

รายละเอียดของรายวิชา

การฝึกบริหารความเครียดและความขัดแย้ง

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม
คณะ/สาขาวิชา คณะศึกษาศาสตร์/สาขาจิตวิทยา

หมวดที่ 1

ข้อมูลโดยทั่วไป

- รหัสและชื่อรายวิชา
PSYC 4301 การฝึกบริหารความเครียดและความขัดแย้ง
- จำนวนหน่วยกิต
3 (2-2-5)
- หลักสูตรและประเภทของรายวิชา
ศิลปศาสตรบัณฑิต กลุ่มวิชาเอกเลือก
- อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน
ผู้ช่วยศาสตราจารย์กิตานันท์ ชำนาญเวช
- ภาคการศึกษา / ชั้นปีที่เรียน
ภาคการศึกษาที่ 1 พ.ศ.2556
- รายวิชาที่ต้องเรียนมาก่อน (Pre-requisite) (ถ้ามี)
ไม่มี
- สถานที่เรียน
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม
- วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด
วันที่ 10 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2557

หมวดที่ 2

จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์

1. จุดมุ่งหมายของรายวิชา

เพื่อให้ศึกษามีความรู้ ความเข้าใจถึงความหมายธรรมชาติและกระบวนการของความเครียด สาเหตุของการเกิดความเครียด ทฤษฎีเรื่องความเครียด และสามารถฝึกบริหารความเครียดได้ด้วยตนเอง

2. วัตถุประสงค์ในการพัฒนา / ปรับปรุงรายวิชา

เพื่อพัฒนาและปรับปรุงรายวิชาตามหลักสูตรให้ทันสมัยสนองต่อการเปลี่ยนแปลงของโลกในยุคปัจจุบัน

หมวดที่ 3

ลักษณะและการดำเนินการ

1. คำอธิบายรายวิชา

ความหมาย ธรรมชาติ ประเภท และกระบวนการของความเครียด สาเหตุของความเครียดและความขัดแย้ง ผลของความเครียดและความขัดแย้งที่มีต่อสภาพ ทางกาย จิตใจ และ ทางสังคม ทฤษฎีและเทคนิคต่างๆ ในการผ่อนคลายความเครียด การจัดการกับความขัดแย้ง ฝึกทักษะในการคลี่คลายความขัดแย้งและฝึกบริหารจัดการความเครียด

2. จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อภาคการศึกษา

บรรยาย	สอนเสริม	การฝึกปฏิบัติ/งานภาคสนาม/การฝึกงาน	การศึกษาด้วยตนเอง
บรรยาย 30 ชั่วโมง	สอนเสริมตามความต้องการของนักศึกษา	30 ชั่วโมง	ศึกษาด้วยตนเอง 75 ชั่วโมง

3. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่อาจารย์ให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษาเป็นรายบุคคล

ให้คำปรึกษาและคำแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษาเป็นรายบุคคล 3 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ และอื่นๆ ตามความต้องการของนักศึกษารายบุคคล

หมวดที่ 4
การพัฒนาการเรียนรู้ของนักศึกษา

การเรียนรู้ที่ต้องการพัฒนา	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>1. คุณธรรม จริยธรรม คุณธรรม จริยธรรมที่ต้องพัฒนา</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. การอุทิศตน การตรงต่อเวลา ความรับผิดชอบ การปฏิบัติตามกฎระเบียบ และจรรยาบรรณของนักจิตวิทยา 2. การให้ความช่วยเหลือบุคคลในชุมชนที่เป็นปัญหา 	<ol style="list-style-type: none"> 1. อภิปรายเพื่อสร้างข้อตกลงร่วมกันแล้วกำหนดเกณฑ์การปฏิบัติ 2. สอดแทรกระหว่างการเรียนการสอนในแต่ละครั้ง 3. ให้คำแนะนำเพื่อให้เกิดการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสมและเสริมสร้างให้ดียิ่งขึ้นไป 4. ผู้สอนประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่เหมาะสม 	<ol style="list-style-type: none"> 1. สังเกตพฤติกรรมระหว่างการเรียนการสอนและมีการเรียกมาพูดคุยหากมีผู้ใดปฏิบัติตนไม่เหมาะสม 2. ประเมินผลจากพฤติกรรม ความรับผิดชอบ และการแสดงออกทางคุณธรรมทั้งภายในภายนอกชั้นเรียน
<p>2. ความรู้ ความรู้ที่ต้องได้รับ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. มีความรู้ความเข้าใจ ความสามารถอธิบาย คติวิเคราะห์ คิดสร้างสรรค์เพื่อนำองค์ความรู้เกี่ยวกับความเครียดเพื่อใช้ในการบริหารจัดการความเครียดที่เพิ่มขึ้นกับตนเองและผู้เกี่ยวข้อง 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ใช้การอภิปราย ระดมความคิดเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน 2. ใช้ปัญหาเป็นฐานการเรียนรู้จากการลงศึกษาชุมชนในสภาพจริง 3. ศึกษาดูงานจากแหล่งเรียนรู้ 4. วิเคราะห์สถานการณ์เพื่อใช้เป็นฐานในการพัฒนาโปรแกรมอบรมเลี้ยงดูเด็กอายุ 3-5 ปี 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ประเมินตามสภาพจริงจากการร่วมแสดงความคิดเห็น การนำเสนอผลงาน องค์ความรู้ที่เกิดจากการใช้ปัญหาเป็นฐาน 2. ทดสอบระหว่างภาค 3. ทดสอบปลายภาค

การเรียนรู้ที่ต้องการพัฒนา	วิธีการสอน	วิธีการประเมินผล
<p>3. ทักษะทางปัญญา</p> <p>ทักษะทางปัญญาที่ต้องพัฒนา</p> <p>1. การคิดอย่างเป็นระบบ คิดวิเคราะห์ คิดสร้างสรรค์ การตีความ การประยุกต์ ความรู้เพื่อนำไปใช้พัฒนาชุมชน</p>	<p>1. มีการอภิปรายกลุ่มใหญ่ กลุ่มย่อย นำเสนอประเด็น ปัญหาของชุมชน</p> <p>2. นำเสนอรูปแบบการพัฒนา ชุมชน</p>	<p>1. ประเมินผลตามสภาพจริง จากการลงมือปฏิบัติ การ นำเสนอ</p> <p>2. ประเมินจากการสะท้อนผล การเรียนรู้ของตนเอง</p> <p>3. ทดสอบระหว่างภาค</p> <p>4. ทดสอบปลายภาค</p>
<p>4. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และความรับผิดชอบ</p> <p>ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และความรับผิดชอบที่ต้องพัฒนา</p> <p>1. การทำงานเป็นทีม การสร้างทีมงาน ที่มีประสิทธิภาพ มีความรับผิดชอบ การพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง มีความ รับผิดชอบต่อทีมงานและงานที่ได้รับ มอบหมาย</p> <p>2. การทำงานร่วมกับบุคคลในชุมชน</p>	<p>1. มอบหมายงานเป็น รายบุคคลและเป็นกลุ่มย่อย</p> <p>2. แบ่งกลุ่มร่วมกันอภิปราย แสดงความคิดเห็นและนำเสนอ</p> <p>3. เรียนรู้จากประสบการณ์ตรง จากการทำกิจกรรมร่วมกัน</p> <p>4. ฝึกนำเพื่อนในห้องเพื่อ บริหารความเครียด</p>	<p>1. สังเกตและเก็บรวบรวม ข้อมูลการส่งงานตรงตามเวลาที่ กำหนด</p> <p>2. สังเกตคุณภาพของผลงาน แต่ละชิ้นตรงตามวัตถุประสงค์ มีความชัดเจน ครอบคลุมทุก ประเด็น มีการยกตัวอย่าง สอดแทรกความคิดเห็นของ ตนเอง โดยอิงตามหลักแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง</p> <p>3. นักศึกษาสะท้อนผลการ เรียนรู้ของตนเอง</p>
<p>5. ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การ สื่อสาร และการใช้เทคโนโลยี สารสนเทศ</p> <p>ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลขการ สื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ</p>	<p>1. เรียนรู้จากประสบการณ์ตรง จากการสืบค้นหาข้อมูล</p> <p>2. เรียนจากต้นแบบในการใช้ เทคโนโลยี เช่น เพื่อน อาจารย์ เป็นต้น</p>	<p>1. นักศึกษาสะท้อนความรู้ ความเข้าใจ ความคิดเห็นผ่าน เทคโนโลยีในรูปแบบต่างๆ</p> <p>2. สังเกตพฤติกรรมการใช้ เทคโนโลยี</p>