในการช่วยกระตุ้นให้นักเรียนมีแรงจูงใจในการเรียน นักจิตวิทยาทางการศึกษามีความเชื่อว่า สิ่งที่ทำให้ได้ผลดีที่สุดคือการให้โอกาสการเรียนรู้ในโลกแห่งความเป็นจริงที่มีความเหมาะสม และมีความแปลกใหม่แก่นักเรียนแต่ละคน ซึ่งครูที่มีประสิทธิภาพจะรู้ว่านักเรียนมีแรงจูงใจเมื่อนักเรียนสามารถได้เลือกทำในสิ่งที่ชื่นชอบและให้ความสนใจส่วนตัวของแต่ละบุคคลกับสิ่งนั้น โดยครูให้นักเรียนได้มีโอกาสในการคิดโครงการอย่างสร้างสรรค์และอย่างมากมาย

7. ทักษะการสื่อสาร (Communication Skills) นับว่ามีความจำเป็นและมีความสำคัญอย่างยิ่งในการสอน เนื่องจากการจัดการเรียนการสอนจะต้องอาศัยทักษะการพูด การฟัง การเอาชนะปัญหาอุปสรรคในการสื่อสารด้วยวาจา การเข้าใจรูปแบบการสื่อสารแบบบอวจนของนักเรียน และการแก้ไขปัญหาขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ ทักษะการสื่อสารมีความสำคัญอย่างมากไม่เพียงแต่ใช้ในการสอนนักเรียนเท่านั้น แต่ยังเป็นการสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้ปกครองของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ครูที่มีประสิทธิภาพจะมีทักษะการสื่อสารที่ดีเมื่อพูดกับนักเรียน ผู้ปกครอง ผู้บริหาร และเพื่อนร่วมงานหรือผู้อื่น โดยจะวิพากษ์วิจารณ์ให้น้อยที่สุด มีรูปแบบการสื่อสารที่เหมาะสมมากกว่าการก้าวร้าวและการไม่ได้ตอบ นอกจากนี้ครูที่มีประสิทธิภาพจะให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะการสื่อสารของนักเรียนอีกด้วย ปัจจุบันทักษะการสื่อสารได้รับการจัดลำดับว่าเป็นทักษะที่มีความสำคัญที่สุดและเป็นที่ต้องการมากที่สุดของผู้จ้างงานและสถานประกอบการต่าง ๆ ในสังคม