

หลักสูตรพัฒนาศักยภาพรายบุคคล  
Individual Development Plan



# รายงานผลแนะนำ สำหรับนักเรียน

นายชยัน ตั้งใจ

---

ระดับชั้น ม.4/1

โรงเรียน เลิร์น โอ ไลฟ์

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2564

# สารบัญ

รายงาน	หน้า
ภาพรวม	1
1. ความชอบความสนใจ	2
1.1 ตัวตนของน้อง	3
2. การรับมือกับความเปลี่ยนแปลง	4
2.1 รูปแบบการรับมือ	5
3. การตัดสินใจ	6
3.1 ระดับการตัดสินใจ	7
4. แนะนำอาชีพ	10
4.1 อาชีพที่เหมาะสมกับตัวน้อง	11
• นักจิตวิทยา	12
• วิศวกรโครงการ	13
• นักทรัพยากรบุคคล	14
• เกษัชกร	15
• วิศวกรเครื่องกล	16



# ภาพรวม

## ความชอบ ความสนใจของน้อง

น้องชอบเสาะแสวงหาความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์ มีตรรกะเหตุผลที่ดี ชอบการคิดอ่านที่มีลักษณะซับซ้อนและลึกซึ้ง ในขณะที่เดียวกันก็มีความศิลปินในการจูงใจหรือนำผู้อื่น มีศิลปะในการบังคับบัญชาผู้อื่น

ข้อมูลเพิ่มเติม หน้า 2

## ลักษณะการรับมือความเปลี่ยนแปลง

น้องมักจะวิเคราะห์ตัวเลือกต่างๆ ที่มีอยู่อย่างรอบคอบ เพื่อพยายามตัดสินใจในแนวทางที่ดีที่สุด

ข้อมูลเพิ่มเติม หน้า 4

## การตัดสินใจ : ระดับสูง

น้องมักจะวิเคราะห์ตัวเลือกต่างๆ ที่มีอยู่อย่างรอบคอบ เพื่อพยายามตัดสินใจในแนวทางที่ดีที่สุด

ข้อมูลเพิ่มเติม หน้า 7

อาชีพ	ความมั่นคงในอาชีพ				คณะการศึกษาที่เกี่ยวข้อง	โอกาสถูกแทนที่ด้วยเทคโนโลยี	ข้อมูลเพิ่มเติม
	ฐานเงินเดือนโดยเฉลี่ย*						หน้า
	ประสบการณ์ < 5 ปี		ประสบการณ์ > 5 ปี				
นักจิตวิทยา	15,000	60,000	40,000	70,000	• คณะจิตวิทยา	ต่ำ	12
วิศวกรโครงการ	25,000	80,000	40,000	70,000	• คณะวิศวกรรมศาสตร์	ต่ำ	13
นักทรัพยากรบุคคล	25,000	80,000	50,000	100,000	• คณะบริหารธุรกิจ • คณะพาณิชยศาสตร์ และการบัญชี • คณะจิตวิทยา • คณะรัฐศาสตร์ • คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์	ต่ำ	14
เภสัชกร	15,000	60,000	40,000	100,000	• คณะเภสัชศาสตร์	ต่ำ	15
วิศวกรเครื่องกล	30,000	80,000	60,000	100,000	• คณะวิศวกรรมศาสตร์	ปานกลาง	16

อาชีพต่าง ๆ ที่ได้นำเสนอเป็นเพียงข้อเสนอแนะเบื้องต้นในการแนะแนวทางในการวางแผนการเรียนและการตัดสินใจเลือกอาชีพในอนาคต

\*เงินเดือนที่แสดงเป็นเพียงเงินเดือนเฉลี่ยของอายุการทำงานในช่วง 1-5 ปีแรก เท่านั้น

**1.**

**ความชอบ  
ความสนใจ**

---

## 1.1 ตัวตนของน้อง

### การคิดวิเคราะห์ และ การเป็นผู้นำ

ทำให้น้องๆรู้จักตัวเองมากขึ้น และนำไปสู่การค้นพบสิ่งที่น้องอยากจะเป็น

ความชอบ และความสนใจ ที่แสดงมาจากแบบทดสอบที่น้องได้ทำระหว่างเรียน โดยสิ่งเหล่านี้เป็นเพียงแค่การช่วยน้อง ตัดตัวเลือกที่มีอยู่มากมายออกไปได้ง่ายขึ้น และสามารถเปลี่ยนแปลงได้เสมอ

- น้องชอบเสาะแสวงหาความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์ มีตรรกะเหตุผลที่ดี ชอบการคิดอ่านที่มีลักษณะซับซ้อน และลึกซึ้ง ในขณะที่เดียวกันก็มีความคิดในการจูงใจหรือโน้มน้าวผู้อื่น มีศิลปะในการบังคับบัญชาผู้อื่น

#### 1. สนใจด้าน : การคิดวิเคราะห์

- การใช้ตรรกะและเหตุผลในการคิดและวิเคราะห์ เป็นความโดดเด่นในด้านบุคลิกที่น้องมี โดยน้องมีแนวโน้มจะชอบ การศึกษาหาความรู้ ค้นคว้าหาข้อมูลในเรื่องต่างๆ เพื่อนำข้อมูลที่มีมาใช้ในการวิเคราะห์ เช่น การทำโครงการที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มวิทยาศาสตร์ การได้เข้าไปสำรวจ ทำความเข้าใจปัญหา การคิดวิเคราะห์ ปัญหา และหาทางออก

#### 2. สนใจด้าน : การเป็นผู้นำ

- การเป็นผู้นำและความกล้าแสดงออก เป็นอีกหนึ่งบุคลิกที่โดดเด่นรองลงมา โดยน้องมีแนวโน้มที่จะชอบ กิจกรรมที่มีการแข่งขัน วางแผน โน้มน้าว ชักจูงให้ผู้อื่นคล้อยตาม หรือเจรจาต่อรองแลกเปลี่ยนผลประโยชน์ซึ่งกันและกัน เช่น การเป็นผู้นำคิดริเริ่มโครงการ วางแผน ตัดสินใจเรื่องสำคัญๆ เพื่อให้เกิดโครงการขึ้นหรือผลลัพธ์ที่ต้องการให้เกิดขึ้น

# 2.

## การรับมือกับ ความเปลี่ยนแปลง

---

## 2.1 รูปแบบการรับมือ

### การปรับตัวเข้ากับสถานการณ์

- น้องไม่ยึดติดกับวิธีการแก้ปัญหาแบบใดแบบหนึ่ง แต่จะสามารถสร้างวิธีการใหม่ๆ ขึ้นมาเพื่อรับมือกับปัญหา และความเปลี่ยนแปลงได้ ความยืดหยุ่นนี้ จะทำให้น้องสามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ๆ ได้ไว
- น้องมีแผนสำรองเสมอ เมื่อรู้ว่าใช้ชีวิตตามแผนแรกไม่ได้ผล ก็จะมองหาแผนสำรองต่อมา

### วิธีการปรับตัวเพื่อรับมือกับความเปลี่ยนแปลง

- ตระหนัก และทำความเข้าใจความคุ้นเคยว่าความเปลี่ยนแปลงเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต
- พัฒนากทักษะในการปรับตัว น้องๆ อาจจะต้องใช้เวลาเพื่อยอมรับการเปลี่ยนแปลง และเมื่อทำความเข้าใจกับการเปลี่ยนแปลงแล้ว น้องๆ จะต้องพัฒนาจุดแข็งที่มี และทักษะเหล่านี้เพื่อรับมือต่อไป
- มองความเปลี่ยนแปลงในแง่บวก เชื่อว่าทุกความเปลี่ยนแปลงล้วนมีสิ่งดีๆ ในบางแง่มุมเสมอ
- คาดเดา วางแผนสำรอง เพื่อเตรียมรับมือกับปัญหา หรือการเปลี่ยนแปลงที่อาจจะเกิดขึ้นได้

## 2.1 รูปแบบการรับมือ

### สำหรับคุณครูและผู้ปกครอง

#### วิธีการส่งเสริมให้น้องมีทักษะเพื่อเตรียมรับมือความเปลี่ยนแปลง

- เมื่อน้องกำลังเจอปัญหาการเปลี่ยนแปลง สามารถช่วยน้องโดยการค่อย ๆ ชี้ให้เห็นประเด็นปัญหาที่ละเอียด เพื่อช่วยให้น้องสามารถจัดการปัญหาได้ง่ายขึ้น
- เป็นผู้ช่วยในการรับฟังและชี้แนะถึงวิธีการรับมือในหลากหลายรูปแบบ
- ช่วยน้อง ๆ วางแผนสำรองเพื่อรับมือกับอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น เช่น ถ้าน้องเจอปัญหา A สิ่งที่คุณคิดว่าจะตามมาคือ ผลลัพธ์แบบไหน มีวิธีป้องกันได้อย่างไรบ้าง

#### - ข้อควรระวัง -

- การแนะนำวิธีแก้ปัญหของตัวผู้ปกครองเอง อาจจะใช้ไม่ได้ผลเสมอไป เพราะฉะนั้นจึงต้องรับฟังให้มากขึ้น และแนะนำเขาเท่าที่จะทำได้ ไม่ใช่การชี้นำ หรือบังคับว่าน้องๆ จะต้องทำตามผู้ปกครองเท่านั้น



# 3.

## การตัดสินใจ

---

## 3.1 ระดับการตัดสินใจ

### การตัดสินใจของน้อง

การเปลี่ยนแปลงเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา เพราะฉะนั้นการเตรียมพร้อมเพื่อรับมือกับความเปลี่ยนแปลง จึงเป็นเรื่องจำเป็นที่น้องจะต้องคอยหมั่นฝึกฝนเป็นประจำ

#### ระดับสูง

- น้องมีแนวทางในการตัดสินใจอยู่ในระดับที่สูง รู้วิธีคิดและแก้ปัญหาหาทางออกต่างๆ อย่างสร้างสรรค์ น้องมักจะวิเคราะห์ตัวเลือกต่างๆ ที่มีอยู่อย่างรอบคอบ เพื่อพยายามตัดสินใจในแนวทางที่ดีที่สุด

#### เทคนิคการส่งเสริมวุฒิภาวะการตัดสินใจ

บางครั้งการตัดสินใจนั้นมีตัวเลือก เยอะไปหมดที่ทำให้น้องเลือกพิจารณา ซึ่งสิ่งที่จะมาช่วยพัฒนาให้น้อง ตัดสินใจเลือกให้ดีขึ้นคือ

1. ฝึกฝนการระบุสิ่งที่เป็นปัจจัยสำคัญต่างๆ ที่ใช้สำหรับการตัดสินใจของน้องคืออะไร
2. ฝึกฝนการให้คะแนนของแต่ละปัจจัยที่น้องๆ ได้ระบุออกมา
3. ฝึกให้ความหมายของคะแนนที่น้องให้ว่า มันมีความสำคัญมากน้อย ขนาดไหน ในแต่ละคะแนนที่น้องให้ เช่น เต็ม 10 ให้ 7 เพราะอะไร? และที่ขาดไป 3 อะไรที่ขาดหายไป? และต้องมีอะไรถึงจะทำให้เพิ่มขึ้น?

ยิ่งน้องผ่านการฝึกฝนทักษะยิ่งเยอะ ก็ยิ่งช่วยให้การตัดสินใจได้ดีขึ้นเชิงระยะยาว

### 3.1 ระดับการตัดสินใจ

#### สำหรับคุณครูและผู้ปกครอง

#### วิธีการส่งเสริมให้น้องมีวุฒิภาวะในการตัดสินใจ

- ชี้ให้น้องๆ เห็นปัจจัยที่ใช้ในการประกอบการตัดสินใจให้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น ตัวอย่าง ปัจจัยภายใน เช่น ความชอบ ความถนัด และปัจจัยภายนอก เช่น ความมั่นคงของอาชีพที่น้องจะเลือก เงินเดือนของอาชีพ
- ช่วยฝึกให้น้อง รู้จักการตั้งคำถาม ว่าการที่เราให้เกณฑ์ มีความสำคัญมากน้อยแค่ไหน และจะส่งผลอย่างไร และไม่ตัดสินใจโดยอาศัยสัญชาตญาณเยอะเกินไป

#### - ข้อควรระวัง -

- การตัดสินใจแทนน้องๆ เป็นเรื่องที่ต้องระวังอย่างยิ่ง ไม่ควรเอาความชอบส่วนตัว หรือปัจจัยต่างๆ มาชี้ให้น้องๆ เลือกตามที่ตนเองต้องการ

4.

**แนะนำอาชีพ**

---

## 4.1 อาชีพที่เหมาะสมกับตัวน้องๆ

อาชีพ	ความมั่นคงในอาชีพ					
	ฐานเงินเดือนโดยเฉลี่ย*				คณะกรรมการที่เกี่ยวข้อง	โอกาสถูกแทนที่ด้วยเทคโนโลยี
	ประสบการณ์ < 5 ปี		ประสบการณ์ > 5 ปี			
นักจิตวิทยา	15,000	60,000	40,000	70,000	• คณะจิตวิทยา	ต่ำ
วิศวกร โครงการ	25,000	80,000	40,000	70,000	• คณะวิศวกรรมศาสตร์	ต่ำ
นักทรัพยากร บุคคล	25,000	80,000	50,000	100,000	<ul style="list-style-type: none"> <li>• คณะบริหารธุรกิจ</li> <li>• คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี</li> <li>• คณะจิตวิทยา</li> <li>• คณะรัฐศาสตร์</li> <li>• คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์</li> </ul>	ต่ำ
เภสัชกร	15,000	60,000	40,000	100,000	• คณะเภสัชศาสตร์	ต่ำ
วิศวกร เครื่องกล	30,000	80,000	60,000	100,000	• คณะวิศวกรรมศาสตร์	ปานกลาง

ตารางอาชีพด้านบนเป็นเพียงอาชีพตัวอย่างที่ถูกอ้างอิงมาจากผลวิเคราะห์กิจกรรมที่น้องสนใจ เพื่อเป็นไอเดียหรือแนวทางคร่าวๆ ให้น้องออกไปศึกษา หรือค้นคว้าหาข้อมูลเพิ่มเติม ซึ่งมันอาจจะเป็นสิ่งที่คุณต้องการในอนาคตก็เป็นได้ ทั้งนี้อาชีพด้านบนไม่ได้ถูกจัดอันดับแต่อย่างใด

\*เงินเดือนที่แสดงเป็นเพียงเงินเดือนเฉลี่ยของอายุการทำงานในช่วง 1-5 ปีแรก เท่านั้น

## 4.1 อาชีพที่เหมาะสมกับตัวเอง

### นักจิตวิทยา

นักจิตวิทยาทำหน้าที่ บำบัดความเครียด ความกังวลใจ หรือปัญหาทางจิตใจให้กับผู้ป่วยโดยใช้การบำบัดทางจิตวิทยา ในการช่วยให้ผู้รับการบำบัดก้าวข้ามปัญหา ความเครียด ความสะเทือนใจ การเสพติด ความกังวลใจ พฤติกรรมที่ ทำกาย ความผิดปกติทางประสาท ความเจ็บป่วยทางจิตใจ และความบกพร่องทางการเรียนรู้

#### ทักษะ

- มีความรู้ทางทฤษฎีจิตวิทยาและแนวทางปฏิบัติ
- สนใจเกี่ยวกับความคิดของคนและพฤติกรรม
- มีทักษะการวิจัยที่ดี
- สามารถที่จะมีปฏิสัมพันธ์และเข้าใจความหลากหลายของผู้คน
- มีทักษะการทำงานเป็นทีมที่ดี สื่อสารได้ดี มีประสาทการรับฟังที่ไวและมีทักษะในการตั้งคำถาม
- สามารถรับมือกับสถานการณ์ที่กดดันทางอารมณ์ได้ และสามารถทำงานคนเดียวและทำงานกับผู้อื่นได้

#### คณะที่เกี่ยวข้อง

- คณะจิตวิทยา

#### โอกาสถูกทดแทนด้วยเทคโนโลยี : ต่ำ

เป็นอาชีพที่มีโอกาสโดนทดแทนด้วยเทคโนโลยีในอนาคตภายใน 10 ปีได้น้อยมาก เนื่องจากเป็นงานที่มีความซับซ้อน ต้องอาศัยข้อมูล ต้องใช้ความพยายามเข้าใจที่เกี่ยวข้องกับคน และความรู้เฉพาะเจาะจงในการทำงาน และตัดสินใจ

## 4.1 อาชีพที่เหมาะสมกับตัวน้องๆ

### วิศวกรโครงการ

วิศวกรโครงการมีหน้าที่ วางแผน ทำกับดูลแล และประสานงานกระบวนการผลิตภายในองค์กร หาวิธีควบคุมต้นทุน การผลิตที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการผลิตสินค้า ตรวจสอบสาเหตุและแก้ไขปัญหาเมื่อพบชิ้นงานเสีย

#### ทักษะ

- มีความสามารถในการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์
- มีความคุ้นเคยกับเครื่องมือซอฟต์แวร์การจัดการโครงการ ระเบียบวิธีและแนวทางปฏิบัติที่ดีที่สุด
- มีประสบการณ์การดูโครงการ
- มีทักษะการวิเคราะห์ที่ยอดเยี่ยม
- มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีและมีไหวพริบดี
- มีความสามารถในการดำเนินโครงการตามขอบเขต งบประมาณและระยะเวลาที่ระบุไว้

#### คณะที่เกี่ยวข้อง

- คณะวิศวกรรมศาสตร์

#### โอกาสถูกทดแทนด้วยเทคโนโลยี : ปานกลาง

บางส่วนของงานอาจจะโดนเทคโนโลยีทำแทนภายใน 5-10 ปี แต่ยังคงจำเป็นต้องมีผู้ทำงานตำแหน่งนี้อยู่ เนื่องจากลักษณะงานบางอย่างสามารถมีเกณฑ์การตัดสินใจ และกระบวนการที่ชัดเจน ที่สามารถทำเป็นระบบ หรือหุ่นยนต์เข้ามาทดแทนได้ แต่อย่างไรก็ตามก็ยังคงเหลือบางส่วนของงานที่ยังจำเป็นต้องมีคนคอยมากำกับดูลแลให้งานสามารถออกมาได้ราบรื่นอยู่

## 4.1 อาชีพที่เหมาะสมกับตัวน้องๆ

### นักทรัพยากรบุคคล

นักทรัพยากรบุคคลมีหน้าที่ ด้านการบริหารทรัพยากรบุคคล หรือการพัฒนาทรัพยากรบุคคลอย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่าง เช่น การสรรหาบุคลากร การฝึกอบรม การบริหารด้านการจ่ายค่าตอบแทนในรูปแบบของผลประโยชน์/สวัสดิการ การจัดทำเงินเดือน และงานสวัสดิการต่างๆ

#### ทักษะ

- มีทักษะการสื่อสารทั้งการพูดและการเขียนอย่างมีประสิทธิภาพ และมีไหวพริบดีกับพนักงานและผู้จัดการทุกระดับ
- มีความใส่ใจรายละเอียดสูง
- มีทักษะบริหารจัดการ
- มีทักษะการสร้างทีม การสร้างกระบวนการเรียนรู้ในกลุ่ม การปรับปรุงกระบวนการและการบริหารจัดการโครงการ
- มีความสามารถทำงานหลายอย่างได้พร้อมกัน
- มีความสามารถในการทำงานกับคนที่มีบุคลิกและอารมณ์ที่แตกต่างกัน

#### คณะที่เกี่ยวข้อง

- คณะบริหารธุรกิจ
- คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี
- คณะจิตวิทยา
- คณะรัฐศาสตร์
- คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์

#### โอกาสถูกทดแทนด้วยเทคโนโลยี : ปานกลาง

บางส่วนของงานอาจจะโดนเทคโนโลยีทำแทนภายใน 5-10 ปี แต่ยังจำเป็นต้องมีผู้ทำงานตำแหน่งนี้อยู่ เนื่องจากลักษณะงานบางอย่างสามารถมีเกณฑ์การตัดสินใจ และกระบวนการที่ชัดเจน ที่สามารถทำเป็นระบบ หรือหุ่นยนต์เข้ามาทดแทนได้ แต่อย่างไรก็ตามก็ยังคงเหลือบางส่วนของงานที่ยังจำเป็นต้องมีคนคอยมากำกับดูแลให้งานสามารถออกมาได้ราบรื่นอยู่



## 4.1 อาชีพที่เหมาะสมกับตัวเองๆ

### เกสัชกร

เกสัชกรมีหน้าที่ เป็นผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ ที่มีหน้าที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการจัดหายาที่มีประสิทธิภาพสูงสุด ต้องคอยตรวจคุณภาพ ความปลอดภัย วิธีการใช้ยา ต้องติดต่อกับผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด และต้องมีความรู้ด้านกฎหมายและประมวลหลักปฏิบัติ

#### ทักษะ

- มีทักษะการคิดวิเคราะห์ การใช้ตัวเลข และการคำนวณ
- มีความใส่ใจในรายละเอียด และมีทักษะการแก้ปัญหา
- ช่างสังเกต และมีมนุษยสัมพันธ์ดี

#### คณะที่เกี่ยวข้อง

- คณะเภสัชศาสตร์

#### โอกาสถูกทดแทนด้วยเทคโนโลยี : ต่ำ

เป็นอาชีพที่มีโอกาสโดนทดแทนด้วยเทคโนโลยีในอนาคตภายใน 10 ปีได้น้อยมาก เนื่องจากเป็นงานที่มีความซับซ้อน ต้องอาศัยข้อมูล ต้องใช้ความพยายามเข้าใจที่เกี่ยวข้องกับคน และความรู้เฉพาะเจาะจงในการทำงาน และตัดสินใจ

## 4.1 อาชีพที่เหมาะสมกับตัวน้องๆ

### วิศวกรเครื่องกล

วิศวกรเครื่องกลมีหน้าที่ วางแผนเรื่องการบำรุงรักษาเชิงป้องกัน สำหรับเครื่องจักรและอุปกรณ์ ควบคุมตรวจสอบระบบการจ่ายไฟฟ้า วิเคราะห์และแก้ปัญหารณณ์เครื่องเสีย

#### ทักษะ

- เข้าใจแนวคิดทางวิศวกรรมและมีประสบการณ์ในการออกแบบระบบเครื่องกลและผลิตภัณฑ์
- มีทักษะทางคณิตศาสตร์ที่ยอดเยียม สามารถใช้หลักการทางคณิตศาสตร์และสถิติขั้นสูงเพื่อแก้ปัญหา
- มีประสบการณ์ในการใช้ซอฟต์แวร์ CAD เช่น SolidWorks, AutoCAD หรือที่คล้ายกัน
- มีทักษะทางเทคนิคและการแก้ปัญหาที่ยอดเยียมและความสามารถในการให้เหตุผล
- มีความสามารถในการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพและชัดเจน
- ต้องมีแรงจูงใจในตนเองและเป็นทีมที่ยอดเยียม

#### คณะที่เกี่ยวข้อง

- คณะวิศวกรรมศาสตร์

#### โอกาสถูกทดแทนด้วยเทคโนโลยี : ต่ำ

เป็นอาชีพที่มีโอกาสโดนทดแทนด้วยเทคโนโลยีในอนาคตภายใน 10 ปีได้น้อยมาก เนื่องจากเป็นงานที่มีความซับซ้อน ต้องอาศัยข้อมูล ต้องใช้ความพยายามเข้าใจที่เกี่ยวข้องกับคน และความรู้เฉพาะเจาะจงในการทำงาน และตัดสินใจ

# LEARN © LIFE



ตัวอย่างรายงาน  
ฉบับร่างของ Learn © Life