



# รายงานผลการดำเนินโครงการ โครงการ 7 กิจกรรมความดี ปีการศึกษา 2564

อ.จุฑารัตน์ เสาวพันธ์ ผู้สรุปรายงาน



1 มิถุนายน 2564 ถึง 31 มีนาคม 2565

งานพัฒนาและบริการนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี

## คำนำ

ตามที่คณะกรรมการงานพัฒนาและบริการนักศึกษา ได้ดำเนินโครงการ “7 กิจวัตรความดี” ประจำปีการศึกษา 2564 เพื่อให้นักศึกษาสามารถวิเคราะห์ตนเองและวางแผนการพัฒนาตนเองในด้านคุณธรรม จริยธรรม ตามกรอบ 7 กิจวัตรความดี และเพื่อให้นักศึกษาสะท้อนคิดถึงผลของการพัฒนาตนเองในด้านคุณธรรม จริยธรรม ตามกรอบ กิจวัตรความดี หลังจากสิ้นสุดโครงการคณะกรรมการงานพัฒนาและบริการนักศึกษา จึงได้จัดทำสรุป และรายงานผลโครงการนี้ เพื่อนำผลการจัดโครงการตลอดจนปัญหาและอุปสรรคในการจัดโครงการมาเป็นแนวทางในการพัฒนาการจัดโครงการให้เกิดประสิทธิภาพต่อไป

คณะผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่าเอกสารสรุปและรายงานฉบับนี้จะเป็นประโยชน์ต่อการจัดกิจกรรมในครั้งต่อไป

คณะกรรมการงานพัฒนาและบริการนักศึกษา  
จัดทำ

## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทสรุป	4
- ความสอดคล้องกับมาตรฐานการศึกษา	4
รายงานผลการดำเนินงาน	
- รายงานวิธีการดำเนินงาน	4
- รายงานงบประมาณ	11
- รายงานสรุปผลความสำเร็จตามวัตถุประสงค์	12
- รายงานสรุปผลความสำเร็จตามตัวชี้วัด	12
- สรุปและวิเคราะห์ผล	13
ภาคผนวก	15
- ภาพบรรยากาศการดำเนินโครงการ	
- โครงการที่ได้รับการอนุมัติ	

## บทสรุป

กิจกรรมนี้มีความสอดคล้องกับมาตรฐานการศึกษา ดังนี้

### สภาการพยาบาล

มาตรฐานที่ 4 ตัวบ่งชี้ที่ 12 การพัฒนานักศึกษา (เกณฑ์ทั่วไป)

### สถาบันการอุดมศึกษา (สกอ.)

องค์ประกอบที่ 1 การผลิตบัณฑิต

### แผนยุทธศาสตร์ของคณะพยาบาล

ยุทธศาสตร์ที่ 1 ผลิตบัณฑิตให้มีคุณภาพ มีความรู้คู่คุณธรรม กลยุทธ์ที่ 4 พัฒนาการจัดกิจกรรม นักศึกษาให้ครอบคลุมเกณฑ์การประกันคุณภาพ กลยุทธ์ที่ 5 สนับสนุนการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะการเรียนรู้ ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิ (TOF) ระดับปริญญาตรีสาขาพยาบาลศาสตร์ ตัวชี้วัด 11 จำนวนกิจกรรมที่พัฒนา ทักษะการเรียนรู้ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับปริญญาตรีสาขาพยาบาลศาสตร์ : TOF ที่ 1 ทักษะคุณธรรม จริยธรรม

อัตลักษณ์ของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์: มีภาวะผู้นำ จริยธรรมเด่น เน้นจิตอาสา พัฒนานวัตกรรมสู่สังคม  
รายงานผลการดำเนินงาน โครงการ “ 7 กิจวัตรความดี” ประจำปีการศึกษา 2564

ผู้รับผิดชอบโครงการ คณะกรรมการงานพัฒนาและบริการนักศึกษา คณะกรรมการสโมสรนักศึกษา

ประเภทโครงการ : ใหม่

### 1. หลักการและเหตุผล

ความเปลี่ยนแปลงทางด้านวัฒนธรรม และสภาพสังคมในปัจจุบันที่เต็มไปด้วยการแข่งขัน และความเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วทางเทคโนโลยี ล้วนก่อสภาพแวดล้อมที่ไม่เอื้อต่อการสนับสนุนให้สังคมเข้มแข็ง มีเสถียรภาพ ก่อให้เกิดปัญหาตามมามากมาย สะท้อนออกมาด้วยข่าวร้ายในแต่ละวัน เช่นภาพอาชญากรรม การใช้ความรุนแรง การโกหกหลอกลวง การใช้ยาเสพติดสิ่งของมีนเมา การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ที่ได้ระดับสูงขึ้น อย่างไม่เห็นได้ชัดเจน ผู้คนเริ่มสูญเสียหลักการที่ถูกต้อง หันไปเชิดชูค่านิยมทางสังคมแทน แรงเชียร์วรากเชิง วัฒนธรรมชั้ดกระหน่ำสำนึกเชิงศีลธรรม สำนึกแห่งความผิดชอบชั่วดี เรื่องถูกกลายเป็นผิด เรื่องผิดกลายเป็นเรื่อง ถูกต้องชอบธรรม ซึ่งล้วนเป็นการสร้างความสับสนต่อการตัดสินใจเชิงจริยธรรมอย่างมีสติ

“นิสัยที่ดี เป็นรากฐานสำคัญของการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ครอบครัวอบอุ่น และเป็นจุดเริ่มต้นของการ สร้างสังคมที่สงบสุข” โดยยึดหลักการสำคัญ คือ “เปลี่ยนแปลงจากภายในสู่ภายนอก” โดยอุปนิสัยที่รณรงค์ให้ สมาชิกหมั่นปฏิบัติมีอยู่ 7 ข้อ เรียกว่า 7 กิจวัตรความดี การฝึกฝน พัฒนาอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ จะส่งผลให้ มนุษย์อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข มีความอบอุ่น มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น นอกจากนี้ยังเป็นพื้นฐานที่สำคัญที่นำไปสู่ คุณธรรมอื่น ๆ ที่สูงยิ่งขึ้นไป เช่นความเคารพ ความกตัญญู ความอดทนเสียสละ เป็นต้น

มาตรฐานคุณวุฒิระดับปริญญาตรีสาขาพยาบาลศาสตร์ได้กำหนดให้สมรรถนะด้านคุณธรรมและจริยธรรม เป็นสมรรถนะหลักด้านที่ 1 ของเป้าหมายในการพัฒนานักศึกษาพยาบาล เนื่องจากเป็นสมรรถนะด้านที่จะหล่อ หลอมความเป็นพยาบาลที่ดี มีประสิทธิภาพและมีคุณภาพอีกทั้งเป็นพยาบาลที่มีคุณลักษณะของ การมีหัวใจของ ความเป็นมนุษย์ ดังนั้นการพัฒนานักศึกษาตามกรอบ TQF ด้านคุณธรรม จริยธรรม จึงถือเป็นความจำเป็นอย่าง ยิ่งสำหรับการพัฒนานักศึกษาพยาบาล

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี จึงจัดทำโครงการ 7 กิจวัตรความดีให้กับนักศึกษาทุกคน ทุกชั้นปี โดยจัดเป็นโครงการต่อเนื่องระยะยาวเพื่อให้นักศึกษาเป็นผู้ที่มีคุณธรรม จริยธรรม สามารถดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

## 2. ขอบเขตของการดำเนินโครงการ

### 2.1 สถานที่และวันเวลาดำเนินงาน

1 มิถุนายน 2564 ถึง 31 มีนาคม 2565 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขต อุดรธานี

### 2.2 ขั้นตอนการดำเนินงานใช้กระบวนการ PDCA และกิจกรรมที่สำคัญ

ขั้นเตรียมการ (Plan) มีการประชุมวางแผนของคณะกรรมการดำเนินงาน สำนวญความต้องการของนักศึกษา จากนั้นสรุปผลการสำรวจและนำมาวางแผน ในสัปดาห์ที่ 1 เดือนมิถุนายน 2564 จากนั้น

- คณะกรรมการงานพัฒนาและบริการนักศึกษาจัดประชุมชี้แจงการดำเนินโครงการ ร่วมกับอาจารย์ประจำชั้นในแต่ละชั้นปี

- คณะกรรมการฯ ร่วมวางแผนการดำเนินงาน

ขั้นดำเนินการ (DO) เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติงบประมาณในสัปดาห์ที่ 3 เดือนมิถุนายน 2564 ขณะรออนุมัติโครงการ จัดประชุมคณะกรรมการดำเนินงานเพื่อวางแผนรูปแบบการดำเนินกิจกรรม เมื่อโครงการผ่านการอนุมัติแล้วจึงดำเนินการตามแผนที่วางไว้

- ขั้นประเมินผลการดำเนินงาน (Check) ติดตามประเมินผลการดำเนินงานทุกขั้นตอนตั้งแต่เริ่ม การเขียนโครงการเพื่อขออนุมัติ ดำเนินงานตามแผนที่วางไว้ หากมีปัญหาให้ทำการแก้ไขปัญหาโดยการประชุมคณะกรรมการเพื่อร่วมกันแก้ปัญหาทันที เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมทำการประเมินผลกิจกรรมให้แล้วเสร็จภายใน 1 สัปดาห์

- ขั้นสรุปผลการดำเนินงาน (Action) จัดประชุมเพื่อสรุปผลการดำเนินงาน โดยทำ SWOT analysis หาจุดอ่อน จุดแข็งปัญหาอุปสรรค โอกาสพัฒนา ถอดบทเรียน แล้วสรุปผลการประเมินกิจกรรม นำเสนอผลการดำเนินงานต่อที่ประชุมคณะกรรมการบริหารคณะฯ และขอข้อเสนอแนะ เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงพัฒนา กิจกรรมในคราวถัดไป

## 3. ผลการประเมินกระบวนการดำเนินงานตามหลัก PDCA

3.1 ขั้นเตรียมการ (Plan) ประชุมวางแผนคณะกรรมการดำเนินงานทั้งหมด 4 ครั้ง เพื่อแบ่งหน้าที่รับผิดชอบกิจกรรม/วิธีดำเนินการ (PDCA) (แสดงเป็น Gantt chart)

## ชั้นวางแผน (Plan)

### กิจกรรม/วิธีดำเนินการ (PDCA) (แสดงเป็น Gantt chart)

เวลา/กิจกรรม	2564						2565			
	มี.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.
1. ขั้นเตรียมการ (Plan)	←→									
1.1 ศึกษาและสำรวจความต้องการ	←→									
1.2 สรุปผลการสำรวจและนำมาวางแผน	←→									
1.3 เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติงบประมาณ	←→									
2. ขั้นดำเนินการ (DO)										
2.1 ประชุมคณะกรรมการดำเนินงานเพื่อวางแผนรูปแบบการดำเนินกิจกรรม	←→									
2.2 ดำเนินการตามแผน ได้แก่		←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→	←→
1. ชี้แจงการดำเนินกิจกรรมโครงการต่อกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่										
1.1 กลุ่มเป้าหมายวิเคราะห์ตนเองเกี่ยวกับการทำ 7 กิจกรรมความดีก่อนเข้าโครงการ										
1.2 ให้กลุ่มเป้าหมายจัดทำแผนการดำเนินกิจกรรม 7 กิจกรรมความดี										
2. กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมเป็นระยะเวลา 24 สัปดาห์ (2 ภาคการศึกษา ภาคการศึกษาที่ 1/2564 และ 2/2564) ภาคการศึกษาละ 12 สัปดาห์										
2.1 ให้กลุ่มเป้าหมายดำเนินกิจกรรม 7 กิจกรรมความดีตามแผนที่จัดทำขึ้นและส่งผลการดำเนินกิจกรรมพร้อมการสะท้อนความรู้สึกที่ได้จากการทำกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้งใน Google Classroom										
3. อาจารย์ประจำชั้นตรวจสอบบันทึก 7 กิจกรรมความดี										
4. อาจารย์ประจำชั้นดำเนินกิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ใน Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจกรรมความดีของตนเองในแต่ละสัปดาห์ให้คำชื่นชมกับนักศึกษาที่ประสบผลสำเร็จประจำสัปดาห์ รวมทั้งให้กำลังใจในการปฏิบัติแก่นักศึกษาที่ยังปฏิบัติไม่ได้										
5. ให้กลุ่มเป้าหมายนักศึกษาสะท้อนคิดความรู้สึกและการเปลี่ยนแปลงของตนเองในสัปดาห์ที่ 6, 12 ทั้ง 2 ภาคการศึกษา										
6. บันทึกข้อมูลการทำกิจกรรมในแบบบันทึกความดีรายสัปดาห์ พร้อมภาพประกอบ และนำเสนออาจารย์ประจำชั้น										

เวลา/กิจกรรม	2564						2565			
	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.
7. ประกาศรายชื่อนักศึกษา แต่ละชั้นปีที่เป็นผู้ทำ ความดี ยอดเยี่ยมประจำภาคการศึกษา										
3. ชั้นประเมินผล (Check)		ครั้งที่ 1		ครั้งที่ 2			ครั้งที่ 3		ครั้งที่ 4	
3.1 ประเมินผลการดำเนินโครงการ										↔
4.ชั้นสรุปผล (Action)										
4.1. นำผลมาปรับปรุงโครงการ										↔

3.2 ขั้นดำเนินการ (DO) เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติงบประมาณ ขณะรออนุมัติโครงการ จัดประชุม คณะกรรมการดำเนินงานนำเสนอความคืบหน้าในงานแต่ละฝ่าย เพื่อวางแผนรูปแบบการดำเนินกิจกรรมเทอมที่ 1 ในกลางเดือน กรกฎาคม 2564 - ตุลาคม 2564 และเทอมที่ 2 เริ่มเดือน พฤศจิกายน 2564 - กุมภาพันธ์ 2565 เมื่อโครงการผ่านการอนุมัติแล้วจึงดำเนินการตามแผนที่วางไว้ รายละเอียดการดำเนินโครงการดังนี้

ตารางกิจกรรมโครงการ 7 กิจวัตรความดี

1 มิถุนายน 2564 ถึง 31 มีนาคม 2565

.....

สัปดาห์ที่	กิจกรรม	หมายเหตุ
1	<p>ปฐมนิเทศโครงการ และวิเคราะห์ตนเองเกี่ยวกับการทำ 7 กิจวัตร ความดี ก่อนเข้าโครงการ ได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การรักษาศีล 5</li> <li>- การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ</li> <li>- การจัดห้องนอน ห้องน้ำ และห้องครัวให้สะอาด เป็นระเบียบ</li> <li>- คิดดี จับดี บุคคลรอบข้าง</li> <li>- พุดจาดี มีวาจาสุภาพ</li> <li>- ทำดี บำเพ็ญประโยชน์</li> <li>- ร่วมกิจกรรมในชั่วโมงสุขจริงหนอ</li> </ul> <p>- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับ การรักษาศีล 5</p>	
2	<p>- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับ การรักษาศีล 5</p>	
3	<p>- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับ การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ</p>	
4	<p>- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับ การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ</p>	
5	<p>- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับ การจัดห้องนอน ห้องน้ำ และห้องครัวให้สะอาด เป็นระเบียบ</p>	
6	<p>- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับ การจัดห้องนอน ห้องน้ำ และห้องครัวให้สะอาด เป็นระเบียบ- สะท้อนคิดความรู้สึกและการเปลี่ยนแปลงของตนเอง</p>	



สัปดาห์ที่	กิจกรรม	หมายเหตุ
7	- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับ คิตติ จัปดีบุคคลรอบข้าง	
8	- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับ คิตติ จัปดีบุคคลรอบข้าง	
9	- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับ พุดจาตี มีวาจาสุภาสิต	
10	- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับ พุดจาตี มีวาจาสุภาสิต	
11	- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับ ทำดี บำเพ็ญประโยชน์	
12	<p>- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับ ทำดี บำเพ็ญประโยชน์</p> <p>- สะท้อนคิดความรู้สึกและการเปลี่ยนแปลงของตนเอง</p> <p>- สรุปและประเมินความพึงพอใจของโครงการ</p>	

ตารางบันทึก 7 กิจกรรมความดี สัปดาห์ที่ .....

กิจกรรมความดี	วัน	จ	อ	พ	พฤ	ศ	ส	อ	หมายเหตุ
	วันที่								
- การรักษาศีล 5									
- การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ									
- การจัดห้องนอน ห้องน้ำ และ ห้องครัวให้สะอาด เป็นระเบียบ									
- คิดดี จับดีบุคคลรอบข้าง									
- พูดจาดี มีวาจาสุภาพ									
- ทำดี บำเพ็ญประโยชน์									
- ร่วมกิจกรรมในชั่วโมงสุขจริง หนอ									
<b>รวมคะแนนความดี</b>									

สะท้อนคิดความรู้สึกและการเปลี่ยนแปลงของตนเอง สัปดาห์ที่ 6 และ 12

1. ก่อนทำ 7 กิจกรรมความดี ฉันเป็นอย่างไร ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. เหตุการณ์หรือปัญหาที่ทำให้ฉันไม่มีความสุข อาจเป็นปัญหาที่เกิดจากคนรอบข้าง หรือจากตนเอง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. ความประทับใจที่เกิดขึ้นเมื่อได้ทำ 7 กิจกรรมความดี อาจเป็นเสียงจากคนรอบข้างครอบครัว หรือ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเอง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.3 ขั้นประเมินผลการดำเนินงาน (Check) ในระยะนี้ได้เริ่มการประเมินตั้งแต่กระบวนการเตรียมดำเนินการนัดประชุม มีการวางแผนเพื่อแก้ไขสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้นไว้ล่วงหน้า จึงสามารถแก้ไขสถานการณ์ได้ด้วยดี

3.3.1. ตารางที่ 1 สรุปค่าใช้จ่ายของโครงการ/กิจกรรม

รายการ	จำนวน ( บาท)
ตั้งไว้	10,000
ใช้ไป	10,000
คงเหลือ	0

### 3.3.2 ตารางที่ 2 สรุปผลการประเมินความสำเร็จตามวัตถุประสงค์และตัวชี้วัดของโครงการ วัตถุประสงค์โครงการ

1. เพื่อให้นักศึกษาสามารถวิเคราะห์ตนเองและวางแผนการพัฒนาด้านคุณธรรม จริยธรรมตามกรอบ 7 กิจวัตรความดี ได้แก่

- การรักษาศีล 5
- การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ
- การจัดห้องนอน ห้องน้ำ และห้องครัวให้สะอาด เป็นระเบียบ
- คิดดี จับดีบุคคลรอบข้าง
- พูดจาดี มีวาจาสุภาพ
- ทำดี บำเพ็ญประโยชน์
- ร่วมกิจกรรมในชั่วโมงสุขจริงหนอ

2. เพื่อให้นักศึกษาสะท้อนคิดถึงผลของการพัฒนาด้านคุณธรรม จริยธรรมตามกรอบ กิจวัตรความดี

ตัวชี้วัดความสำเร็จ ของโครงการ	ผลการประเมินตามตัวชี้วัด ความสำเร็จของโครงการ	หมายเหตุ
1. ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมาย มีผลการวิเคราะห์ตนเองในด้านคุณธรรม จริยธรรม (7 กิจวัตรความดี)	1. นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-2-3 มีผลการวิเคราะห์ตนเองในด้านคุณธรรม จริยธรรม (7 กิจวัตรความดี) จำนวน 160 คน คิดเป็นร้อยละ 85	√
2. ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายมีการรายงานผลการทำ 7 กิจวัตรความดี	2. นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-2-3 มีการรายงานผลการทำ 7 กิจวัตรความดี ตามเกณฑ์ จำนวน 160 คน คิดเป็นร้อยละ 85	√
3. ร้อยละ 50 ของกลุ่มเป้าหมายมีผลลัพธ์ของเป้าหมายพัฒนาดีขึ้นหรือเปลี่ยนแปลงไป	3. นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-2-3 มีผลลัพธ์ของเป้าหมายพัฒนาดีขึ้นหรือเปลี่ยนแปลงไป จำนวน 109 คน คิดเป็นร้อยละ 68 ของผู้เข้าร่วมโครงการทั้งหมด	√
4. กลุ่มเป้าหมายมีคะแนนความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรม ไม่น้อยกว่า 3.51	4. ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรม มีคะแนนเฉลี่ย 4.25 อยู่ในระดับพึงพอใจมาก	√

3.3.3 ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความพึงพอใจต่อการได้รับการพัฒนา และ กระบวนการจัดกิจกรรม (n=173)

ที่	รายการประเมิน	Mean	SD	แปลผล
	<b>ประเมินตามวัตถุประสงค์โครงการ</b>			
1	ข้าพเจ้าสามารถวิเคราะห์ตนเองและวางแผนการพัฒนาตนเองด้านคุณธรรม จริยธรรมตามกรอบ ๗ กิจวัตรความดี	4.23	0.73	มาก
2	ข้าพเจ้าได้รับการพัฒนาตนเองด้านการรักษาศีล ๕	4.21	0.85	มาก
3	ข้าพเจ้าได้รับการพัฒนาตนเองด้านการสวดมนต์ การนั่งสมาธิ	4.11	0.83	มาก
4	ข้าพเจ้าได้รับการพัฒนาตนเองด้านการการจัดห้องนอน ห้องน้ำ และห้องครัวให้สะอาด เป็นระเบียบ	4.57	0.74	มากที่สุด
5	ข้าพเจ้าได้รับการพัฒนาตนเองด้านการคิดดี จับดีบุคคลรอบข้าง	4.19	0.80	มาก
6	ข้าพเจ้าได้รับการพัฒนาตนเองด้านการพูดจาดี มีวาจาสุภาพ	4.17	0.86	มาก
7	ข้าพเจ้าได้รับการพัฒนาตนเองด้านการทำดี บำเพ็ญประโยชน์	4.35	0.77	มาก
8	การเข้าร่วมกิจกรรมในชั่วโมงสุขจริงหนอ ทำให้ข้าพเจ้าได้สะท้อนคิดถึงผลของการพัฒนาตนเองด้านคุณธรรม จริยธรรมตามกรอบ ๗ กิจวัตรความดี	4.27	0.78	มาก
	<b>ประเมินตามกระบวนการทำงาน</b>			
1	การประชาสัมพันธ์รับรู้ได้ทั่วถึง	4.16	0.84	มาก
2	มีการดำเนินงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพมีการวางแผนที่ดี	4.21	0.83	มาก
3	รูปแบบกิจกรรมมีความเหมาะสม	4.18	0.89	มาก
4	ระยะเวลาเหมาะสม	4.21	0.88	มาก
5	นักศึกษามีส่วนร่วมและเข้าถึงกิจกรรมอย่างทั่วถึง	4.41	0.83	มาก
	ค่าเฉลี่ยโดยรวม	4.25	0.82	มาก

3.4 ขั้นสรุปผลการดำเนินงาน (Action) การประชุมสรุปผลการดำเนินงานเป็นไปตามที่กำหนดไว้ ผลการประเมินความสำเร็จของการดำเนินโครงการสามารถบรรลุวัตถุประสงค์ทุกข้อตามที่ตั้งไว้

#### 3.4.1 สรุปและวิเคราะห์ผล ผลที่เกิดกับนักศึกษามีดังนี้

1. นักศึกษาเข้าร่วมโครงการจำนวน 160 คน คิดเป็น ร้อยละ 85
2. นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-2-3 มีผลการวิเคราะห์ตนเองในด้านคุณธรรม จริยธรรม (7 กิจวัตรความดี) ตามเกณฑ์ จำนวน 160 คน คิดเป็นร้อยละ 85

3. นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-2-3 มีผลลัพธ์ของเป้าหมายพัฒนาดีขึ้นหรือเปลี่ยนแปลงไป จำนวน 109 คน คิดเป็นร้อยละ 68 ของผู้เข้าร่วมโครงการทั้งหมด

4. ผลการประเมินความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรม มีคะแนนเฉลี่ย 4.25 อยู่ในระดับพึงพอใจมาก

5. วิเคราะห์ผลการจัดกิจกรรม โดยคณะกรรมการผู้รับผิดชอบโครงการ มีการมอบหมายหน้าที่ในการดำเนินงาน มีการแก้ไขปัญหาระหว่างดำเนินการเป็นระยะ ๆ ทั้งในทำให้การดำเนินงานในครั้งนี้สามารถบรรลุวัตถุประสงค์และตัวชี้วัดได้ทุกข้อ โดยมีการวิเคราะห์จุดเด่น และจุดพัฒนาดังนี้

#### จุดเด่น :

- การดำเนินโครงการระยะยาวจำนวน 2 ภาคการศึกษา มีการติดตามงานอย่างสม่ำเสมอโดยอาจารย์ประจำชั้น ทำให้สามารถประเมินผลการพัฒนาตนเองของนักศึกษาในด้านคุณธรรม จริยธรรมตามกรอบ 7 กิจวัตรความดีได้อย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

- สามารถสะท้อนถึงผลของการพัฒนาตนเองในด้านคุณธรรม จริยธรรมตามได้อย่างชัดเจน โดยพบว่า การพัฒนาตนเองด้านการการจัดห้องนอน ห้องน้ำ และห้องครัวให้สะอาด เป็นระเบียบมากที่สุด รองลงมา คือ ได้รับการพัฒนาตนเองด้านการทำดี บำเพ็ญประโยชน์

- มีการจัดกิจกรรมในชั่วโมง Homeroom ทำให้ประเมินนักศึกษาได้ตามความเป็นจริง

- มีการชี้แจงและประชาสัมพันธ์ให้นักศึกษาทราบอย่างทั่วถึง

#### จุดอ่อน :

- การประเมินผลโดยการเขียนบันทึกการเปลี่ยนแปลง ยังไม่สะท้อนทุกกิจกรรมตามกรอบ 7 กิจวัตรความดี

- นักศึกษาที่ออกฝึกปฏิบัติงานมีการส่งงานล่าช้าและขาดความต่อเนื่องของกิจกรรม

โอกาสพัฒนา : (ปัจจัยภายนอกที่มีผลกระทบ)

- จากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ทำให้มีการพัฒนาการใช้เทคโนโลยีในการส่งงาน ผ่าน google classroom และสนทนากันผ่านห้องเรียนออนไลน์ Zoom meeting

#### อุปสรรค :

- การเรียนออนไลน์ ทำให้ตามให้นักศึกษาส่งงานยาก

- อาจารย์ที่ปรึกษาหลายท่านไม่ทราบรายละเอียดโครงการว่าต้องมีบทบาทในการช่วยกำกับให้นักศึกษาปฏิบัติตามโครงการ เมื่อมีการส่งบันทึกข้อความให้อาจารย์ที่ปรึกษาเช่นรับทราบ ในกรณีนักศึกษาส่งงานล่าช้า ทำให้เข้าใจไม่ตรงกัน

#### ข้อเสนอแนะ

1. เพิ่มความเข้มงวดของอาจารย์ประจำชั้นในการติดตามงาน เพื่อให้ตรงเวลา มีความต่อเนื่อง สามารถสรุปกิจกรรมได้ทันตามระยะเวลาที่กำหนดไว้

2. ต้องมีการชี้แจงรายละเอียดโครงการให้อาจารย์ทุกท่านรับทราบ ทั้งอาจารย์ที่ปรึกษาและอาจารย์ประจำชั้น เพื่อช่วยกำกับติดตามนักศึกษา

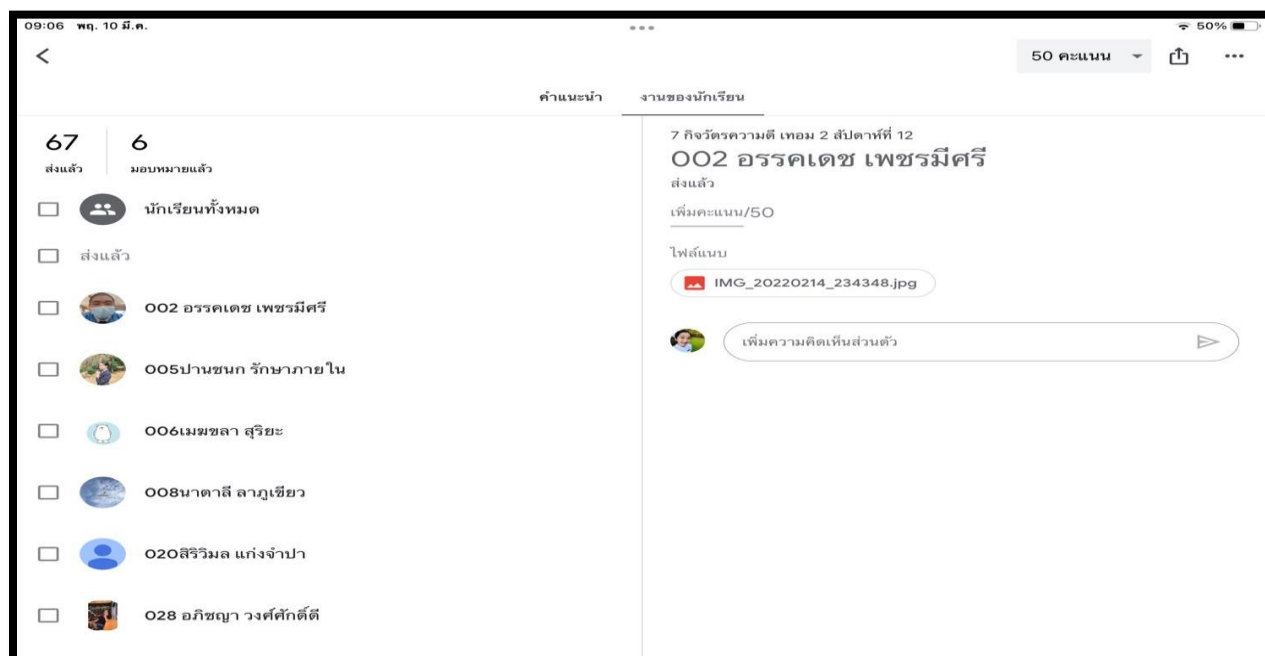
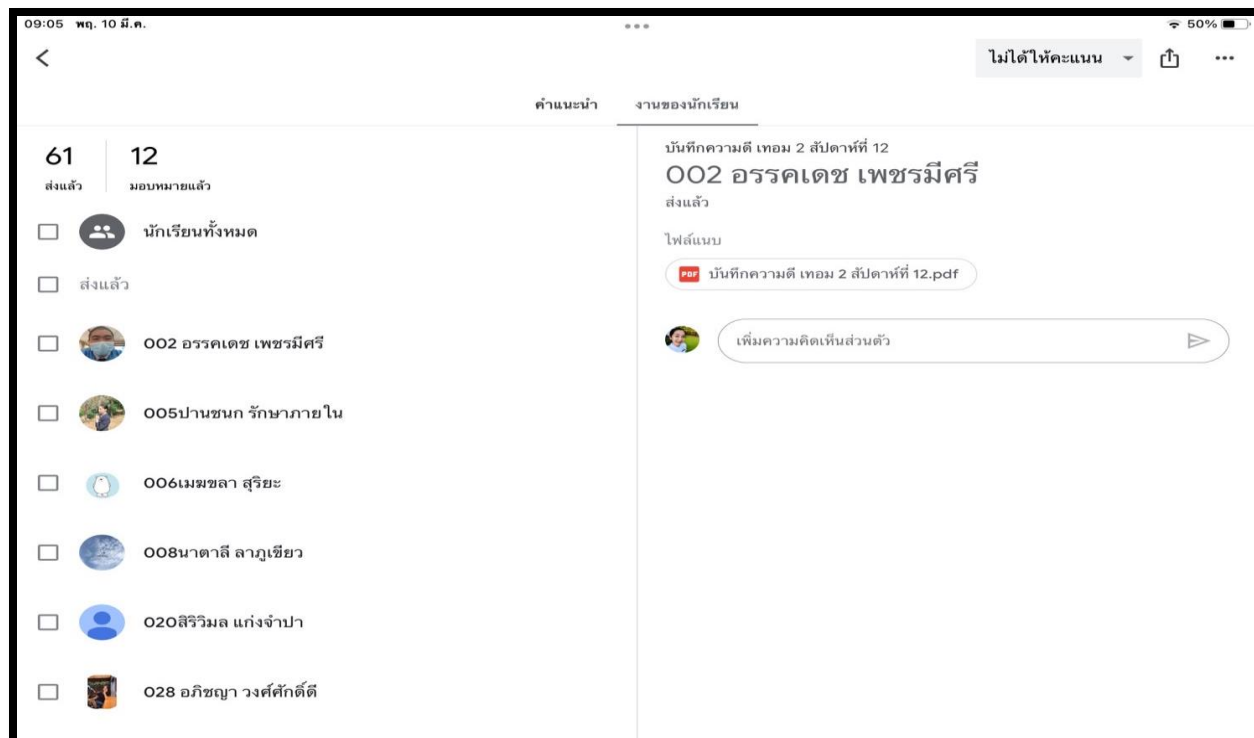
## ภาคผนวก

- ภาพประกอบการดำเนินโครงการ
- โครงการที่ได้รับการอนุมัติ









**7 กิจกรรมความดี**  
ให้นักศึกษาพิมพ์ ถูก ลงใน ช่อง  ของตาราง 7 กิจกรรมความดีที่ทำในแต่ละวัน

กิจกรรมความดี	วัน	จ	อ	พ	พฤ	ศ	ส	อา	
	วันที่	31 ม.ค	1 ก.พ	2 ก.พ	3 ก.พ	4 ก.พ	5 ก.พ	6 ก.พ	
1. รักษาใจ 5		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
2. สวดมนต์ นั่งสมาธิ									
3. จัดห้องนอน ห้องน้ำ และห้องครัว ให้สะอาดเป็นระเบียบ		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
4. จับผิดคนรอบข้าง		✓	✓	✓	✓	✓			
5. พุดดี มีวาจาสุภาพ		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
6. ทำบุญ / ทำพีชประโยชน์		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
7. ร่วมกิจกรรมช่วยโรงเรียนเสมอ / ครั้งต่อสัปดาห์ (8 คะแนน)								๓๓+8=41 คะแนน	

📄 *31-1-21*

สรุปคะแนนความดีของสัปดาห์นี้ 33+8=41/50 คะแนน

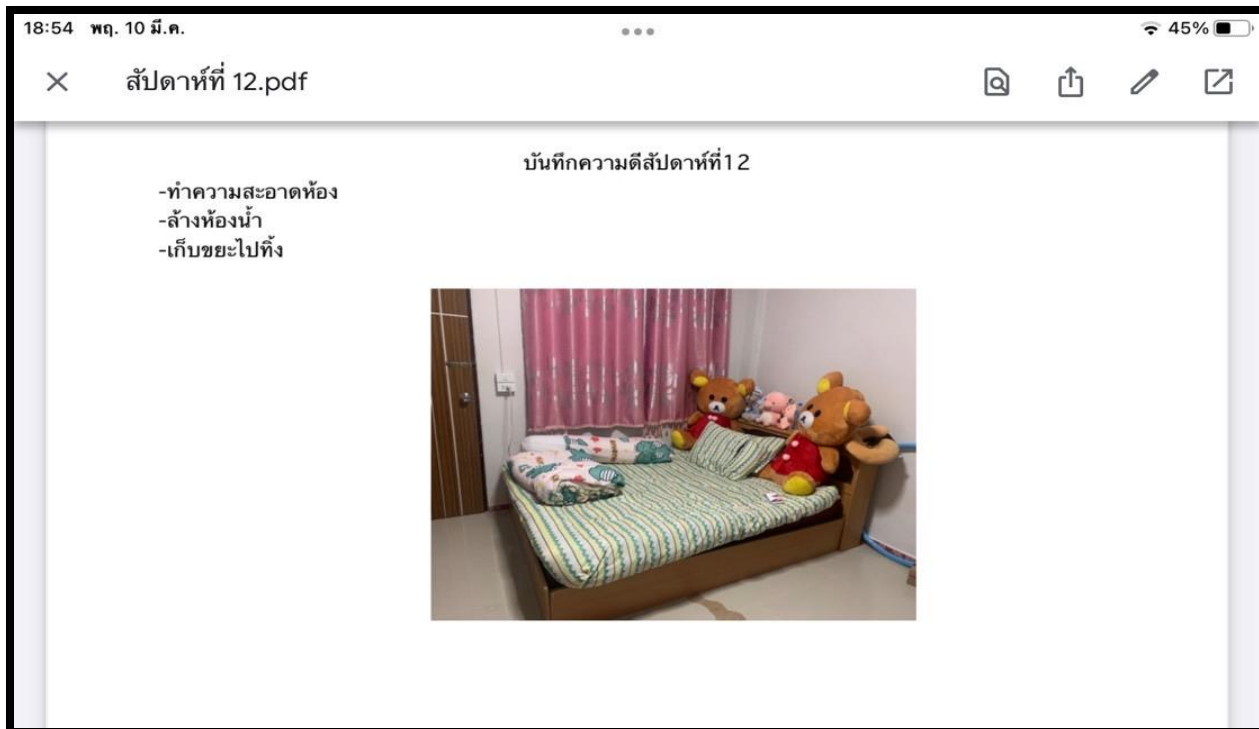
นางสาวกรรณก ดงกุลธสา

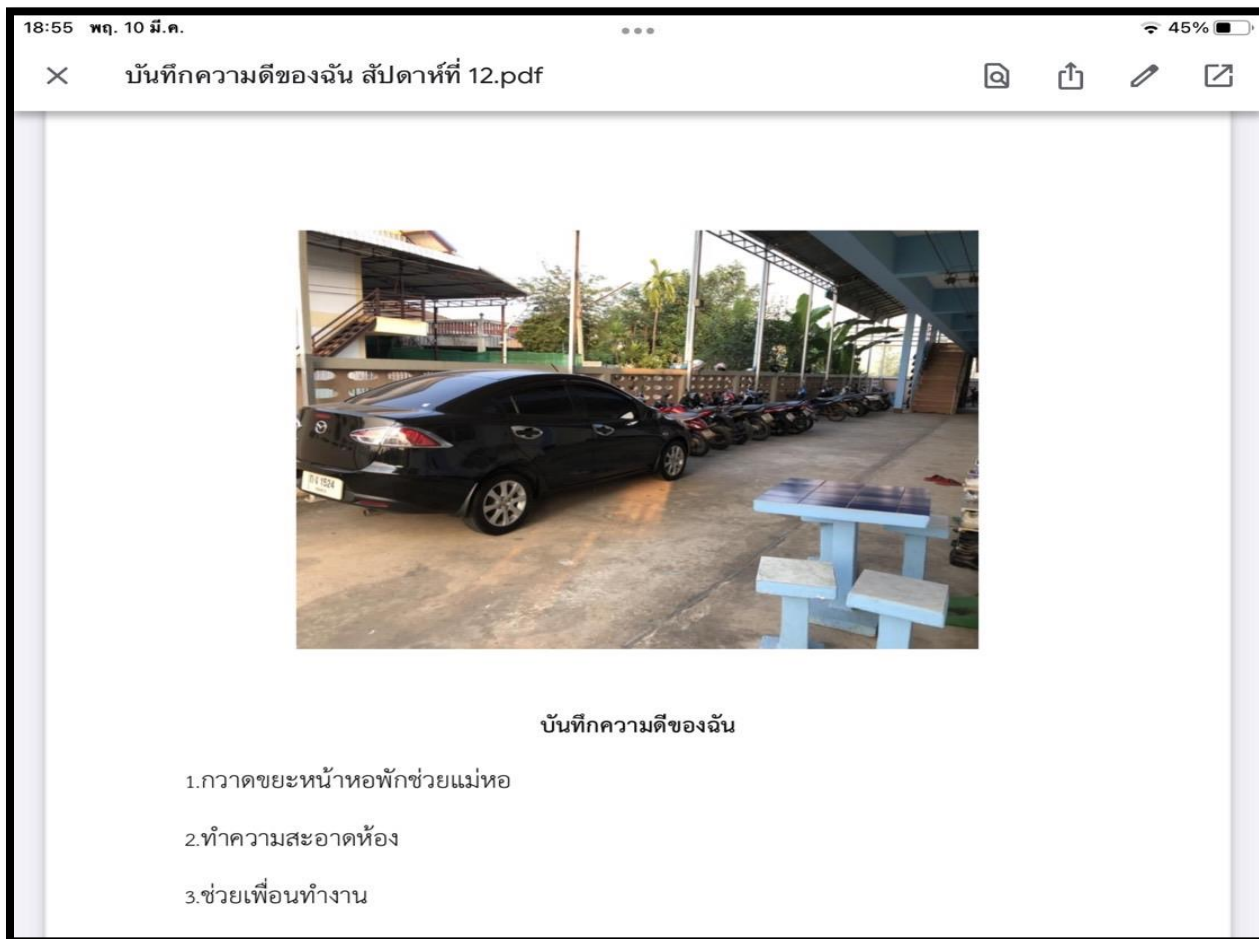
UDA6380069

**7 กิจกรรมความดี**  
ให้นักศึกษาพิมพ์ ถูก ลงใน ช่อง  ของตาราง 7 กิจกรรมความดีที่ทำในแต่ละวัน

กิจกรรมความดี	วัน	จ	อ	พ	พฤ	ศ	ส	อา	
	วันที่	22	23	24	25	26	27	28	
1. รักษาใจ 5		✓	✓	✓	✓		✓	✓	
2. สวดมนต์ นั่งสมาธิ					✓				
3. จัดห้องนอน ห้องน้ำ และห้องครัว ให้สะอาดเป็นระเบียบ		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
4. จับผิดคนรอบข้าง		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
5. พุดดี มีวาจาสุภาพ		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
6. ทำบุญ / ทำพีชประโยชน์		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
7. ร่วมกิจกรรมช่วยโรงเรียนเสมอ / ครั้งต่อสัปดาห์ (8 คะแนน)								25 คะแนน + 8 คะแนน = 33 คะแนน	

📄 *31-1-21*





# บันทึกเรื่องราว

## ความเปลี่ยนแปลง



ชื่อ-สกุล \_\_\_\_\_  
 ๙๐.สงครภษก ดวรงกุลสา

ชื่อเล่น \_\_\_\_\_  
 เตงโม

ชั้น \_\_\_\_\_  
 จี ๒

ปีการศึกษา \_\_\_\_\_  
 ๒๕๖๔

โรงเรียน \_\_\_\_\_  
 มหาวิทยาลัยราชธานีอุดร วิทยาเขตอุดรธานี

จังหวัด \_\_\_\_\_  
 อุดรธานี

ก่อนทำ 7 กิจกรรมความดีฉันเป็นอย่างไร?

ชอบช่วยเหลือผู้อื่น เป็นคนใจดี มีหัวใจซื่อสัตย์และรัก ต่อผู้อื่นเสมอสิ่งที่ฉันทำแล้วสบายใจ  
 ก็จะทำเป็นประจำ เช่น ช่วยพ่อ-แม่ ระบายของทำางบ้านตั้งใจเรียน

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

เหตุการณ์หรือปัญหา ที่ทำให้ฉันไม่มีความสุข อาจเป็นปัญหา  
 ที่เกิดจากคนรอบข้าง หรือจากตนเอง ?

ปัญหาสิ่งแวดล้อมและคนรอบข้างที่ไม่หวังดีกับเรา หรืออาจส่งผลทำให้เรารู้สึกกังวล  
 ไม่สบายใจ เพราะส่วนตัวฉันเป็นคนที่ดีมากกว่าใคร่ความรู้สึกคนอื่นมากกว่าตัวเอง  
 จึงทำให้ไม่มีความสุข ไม่มีกำลังใจจะทำอะไร

09:14 พ.ย. 10 มี.ค. 49%

× ความเปลี่ยนแปลงหลังทำ 7 กิจกรรมความดี

### ไปปรับใช้และแก้ปัญหา (ข้างต้น) อย่างไรบ้าง ?

ปรับใช้โดยยึดหลักความดี สิ่งที่ทำเองทำแล้วรู้สึกสบายใจแล้วเราก็จะทำแต่สิ่งนั้น  
จนติดเป็นนิสัย เช่น ช่วยเหลือเมื่อทุกครั้งที่มีโอกาสขอความช่วยเหลือ ไม่ว่าจะทำได้  
หรือไม่ได้ก็จะไปช่วยเหลือก่อน เพราะเชื่อว่าเวลาเรามีปัญหาเมื่อไหร่ก็จะช่วยเหลือเราเช่นกัน

ความประทับใจที่เกิดขึ้นเมื่อได้ทำ 7 กิจกรรมความดี อาจเป็นเสียงจากคนรอบข้าง  
ครอบครัว หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเอง ?

ประทับใจ ที่ตัวเราเองสามารถทำความดีได้ ในทุกสัปดาห์ รู้สึกภูมิใจและสบายใจทุกครั้ง  
ที่ได้ทำความดี ได้รับคำชมจากเพื่อน ๆ ว่าเป็ญเ็นเ็นที่ดี มีน้ำใจ ชอบช่วยเหลือคนอื่นเสมอ  
คนในครอบครัว ก็ชื่นชมว่ารักษาความดีไว้และทำต่อไปเพราะสักวันจะมีคนที่มองเ็น  
ความดีที่เราได้ทำ จะได้รับรักและเมตตาเรา เป็นคนที่น่ารักน่าเ็นใจ

09:13 พ.ย. 10 มี.ค. 49%

× แบบฟอร์มบันทึกเรื่องราวความเปลี่ยนแปลง

รูป u.s. คือสมุดบันทึกความดี

ชื่อ-สกุล  
นางสาวภารดี สอนลา

ชื่อเล่น  
เอิร์น

ชั้น  
อุดมศึกษาปีที่ 2

ปีการศึกษา  
2564

โรงเรียน  
มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี

จังหวัด  
อุดรธานี

ก่อนทำ 7 กิจกรรมความดีฉันเป็นอย่างไร ?

แต่ก่อนทำ 7 กิจกรรมความดี ไม่ค่อยเก็บของเป็นระเบียบเรียบร้อย แล้วก็ไม่ค่อยมีสมาธิ เรียกได้  
ว่าเป็นคนที่มีสมาธิสั้น แล้วก็ไม่ค่อยมีเวลาที่จะได้ไปทำบุญหรือว่าบำเพ็ญประโยชน์ต่างๆ





# บันทึกเรื่องราว

## ความเปลี่ยนแปลง

รูป u.s. ถือสมุดบันทึกความดี

ชื่อ-สกุล \_\_\_\_\_  
 ทางสายบุญคุณ *ศิษย์*

ชื่อเล่น \_\_\_\_\_  
*จตุตถา*

ชั้น \_\_\_\_\_  
*ปี ๒*

ปีการศึกษา \_\_\_\_\_  
*๒๕๖๕*

โรงเรียน \_\_\_\_\_  
*มหาวิทยาลัยราชภัฏ วิทยาลัยเกษตรศาสตร์*

จังหวัด \_\_\_\_\_  
*อุดรธานี*

การมีวิชาชีพการทวงงานร่วมกับเพื่อนในสังคม เพราะต้องทำงานร่วมกับคนหลากหลายจึงต้องมีความรอบคอบ ทั้งคำพูด และทางด้านการสนทนา การแสดงออกต่างๆ ทั้งทางสีหน้า ท่าทาง ดังนั้นการทำ ๗ กิจวัตรความดี จึงได้ประโยชน์มาก สัตว์ดิฉัน สิ่งที่ได้เห็นชัดที่สุดคือด้านมารยาท มารยาทเห็นได้ว่าเมื่อมีคนมาคุยกับผู้อื่นมากขึ้น เมื่อเกิดความดีที่แตกต่าง จะมีดวงใจรอบคอบทั้งด้วยคำพูด ความดีที่ไม่รู้จำนามผู้อื่น เมื่อก่อนใจเย็นและมั่นใจ มีผลมากกับการใช้มารยาท

ความประทับใจที่เกิดขึ้นเมื่อได้ทำ 7 กิจวัตรความดี อาจเป็นเสียงจากคนรอบข้าง ครอบครัว หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเอง ?

ความประทับใจของดิฉันคือ : เรื่องการพับผ้าผืนผืนก่อนนอน  
 เมื่อก่อนไม่เคยพับผ้าผืนผืนก่อนนอนเพราะไม่เห็นความสำคัญอะไร แต่พอเห็นหน้าหนาว ต้องพับผ้าผืนผืนซึ่งทำให้รู้สึกอบอุ่น ต้องคอยพับผ้าผืนก่อนนอนทุกครั้ง จึงทำให้รู้สึกอบอุ่นทุกครั้งที่ได้พับผ้าผืนผืนก่อนนอน และรู้สึกภูมิใจในความดีที่ทำ และทำให้ตัวเองสบายตาเวลามอง

เหตุการณ์หรือปัญหา ที่ทำให้ฉันไม่มีความสุข อาจเป็นปัญหา  
ที่เกิดจากคนรอบข้าง หรือจากตนเอง ?

สิ่งที่ทำให้ไม่มีความสุข คือ : เรื่องความเหนื่อยของตัวเอง ส่งผลเสียกับการทำงาน  
ร่วมกับผู้อื่นมาก เมื่อก่อนเวลาทำงานกับเพื่อน จะอารมณ์ร้อนเวลาเพื่อนทำอะไรไม่ถูก  
จะแสดงวิธีแก้ไขที่พอใจออกมา ทำให้การทำงานไม่ราบรื่น และเกิดอารมณ์รู้สึกไม่ดีในใจเพื่อน  
และไฟใจ ตัวเราเอง เกิดความขัดแย้งในการทำงานไม่มีความสุข

## ฉันได้นำ 7 ทักษะชีวิตที่ดี

ไปปรับใช้และแก้ปัญหา (ข้างต้น) อย่างไรบ้าง ?

การปรับใช้กับการทำงานร่วมกับผู้อื่นในสังคม เพราะต้องทำงานร่วมกับคนหลากหลายวัย  
จึงต้องมีอารมณ์รอบคอบ ทั้งคำพูด และทางด้านอารมณ์ การแสดงออกต่างๆ  
ทั้งทางสีหน้า ท่าทาง ดังนั้นการทำ ๗ ทักษะชีวิตที่ดีช่วยได้เยอะมาก สำหรับตัวฉัน  
สิ่งที่เห็นชัดที่สุดคือด้านอารมณ์ ฉะนั้นเห็นกว้างมีเพื่อนมาก คุยกับเพื่อนมากขึ้น  
เมื่อเกิดความคิดที่แตกแยก จะมีอารมณ์รอบคอบทั้งคำพูด อารมณ์ดีไม่จู้จี้จามคนอื่น  
เมื่อก่อนใจเย็นและมั่นคง มีผลมากกับการใช้อารมณ์



## คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุตรธานี

1. ชื่อโครงการ “7 กิจวัตรความดี”
2. ปีการศึกษา 2564
3. ผู้รับผิดชอบโครงการ งานพัฒนานักศึกษา
4. ความสอดคล้องด้านกลยุทธ์ และตัวชี้วัดตามแผนกลยุทธ์

### สภาการพยาบาล

มาตรฐานที่ 4 ตัวบ่งชี้ที่ 12 การพัฒนานักศึกษา (เกณฑ์ทั่วไป)

### สถาบันการอุดมศึกษา (สกอ.)

องค์ประกอบที่ 1 การผลิตบัณฑิต

### แผนยุทธศาสตร์ของคณะพยาบาล

ยุทธศาสตร์ที่ 1 ผลิตบัณฑิตให้มีคุณภาพ มีความรู้คู่คุณธรรม กลยุทธ์ที่ 4 พัฒนาการจัดกิจกรรม นักศึกษาให้ครอบคลุมเกณฑ์การประกันคุณภาพ กลยุทธ์ที่ 5 สนับสนุนการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะการเรียนรู้ ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิ (TOF) ระดับปริญญาตรีสาขาพยาบาลศาสตร์ ตัวชี้วัด 11 จำนวนกิจกรรมที่พัฒนา ทักษะการเรียนรู้ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับปริญญาตรีสาขาพยาบาลศาสตร์ : TOF ที่ 1 ทักษะคุณธรรม จริยธรรม TOF ที่ 1 ทักษะทางปัญญา

5. ลักษณะของโครงการ ใหม่
6. หลักการและเหตุผล

ความเปลี่ยนแปลงทางด้านวัฒนธรรม และสภาพสังคมในปัจจุบันที่เต็มไปด้วยการแข่งขัน และความเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วทางเทคโนโลยี ล้วนก่อสภาพแวดล้อมที่ไม่เอื้อต่อการสนับสนุนให้สังคมเข้มแข็ง มีเสถียรภาพ ก่อให้เกิดปัญหาตามมามากมาย สะท้อนออกมาด้วยข่าวร้ายในแต่ละวัน เช่น ภาวะอาชญากรรม การใช้ความรุนแรง การโกหกหลอกลวง การใช้ยาเสพติดสิ่งของมีนเมา การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ที่ไต่ระดับสูงขึ้นอย่างเห็นได้ชัดเจน ผู้คนเริ่มสูญเสียหลักการที่ถูกต้อง หันไปเชิดชูค่านิยมทางสังคมแทน แรงเชิงวกรากเชิงวัฒนธรรมขัด กระทบสำนึกเชิงศีลธรรม สำนึกแห่งความผิดชอบชั่วดี เรื่องถูกกลายเป็นผิด เรื่องผิดกลายเป็นเรื่องถูกต้องชอบธรรม ซึ่งล้วนเป็นการสร้างความสับสนต่อการตัดสินใจเชิงจริยธรรมอย่างมีสติ

“นิสัยที่ดี เป็นรากฐานสำคัญของการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ครอบครัวอบอุ่น และเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างสังคมที่สงบสุข” โดยยึดหลักการสำคัญ คือ “เปลี่ยนแปลงจากภายในสู่ภายนอก” โดยอุปนิสัยที่ทรงพลังให้สมาชิกหมั่นปฏิบัติมีอยู่ 7 ข้อ เรียกว่า 7 กิจวัตรความดี การฝึกฝน พัฒนาอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ จะส่งผลให้มนุษย์อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข มีความอบอุ่น มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น นอกจากนี้ยังเป็นพื้นฐานที่สำคัญที่นำไปสู่คุณธรรมอื่น ๆ ที่สูงยิ่งขึ้นไป เช่น ความเคารพ ความกตัญญู ความอดทนเสียสละ เป็นต้น

มาตรฐานคุณวุฒิระดับปริญญาตรีสาขาพยาบาลศาสตร์ได้กำหนดให้สมรรถนะด้านคุณธรรมและจริยธรรม เป็นสมรรถนะหลักด้านที่ 1 ของเป้าหมายในการพัฒนานักศึกษาพยาบาล เนื่องจากเป็นสมรรถนะด้านที่จะหล่อหลอมความเป็นพยาบาลที่ดี มีประสิทธิภาพและมีคุณภาพอีกทั้งเป็นพยาบาลที่มีคุณลักษณะของ การมีหัวใจของความเป็นมนุษย์ ดังนั้นการพัฒนานักศึกษาตามกรอบ TQF ด้านคุณธรรม จริยธรรม จึงถือเป็นความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการพัฒนานักศึกษาพยาบาล

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี จึงจัดทำโครงการ 7 กิจวัตรความดีให้กับนักศึกษาทุกคน ทุกชั้นปี โดยจัดเป็นโครงการต่อเนื่องระยะยาวเพื่อให้นักศึกษาเป็นผู้ที่มีคุณธรรม จริยธรรมสามารถดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

### 7. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาสามารถวิเคราะห์ตนเองและวางแผนการพัฒนาตนเองในด้านคุณธรรม จริยธรรมตามกรอบ 7 กิจวัตรความดี ได้แก่

- การรักษาศีล 5
- การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ
- การจัดห้องนอน ห้องน้ำ และห้องครัวให้สะอาด เป็นระเบียบ
- คิดดี จับดี บุคคลรอบข้าง
- พูดจาดี มีวาจาสุภาพ
- ทำดี บำเพ็ญประโยชน์
- ร่วมกิจกรรมในชั่วโมงสุขจริงหนอ

2. เพื่อให้นักศึกษาสะท้อนคิดถึงผลของการพัฒนาตนเองในด้านคุณธรรม จริยธรรมตามกรอบ 7 กิจวัตรความดี

### 8. ตัวชี้วัด/ค่าเป้าหมาย

1. ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมาย มีผลการวิเคราะห์ตนเองในด้านคุณธรรม จริยธรรม (7 กิจวัตรความดี)
2. ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายมีการรายงานผลการทำ 7 กิจวัตรความดี 9 ครั้งขึ้นไป
3. ร้อยละ 50 ของผู้ที่รายงานมีผลลัพธ์ของเป้าหมายพัฒนาดีขึ้นหรือเปลี่ยนแปลงไป
4. กลุ่มเป้าหมายมีคะแนนความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรม ไม่น้อยกว่า 3.51

### 9. กลุ่มเป้าหมาย 188 คน

1. นักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 80 คน
2. นักศึกษาชั้นปีที่ 2 จำนวน 73 คน
3. นักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 35 คน

### 10. วิธีการประเมินผล โดยประเมินดังนี้

1. ประเมินความสำเร็จของโครงการตามวัตถุประสงค์
2. ประเมินตามตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

### 11. กิจกรรม/วิธีดำเนินการ (PDCA) (แสดงเป็น Gantt chart)

เวลา/กิจกรรม	2564						2565			
	มี.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.
1.ขั้นเตรียมการ (Plan)	↔									
1.1 ศึกษาและสำรวจความต้องการ	↔									
1.2 สรุปลผลการสำรวจและนำมาวางแผน	↔									
1.3 เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติงบประมาณ	↔									
2. ขั้นดำเนินการ (DO)										
2.1 ประชุมคณะกรรมการดำเนินงานเพื่อวางแผนรูปแบบการดำเนินกิจกรรม	↔									
2.2 ดำเนินการตามแผน ได้แก่		↔	↔	↔	↔	↔	↔	↔	↔	↔
1.ชี้แจงการดำเนินกิจกรรมโครงการต่อกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ 1.1 กลุ่มเป้าหมายวิเคราะห์ตนเองเกี่ยวกับการทำ 7 กิจวัตรความดีก่อนเข้าโครงการ 1.2 ให้กลุ่มเป้าหมายจัดทำแผนการดำเนินกิจกรรม 7 กิจวัตรความดี 2. กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมเป็นระยะเวลา 24 สัปดาห์ (2 ภาคการศึกษา ภาคการศึกษาที่ 1/2564 และ 2/2564) ภาคการศึกษาละ 12 สัปดาห์ 2.1 ให้กลุ่มเป้าหมายดำเนินกิจกรรม 7 กิจวัตรความดีตามแผนที่จัดทำขึ้นและส่งผลการดำเนินกิจกรรมพร้อมการสะท้อนความรู้สึกที่ได้จากการทำกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้งใน Google Classroom 3. อาจารย์ประจำชั้นตรวจสอบบันทึก 7 กิจวัตรความดี 4. อาจารย์ประจำชั้นดำเนินกิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ใน Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเองในแต่ละสัปดาห์ ให้คำชื่นชมกับ										

เวลา/กิจกรรม	2564						2565			
	มี.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.
<p>นักศึกษาที่ประสบผลสำเร็จประจำสัปดาห์ รวมทั้งให้กำลังใจในการปฏิบัติแก่นักศึกษาที่ยังปฏิบัติไม่ได้</p> <p>5. ให้กลุ่มเป้าหมายนักศึกษาสะท้อนคิดความรู้สึกและการเปลี่ยนแปลงของตนเองในสัปดาห์ที่ 6, 12, 18 และ 24</p> <p>6. บันทึกข้อมูลการทำกิจกรรมในแบบบันทึกความดีรายสัปดาห์ พร้อมภาพประกอบ และนำเสนออาจารย์ประจำชั้น</p> <p>7. ประกาศรายชื่อนักศึกษา แต่ละชั้นปีที่เป็นผู้ทำความดี ยอดเยี่ยมประจำภาคการศึกษา</p>										
3. ชั้นประเมินผล (Check)		ครั้งที่ 1		ครั้งที่ 2			ครั้งที่ 3		ครั้งที่ 4	
3.1 ประเมินผลการดำเนินโครงการ										↔
4. ชั้นสรุปผล (Action)										
4.1. นำผลมาปรับปรุงโครงการ										↔

12. ระยะเวลา สถานที่ 1 กรกฎาคม 2564 ถึง 31 มีนาคม 2565 มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี

**ตารางกิจกรรมโครงการ 7 กิจวัตรความดี**

สัปดาห์ที่	กิจกรรม	หมายเหตุ
1	<p>ปฐมนิเทศโครงการ และวิเคราะห์ตนเองเกี่ยวกับการทำ 7 กิจวัตรความดีก่อนเข้าโครงการ ได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การรักษาศีล 5</li> <li>- การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ</li> <li>- การจัดห้องนอน ห้องน้ำ และห้องครัวให้สะอาด เป็นระเบียบ</li> <li>- คิดดี จับดีบุคคลรอบข้าง</li> <li>- พุดจาดี มีวาจาสุภาพ</li> <li>- ทำดี บำเพ็ญประโยชน์</li> <li>- ร่วมกิจกรรมในชั่วโมงสุขจริงหนอ</li> </ul> <p>- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับการรักษาศีล 5</p>	
2	<p>- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับการรักษาศีล 5</p>	
3	<p>- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับการสวดมนต์ การนั่งสมาธิ</p>	
4	<p>- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับการสวดมนต์ การนั่งสมาธิ</p>	
5	<p>- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับการจัดห้องนอน ห้องน้ำ และห้องครัวให้สะอาด เป็นระเบียบ</p>	
6	<p>- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับการจัดห้องนอน ห้องน้ำ และห้องครัวให้สะอาด เป็นระเบียบ- สะท้อนคิดความรู้สึกและการเปลี่ยนแปลงของตนเอง</p>	

ลำดับที่	กิจกรรม	หมายเหตุ
7	- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับคิดดี จับดีบุคคลรอบข้าง	
8	- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับคิดดี จับดีบุคคลรอบข้าง	
9	- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับพูดจาดี มีวาจาสุภาพ	
10	- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับพูดจาดี มีวาจาสุภาพ	
11	- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับทำดี บำเพ็ญประโยชน์	
12	- กิจกรรมชั่วโมงสุขจริงหนอ ในชั่วโมง Homeroom โดยสุ่มให้นักศึกษารายงานผลการปฏิบัติกิจวัตรความดีของตนเอง เกี่ยวกับทำดี บำเพ็ญประโยชน์ - สะท้อนคิดความรู้สึกและการเปลี่ยนแปลงของตนเอง - สรุปและประเมินความพึงพอใจของโครงการ	

### 13. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. นักศึกษาเป็นผู้ที่มีคุณธรรม จริยธรรมในการดำรงชีวิต

### 14. งบประมาณ

รายการ	จำนวน (บาท)
1. เงินค่าจัดทำเอกสารสมุดบันทึกความดี จำนวน 200 เล่ม ๆ ละ 35 บาท	7,000
2. ของรางวัลสำหรับผู้ที่ได้รับการยกย่องในการทำความดี ประจำภาคการศึกษา ภาคการศึกษาละ 500 บาท จำนวน 6 รางวัล (ชั้นปีละ 2 รางวัล * 3 ชั้นปี)	3,000



รายการ	จำนวน (บาท)
รวม	10,000
(หนึ่งหมื่นบาทถ้วน)	

นันทาวดี ศิริจันทร์

อาจารย์นันทาวดี ศิริจันทร์  
รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา  
ที่ปรึกษาโครงการ



ดร. รวีวรรณ เผ่ากัณหา  
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์  
ผู้เห็นชอบโครงการ



(อาจารย์ประติษฐ์ ตันวัฒนะพงษ์)  
รองอธิการบดี  
ผู้อนุมัติโครงการ

.....  
(ดร.บรม ตันวัฒนะพงษ์)  
รองอธิการบดีฝ่ายบริหาร  
ผู้อนุมัติโครงการ

ตารางบันทึก 7 กิจกรรมความดี สัปดาห์ที่ .....

กิจกรรมความดี	วัน	จ	อ	พ	พฤ	ศ	ส	อ	หมายเหตุ
	วันที่								
- การรักษาศีล 5									
- การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ									
- การจัดห้องนอน ห้องน้ำ และ ห้องครัวให้สะอาด เป็นระเบียบ									
- คิดดี จับดีบุคคลรอบข้าง									
- พุดจาดี มีวาจาสุภาพ									
- ทำดี บำเพ็ญประโยชน์									
- ร่วมกิจกรรมในชั่วโมงสุขจริง หนอ									
<b>รวมคะแนนความดี</b>									

## สะท้อนคิดความรู้สึกและการเปลี่ยนแปลงของตนเอง สัปดาห์ที่ 6 และ 12

1. ก่อนทำ 7 กิจวัตรความดี ฉันเป็นอย่างไร ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. เหตุการณ์หรือปัญหา ที่ทำให้ฉันไม่มีความสุข อาจเป็นปัญหาที่เกิดจากคนรอบข้าง หรือจากตนเอง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. ความประทับใจที่เกิดขึ้นเมื่อได้ทำ 7 กิจวัตรความดี อาจเป็นเสียงจากคนรอบข้างครอบครัว หรือ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเอง

.....

.....

.....

.....

.....

## แบบประเมินโครงการ

ที่	รายการประเมิน	คะแนนความพึงพอใจ				
		5	4	3	2	1
	<b>ประเมินตามวัตถุประสงค์</b>					
1	ข้าพเจ้าสามารถวิเคราะห์ตนเองและวางแผนการพัฒนาตนเองด้านคุณธรรม จริยธรรมตามกรอบ ๗ กิจวัตรความดี					
2	ข้าพเจ้าได้รับการพัฒนาตนเองด้านการรักษาศีล ๕					
3	ข้าพเจ้าได้รับการพัฒนาตนเองด้านการสวดมนต์ การนั่งสมาธิ					
4	ข้าพเจ้าได้รับการพัฒนาตนเองด้านการการจัดห้องนอน ห้องน้ำ และห้องครัวให้สะอาด เป็นระเบียบ					
5	ข้าพเจ้าได้รับการพัฒนาตนเองด้านการคิดดี จับดีบุคคลรอบข้าง					
6	ข้าพเจ้าได้รับการพัฒนาตนเองด้านการพูดจาดี มีวาจาสุภาพ					
7	ข้าพเจ้าได้รับการพัฒนาตนเองด้านการทำดี บำเพ็ญประโยชน์					
8	การเข้าร่วมกิจกรรมในช่วงโมงสุขจริงหนอ ทำให้ข้าพเจ้าได้สะท้อนคิดถึงผลของการพัฒนาตนเองด้านคุณธรรม จริยธรรมตามกรอบ ๗ กิจวัตรความดี					
	<b>ประเมินตามกระบวนการทำงาน</b>					
1	การประชาสัมพันธ์รับรู้ได้ทั่วถึง					
2	มีการดำเนินงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพมีการวางแผนที่ดี					
3	รูปแบบกิจกรรมมีความเหมาะสม					
4	ระยะเวลาเหมาะสม					
5	นักศึกษามีส่วนร่วมและเข้าถึงกิจกรรมอย่างทั่วถึง					
	ระดับความพึงพอใจ					