



ประมวลการสอน
ภาคปลาย ปีการศึกษา ๒๕๖๑

๑. ฝ่ายวิชาบูรณาการ หมวดวิชาศึกษาทั่วไป

๒. รหัสวิชา ๐๑๙๙๙๐๓๖ ชื่อวิชา (ไทย) ความสุขในพลวัตของชีวิต
จำนวนหน่วยกิต ๓(๓-๐-๖) (อังกฤษ) Happiness amongst Life Dynamics
วิชาพื้นฐาน ไม่มี
หมู่ ๑ วันพุธ เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น. ห้อง ศร. ๓-๒๐๒

๓. ผู้สอน / คณะผู้สอน

๓.๑ รศ.ดร.วิรุณศักดิ์ สันติเพ็ชร์	ภาควิชาวิศวกรรมไฟฟ้า คณะวิศวกรรมศาสตร์ อีเมล fengwrs@ku.ac.th โทร ๐๒-๗๙๗-๐๙๙๙ ต่อ ๑๕๗๑
๓.๒ รศ.ดร.วันชัย วรวัฒน์เมธีกุล	ภาควิชาผลิตภัณฑ์ประมง คณะประมง อีเมล ffwswcw@ku.ac.th โทร ๐๒-๕๗๙-๐๑๑๓ ต่อ ๔๐๘๘
๓.๓ ผศ.ดร.สุพุมล กิตติสิน	ภาควิชาวิทยาการคอมพิวเตอร์ คณะวิทยาศาสตร์ อีเมล fscismi@ku.ac.th โทร ๐๒-๕๖๒-๕๕๕๕ ต่อ ๓๗๗๐
๓.๔ อ.ดร.ธีรารัตน์ วรพิเชษฐ	ภาควิชาการตลาด คณะบริหารธุรกิจ อีเมล fbusths@ku.ac.th โทร ๐๒-๙๔๒-๘๗๗๗
๓.๕ ผศ.ดร.ฉนิศา รุ่งแจ้ง	ภาควิชาวิศวกรรมโยธา คณะวิศวกรรมศาสตร์ อีเมล fengksr@ku.ac.th โทร ๐๒-๗๙๗-๐๙๙๙ ต่อ ๑๓๑๒
๓.๖ รศ.ดร.อรสา สุกสว่าง	ข้าราชการบำนาญ (สังกัดเดิมภาควิชาภูมิศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์) อีเมล fsocoss@ku.ac.th
๓.๗ อ.ณัฐวรรณ ภรณ์รา	มหาวิทยาลัยกรุงเทพ
๓.๘ ผศ.เยาวลักษณ์ บุรินทรธัญกุล	ข้าราชการบำนาญ (สังกัดเดิมคณะวิทยาศาสตร์)
๓.๙ ผศ.ชนิษฐา พูนผลกุล	ข้าราชการบำนาญ (สังกัดเดิมคณะเกษตร)
๓.๑๐ รศ.ดร.ดวงพร สุวรรณกุล	อาจารย์พิเศษ
๓.๑๑ รศ.ดร.วิมล ชอบชื่นชม	อาจารย์พิเศษ คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยรังสิต
๓.๑๒ อ.อรุณรัตน์ เทพนิม	องค์กรคนรุ่นใหม่เพื่อสันติภาพ
๓.๑๓ อ.ชุลีพร ช่างรังษี	อาจารย์พิเศษ

๔. การให้นักศึกษาเข้าพบและให้คำแนะนำนอกเวลาเรียน

นิสิตสามารถนัดหมายอาจารย์ผู้สอนหรือปรึกษาผ่านทางอีเมล หรือโทรศัพท์ในกรณีที่ต้องการติดต่อด่วนหรือมีปัญหาติดต่อได้ที่ รศ.ดร.วิรุณศักดิ์ สันติเพ็ชร์ ประธานรายวิชาความสุขในพลวัตของชีวิต

๕. จุดประสงค์ของวิชา

๑. เพื่อให้บัณฑิตมีความรู้ความเข้าใจในการเข้าถึงความสุขในสภาวะของสังคมและโลกที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาอย่างรวดเร็ว

๒. เพื่อให้บัณฑิตปรับตัวและสร้างความสุขท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงทั้งทางเศรษฐกิจ เทคโนโลยี สังคม และวัฒนธรรม

๓. เพื่อให้บัณฑิตสามารถสร้างความสุขแก่ตนเองในกรอบของความดีโดยเน้นวิถีเชิงพุทธและความเป็นพลเมืองที่ดีของสังคม และสามารถส่งผ่านความสุขจากตนเองสู่บุคคลรอบข้างในสังคม

๖. คำอธิบายรายวิชา

แนวคิดของความสุข พลวัตของชีวิต การเข้าถึงความสุขในพลวัตหลายมิติ ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ เทคโนโลยีและการสื่อสาร สังคมและวัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม

Concept of happiness; dynamics of life; gaining happiness in the array of dynamics, oneself, family, economic, technology and communication, social and cultural, and environmental aspects.

๗. คำอธิบายรายวิชา

๗.๑ ความหมายและแนวคิดของความสุข

๗.๑.๑ ความสุขตามนิยามทางจิตวิทยา สังคมวิทยา ปรัชญา และศาสนา

๗.๑.๒ ความสุขทางกาย และความสุขทางใจ

๗.๑.๓ องค์ประกอบของความสุขของคร่อม

๗.๑.๔ ความสำคัญของความสุขต่อตนเองและสังคม

๗.๒ ความหมายและแนวคิดพลวัตของชีวิต

๗.๒.๑ ความหมายของพลวัตของชีวิต

๗.๒.๒ พลวัตด้านเทคโนโลยี การสื่อสาร เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม

๗.๒.๓ การเปลี่ยนแปลงภายในตนเองและบุคคลรอบข้าง ที่เป็นผลจากปัจจัยภายนอกที่มีผลต่อระดับความสุข

๗.๓ การเข้าถึงความสุขในพลวัตต่อตนเองและครอบครัว

๗.๓.๑ การสร้างนิสัยที่ดีผ่านกิจวัตรประจำวัน

๗.๓.๒ การสร้างความสุขโดยการคิดบวก

๗.๓.๓ การดูแลสุขภาพด้วยโภชนาการที่เหมาะสม

๗.๓.๔ การสร้างครอบครัวที่อบอุ่นและมีความสุข

๗.๔ การเข้าถึงความสุขในพลวัตด้านเศรษฐกิจ

๗.๔.๑ ความสุขจากการมีทรัพย์สิน

๗.๔.๒ ความสุขจากการบริโภคอย่างเหมาะสม

๗.๔.๓ ความสุขจากความไม่เป็นหนี้

๗.๔.๔ ความสุขจากการทำงาน

๗.๕ การเข้าถึงความสุขในพลวัตด้านเทคโนโลยีและการสื่อสาร

๗.๕.๑ การใช้เทคโนโลยีให้ถูกทาง

๗.๕.๒ การรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และการเลือกสรรสื่อที่เหมาะสม

- ๗.๖ การเข้าถึงความสุขในพลวัตด้านสังคมและวัฒนธรรม
 - ๗.๖.๑ ความสุขจากการปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลรอบข้าง
 - ๗.๖.๒ ความสุขจากการปฏิบัติหน้าที่พลเมืองที่ดี
 - ๗.๖.๓ วัฒนธรรมความดีสากลเพื่อสังคมที่เป็นสุข
- ๗.๗ การเข้าถึงความสุขในพลวัตด้านสิ่งแวดล้อม
 - ๗.๗.๑ การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมสีเขียวเพื่อความอยู่สบาย
 - ๗.๗.๒ การสร้างสิ่งแวดล้อมสีเขียวเพื่อสังคมแห่งความดี
 - ๗.๗.๓ การบูรณาการด้านสิ่งแวดล้อมเพื่อสร้างความสุขส่วนตัวและส่วนรวม
- ๗.๘ เบื้องหลังความสุขและความสำเร็จ

๘. วิธีสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

การบรรยาย การเรียนแบบร่วมมือ อภิปราย ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง/กลุ่ม การรายงานหน้าชั้น การทำ การบ้าน และการทำโครงการ

๙. อุปกรณ์สื่อการสอน

สไลด์ วิดีทัศน์ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ เอกสารประกอบการบรรยาย ตัวอย่างประกอบการสอน

๑๐. การวัดผลสัมฤทธิ์ในการเรียน

	ร้อยละ
๑๐.๑ การเข้าเรียนและการแต่งกายตามระเบียบ มก.	๑๐
๑๐.๒ การสอบไล่ (วันอาทิตย์ที่ ๑๙ พฤษภาคม ๒๕๖๒ เวลา ๑๔.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.)	๒๐
๑๐.๓ บันทึกอนุทิน	๒๕
๑๐.๔ ไดอารีความสุข	๒๐
๑๐.๕ รายงาน/นำเสนอ (วันพุธที่ ๒๕๖๒)	๑๐
๑๐.๖ กิจกรรมนั่งสมาธิ	๕
๑๐.๗ กิจกรรมแบ่งปันความสุข	๑๐
รวม	<u>๑๐๐</u>

๑๑. การประเมินผลการเรียน

กำหนดระดับคะแนนตามคะแนนรวมที่ได้ดังนี้

A = ๘๐ - ๑๐๐ %	B+ = ๗๕ - ๗๙ %
B = ๗๐ - ๗๔ %	C+ = ๖๕ - ๖๙ %
C = ๖๐ - ๖๔ %	D+ = ๕๕ - ๕๙ %
D = ๕๐ - ๕๔ %	F = ต่ำกว่า ๕๐ %

๑๒. เอกสารอ่านประกอบ

วิรุณศักดิ์ สันติพิเศษ และคณะ (๒๕๕๗) เอกสารประกอบการสอนวิชา ๐๑๙๙๙๐๓๖ ความสุขในพลวัตของชีวิต ศูนย์วิชาบูรณาการ หมวดวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กรุงเทพฯ


๑๓. ตารางกิจกรรมการเรียนการสอน หมู่ ๑ วันพุธ เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น. ศร. ๓-๒๐๒

สัปดาห์	วัน / เดือน / ปี	เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนการสอน	ผู้สอน
๑	๑๖ ม.ค. ๖๒	แนะนำรายวิชา	บรรยายด้วยเอกสารประมวล การสอน	ผศ.ดร.ชนินา รุ่งแจ้ง
๒	๒๓ ม.ค. ๖๒	ความหมายและแนวคิดของความสุข <ul style="list-style-type: none"> • ความสุขตามนิยามทางจิตวิทยา สังคมวิทยา ปรัชญา และศาสนา • ความสุขทางกาย และความสุขทางใจ • องค์ประกอบของความสุขของคร่อม 	บรรยายด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ อภิปราย บันทึกอนุทิน กรณีศึกษา	อ.อรุณรัตน์ เทพฉิม
งานเกษตรแฟร์ ๒๕ ม.ค. ๖๒ – ๒ ก.พ. ๖๒				
๓	๖ ก.พ. ๖๒	การเข้าถึงความสุขในพลวัตด้านสังคมและ วัฒนธรรม <ul style="list-style-type: none"> • ความสุขจากการปฏิบัติหน้าที่พลเมืองที่ดี • วัฒนธรรมความดีสากลเพื่อสังคมที่เป็นสุข 	บรรยายด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ อภิปราย บันทึกอนุทิน กรณีศึกษา	อ.อรุณรัตน์ เทพฉิม
๔	๑๓ ก.พ. ๖๒	การเข้าถึงความสุขในพลวัตต่อตนเองและ ครอบครัว <ul style="list-style-type: none"> • การสร้างนิสัยที่ดีผ่านกิจวัตรประจำวัน 	บรรยายด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ อภิปราย บันทึกอนุทิน กรณีศึกษา	ผศ.เยาวลักษณ์ บุรินทร์วิกุล
๕	๒๐ ก.พ. ๖๒	ความหมายและแนวคิดพลวัตของชีวิต <ul style="list-style-type: none"> • ความหมายของพลวัตของชีวิต • พลวัตด้านเทคโนโลยี การสื่อสาร เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม • การเปลี่ยนแปลงภายในตนเองและบุคคล รอบข้าง ที่เป็นผลจากปัจจัยภายนอกที่มีผล ต่อระดับความสุข 	บรรยายด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ อภิปราย บันทึกอนุทิน กรณีศึกษา	รศ.ดร.อรสา สุกสว่าง
๖	๒๗ ก.พ. ๖๒	การเข้าถึงความสุขในพลวัตต่อตนเองและ ครอบครัว <ul style="list-style-type: none"> • การสร้างครอบครัวที่อบอุ่นและมีความสุข 	บรรยายด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ อภิปราย บันทึกอนุทิน กรณีศึกษา	อ.ณัฐวรรณ ภรรยา
๗	๖ มี.ค. ๖๒	การเข้าถึงความสุขในพลวัตต่อตนเองและ ครอบครัว <ul style="list-style-type: none"> • ความสุขจากการรู้จักตนเอง 	บรรยายด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ อภิปราย บันทึกอนุทิน กรณีศึกษา	อ.ชุลีพร ช่วงรังษี
๙-๑๓ มี.ค. ๖๒ ช่วงสอบกลางภาค				
๘	๒๐ มี.ค. ๖๒	การเข้าถึงความสุขในพลวัตต่อตนเองและ ครอบครัว <ul style="list-style-type: none"> • การดูแลสุขภาพด้วยโภชนาการที่เหมาะสม 	บรรยายด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ อภิปราย บันทึกอนุทิน กรณีศึกษา	ผศ.ชนิษฐา พูนผลกุล
๙	๒๗ มี.ค. ๖๒	การเข้าถึงความสุขในพลวัตด้านสังคมและ วัฒนธรรม <ul style="list-style-type: none"> • ความสุขจากการปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคล รอบข้าง 	บรรยายด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ อภิปราย บันทึกอนุทิน กรณีศึกษา	รศ.ดร.วันชัย วรวัฒน์เมธีกุล

สัปดาห์	วัน / เดือน / ปี	เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนการสอน	ผู้สอน
๑๐	๓ เม.ย. ๖๒	การเข้าถึงความสุขในพลวัตต่อตนเองและครอบครัว • การสร้างความสุขโดยการคิดบวก	บรรยายด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ อภิปราย บันทึกอนุทิน กรณีศึกษา	รศ.ดร.วิมล ขอบชื่นชม
๑๑	๑๐ เม.ย. ๖๒	การเข้าถึงความสุขในพลวัตด้านเทคโนโลยีและการสื่อสาร • การใช้เทคโนโลยีให้ถูกทาง • การรับรู้ข้อมูลข่าวสารและการเลือกสรรสื่อที่เหมาะสม	บรรยายด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ อภิปราย บันทึกอนุทิน กรณีศึกษา	ผศ.ดร.สุชมาล กิตติสิน
๑๒	๑๗ เม.ย. ๖๒	การเข้าถึงความสุขในพลวัตด้านเศรษฐกิจ • ความสุขจากการมีทรัพย์สิน • ความสุขจากการบริโภคอย่างเหมาะสม • ความสุขจากความไม่เป็นหนี้ • ความสุขจากการทำงาน	บรรยายด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ อภิปราย บันทึกอนุทิน กรณีศึกษา	อ.ดร.ธีรรัตน์ วรพิเชฐ
๑๓	๒๔ เม.ย. ๖๒	การเข้าถึงความสุขในพลวัตด้านสิ่งแวดล้อม • การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมสีเขียวเพื่อความอยู่สบาย • การสร้างสิ่งแวดล้อมสีเขียวเพื่อสังคมแห่งความดี • การบูรณาการด้านสิ่งแวดล้อมเพื่อสร้างความสุขส่วนตัวและส่วนรวม	บรรยายด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ อภิปราย บันทึกอนุทิน กรณีศึกษา	ผศ.ดร.มนิศา รุ่งแจ้ง
๑๔	๑ พ.ค. ๖๒	• เบื้องหลังความสุขและความสำเร็จ	บรรยายด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์ อภิปราย บันทึกอนุทิน กรณีศึกษา	รศ.ดร.ดวงพร สุวรรณกุล
๑๕	๘ พ.ค. ๖๒	นำเสนอผลงาน	อภิปราย กรณีศึกษา	รศ.ดร.วิรุณศักดิ์ สันติเพ็ชร และคณะ
	๑๙ พ.ค. ๖๒	สอบไล่ เวลา ๑๔.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.		

ลงนาม.....ผู้รายงาน
(รองศาสตราจารย์ ดร. วิรุณศักดิ์ สันติเพ็ชร)
๔ มกราคม ๒๕๖๒

หมายเหตุ

๑. วันสอบกลางภาค และการสอบไล่ เป็นไปตามปฏิทินของมหาวิทยาลัย ห้าม นิสิตลงทะเบียนเรียนวิชาที่สอบซ้ำซ้อน
 ๒. ขอให้ นิสิตร่วมแสดงความคิดเห็นใน “แบบสำรวจผลลัพธ์การเรียนรู้ของนิสิตตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาในหมวดวิชาศึกษาทั่วไป” โดยเข้าไปประเมินออนไลน์ที่ QR Code หมายเหตุ 
- <https://goo.gl/QXZBvc>

อัตลักษณ์ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ สำนักดี มุ่งมั่น สร้างสรรค์ สามัคคี

นิสิตต้องแต่งกายให้ถูกต้องตามประกาศสภามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ลงวันที่ ๓ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๓ เรื่องข้อบังคับว่าด้วยเครื่องแต่งกายของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ พ.ศ. ๒๕๕๓ จึงจะมีสิทธิเข้าห้องเรียนและเข้าห้องสอบ