

ใบงาน เรื่อง แบบสำรวจตนเอง
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง เส้นทางสู่อาชีพ
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง สำรวจตัวเอง สู่การเลือกอาชีพ
รหัสวิชา ง๒๓๑๐๒ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

คำชี้แจง :

๑. ใบงานนี้จัดทำขึ้นเพื่อให้นักเรียนได้ สำรวจตนเองอย่างเป็นระบบ โดยพิจารณาจาก ๓ ปัจจัยสำคัญ ได้แก่ **ความถนัด ความสนใจ และบุคลิกภาพ/ลักษณะนิสัย** ซึ่งจะช่วยให้ นักเรียนเข้าใจตนเองได้ดีขึ้น และสามารถนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการพิจารณาเลือกอาชีพที่เหมาะสมในอนาคต
๒. ให้นักเรียนทำใบงานนี้ **เป็นรายบุคคล** และนำผลที่ได้ไป แลกเปลี่ยนกับเพื่อนในกลุ่ม เพื่อรับข้อเสนอแนะ ก่อนสรุปผลลัพธ์ที่ชัดเจนเป็นของตนเอง

ส่วนที่ ๑ ตารางสำรวจความถนัดตนเอง

คำสั่ง ให้นักเรียนพิจารณาความถนัดของตนเองในด้านต่าง ๆ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ในระดับที่ตรงกับตนเองมากที่สุด (๕ = ถนัดที่สุด , ๔ = ถนัดมาก , ๓ = ถนัดปานกลาง , ๒ = พอทำได้ , ๑ = ไม่ถนัดเลย) และเขียนตัวอย่างประกอบสิ่งทีนักเรียนเคยทำเกี่ยวกับความถนัดด้านนั้น ๆ

ด้านความถนัด	ถนัด ที่สุด (๕)	ถนัด มาก (๔)	ถนัด ปาน กลาง (๓)	พอทำได้ (๒)	ไม่ถนัด เลย (๑)	ตัวอย่างสิ่งที่ เคยทำ
๑) วิชาการ (เช่น คณิต วิทยาศาสตร์ ภาษา)	☐	☐	☐	☐	☐	
๒) ปฏิบัติ/เทคนิค (งานช่าง ทำอาหาร ซ่อมของ)	☐	☐	☐	☐	☐	
๓) ศิลปะ/สร้างสรรค์ (วาดรูป ร้องเพลง การแสดง)	☐	☐	☐	☐	☐	
๔) กีฬา/การเคลื่อนไหว (กีฬา เล่นกลางแจ้ง)	☐	☐	☐	☐	☐	
๕) สังคม/การสื่อสาร (พูดคุย ทำงานร่วมกับผู้อื่น)	☐	☐	☐	☐	☐	

ส่วนที่ ๒ ตารางสำรวจความสนใจ

คำสั่ง ให้นักเรียนเขียนสิ่งที่ตนเองสนใจหรือชอบทำ แล้วระบุความถี่ในการทำกิจกรรมนั้น พร้อมบอกความรู้สึกที่ได้รับ

สิ่งที่สนใจหรือชอบทำ	ทำบ่อยแค่ไหน	ความสุข/ความรู้สึกที่ได้รับ
	☐ บ่อย ☐ บางครั้ง ☐ ไม่ค่อยทำ	
	☐ บ่อย ☐ บางครั้ง ☐ ไม่ค่อยทำ	
	☐ บ่อย ☐ บางครั้ง ☐ ไม่ค่อยทำ	

ส่วนที่ ๓ ตารางสำรวจบุคลิกภาพและลักษณะนิสัย

คำสั่ง ให้นักเรียนเครื่องหมาย ✓ ที่ตรงกับตนเอง พร้อมยกตัวอย่างประกอบ โดยให้คะแนน (๕ = มากที่สุด , ๔ = มาก , ๓ = ปานกลาง , ๒ = น้อย , ๑ = ไม่ใช่เลย) และยกตัวอย่างพฤติกรรมที่สะท้อนลักษณะนั้น

ด้านบุคลิกภาพ / นิสัย	ไม่ใช่เลย	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด	ตัวอย่างพฤติกรรม
๑) ชอบทำงานร่วมกับผู้อื่น	☐	☐	☐	☐	☐	
๒) ความเป็นผู้นำ/ตัดสินใจ	☐	☐	☐	☐	☐	
๓) รอบคอบ / ใส่ใจรายละเอียด	☐	☐	☐	☐	☐	
๔) ความคิดสร้างสรรค์	☐	☐	☐	☐	☐	
๕) ความรับผิดชอบ / อดทน	☐	☐	☐	☐	☐	

ส่วนที่ ๔ ตารางเชื่อมโยงผลการสำรวจสู่อาชีพ

คำสั่ง ให้นักเรียนวิเคราะห์จากผลการสำรวจทั้ง ๓ ส่วน แล้วระบุอาชีพที่ตนเองคิดว่าเหมาะสม พร้อมเหตุผลประกอบ

สิ่งที่เด่นจากการสำรวจ	อาชีพที่คิดว่าเหมาะสม	เหตุผลที่เลือก
๑) ความถนัด		
๒) ความสนใจ		
๓) บุคลิกภาพ/นิสัย		

ส่วนที่ ๕ คำถามสะท้อนคิด (Reflection)

คำสั่ง ให้นักเรียนเขียนตอบคำถามต่อไปนี้อย่างสั้น ๆ แต่ครบถ้วน

๑. จุดแข็ง หรือความถนัดที่เด่นที่สุดของนักเรียนคืออะไร และเพราะเหตุใด

.....

.....

.....

๒. กิจกรรมใดที่ทำแล้วนักเรียนรู้สึกมีความสุข และมีคุณค่า

.....

.....

.....

๓. บุคลิกภาพ หรือนิสัยใดที่คิดว่าจะช่วยส่งเสริมการทำงานในอนาคตของนักเรียน

.....

.....

.....

๔. เมื่อพิจารณาจากการสำรวจทั้งหมด อาชีพที่นักเรียนคิดว่าเหมาะสมที่สุด คืออะไร

.....

.....

.....

ชื่อ-สกุล..... ชั้น/ห้อง เลขที่