

รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1*

LIFE SKILLS DEVELOPMENT MODEL FOR SECONDARY SCHOOL STUDENTS UNDER UDON THANI PRIMARY EDUCATION SERVICE AREA OFFICE I

สุนิสา วงศ์อารีย์*, สุปรีชา วงศ์อารีย์, เรวดี หมวดดาร์กซ์, ชาศรียา พันธุ์ทอง, ทรรศนีย์ วันชาติ

Sunisa Wongaree, Supreecha Wongaree, Rawadee Muaddarak, Chakriya Panthong, Thassanee Wanchadee

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี อุดรธานี ประเทศไทย

Faculty of Education, Udon Thani Rajabhat University, Udon Thani, Thailand

*Corresponding author E-mail: oilsunisawongaree@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนารูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และ 2) ศึกษาผลจากการใช้รูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านม่วงสว่างสามัคคี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 จำนวน 30 คน ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง ซึ่งเป็นโรงเรียนขนาดเล็กที่สมัครเข้าร่วมกิจกรรม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ คู่มือการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น แบบสอบถามทักษะชีวิตของนักเรียน และแบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) แล้วแปลความหมายตามเกณฑ์ 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด ผลการวิจัยพบว่า 1) การพัฒนารูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า รูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่สร้างขึ้น ประกอบด้วย 6 ส่วน ได้แก่ 1) หลักการและแนวคิด 2) จุดมุ่งหมาย 3) เนื้อหา ประกอบด้วย 4 โมดูล 12 กิจกรรม 4) กระบวนการพัฒนา ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ การสร้างประสบการณ์ การสะท้อน การเชื่อมโยง และการปรับใช้ 5) สื่อ และอุปกรณ์ และ 6) การวัดและประเมินผล 2) ผลจากการใช้รูปแบบ และกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า นักเรียนมีผลการพัฒนาทักษะชีวิตหลังพัฒนาสูงกว่าก่อนการพัฒนาและผ่านเกณฑ์การประเมินระดับมาก โดยนักเรียนมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิต โดยรวมอยู่ในระดับมาก (\bar{X} = 4.41, S.D. = 0.69)

คำสำคัญ: การพัฒนาทักษะชีวิต, นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น, สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1

Abstract

The objective of this research were 1) to create a life skills development model and activities for secondary school students and 2) to study the results of life skills development model and

* Received September 20, 2023; Revised October 3, 2023; Accepted October 21, 2023



activities to the secondary school students of The Primary Education Service Area Office Udon Thani I. This research is a mixed method research. The sampling were 30 secondary school students in Banmuang Sawang Samakee School of The Udon Thani Primary Education Service Area Office I, were selected by purposive sampling. This is a small - sized school that enrolls in the event. The research instrument were the model manual for life skills development of secondary school students, the questionnaire of secondary school student life skills and the questionnaire of secondary school student satisfaction. The statistics used to analyze the data were mean (\bar{x}), standard deviation (S.D.), and then interpret the meaning according to 5 levels of criteria, namely, the highest, the high, the medium, the low, and the minimal. The results found as follows: 1) The creation of a life skills development model and activities for secondary school students found that consists of 6 parts: 1) Principles and Concepts 2) Objectives 3) Content consists of 4 modules and 12 activity 4) Development process consists of 4 steps: Experience : E, Reflect : R, Connect : C and Apply : A, 5) media and equipment, and 6) measurement and evaluation, and 2) The results of the life skills development model and activities for secondary school students under the Udon Thani Primary Education Service Area Office I found that the secondary school students had higher results for life skills development after development than before and passed the high level assessment criteria. The secondary school students were satisfied with life skills development activities, overall at the high level. (\bar{x} = 4.41, S.D. = 0.69)

Keywords: Life Skills Development, Secondary School Student, Udon Thani Primary Education Service Area Office I

บทนำ

สภาพสังคมในทศวรรษใหม่ เป็นยุคของความเร็วและความล้ำสมัยของเทคโนโลยีการสื่อสาร ความหลากหลายทางเชื้อชาติ วัฒนธรรม การหล่อหลอมรวมความคิดและความเชื่อของกลุ่มคน ที่บุคคลในสังคมจะต้องตั้งรับวิถีชีวิตยุคใหม่อย่างมีวิจารณญาณ สภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างมากรนี้ได้ส่งผลกระทบต่อเด็กวัยเรียน ทั้งการดำเนินชีวิตท่ามกลางกระแสเทคโนโลยีที่เปลี่ยนแปลง และความคาดหวังของผู้ปกครองต่อการศึกษาต่อของบุตรหลาน ตลอดจนการเผชิญสิ่งยั่วยุหรือตัวแบบที่ไม่เหมาะสมต่าง ๆ รอบตัว ก่อให้เกิดปัญหาเด็กและเยาวชนอย่างมาก ทั้งปัญหาด้านการปรับตัว ปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจ ปัญหาสุขภาพ ปัญหาความรุนแรง ปัญหาเด็กติดเกม ปัญหายาเสพติด ปัญหาทางเพศ ฯลฯ (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2552) จะเห็นได้ว่าหากเด็กและเยาวชนที่มีทักษะชีวิตต่ำ ขาดภูมิคุ้มกันทางสังคมที่ดี จะมีปัญหาทางอารมณ์ จิตใจและมีความขัดแย้งในชีวิตได้ง่าย และเมื่อเขาพ้นวัยการศึกษาขั้นพื้นฐานไปแล้ว อาจจะเป็นคนที่ไม่ประสบความสำเร็จในชีวิตแล้วหันไปพึ่งยาเสพติดในที่สุด (สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดและสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2558) โดยเฉพาะนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งถือเป็นช่วงวัยรุ่นที่คาบเกี่ยวระหว่างความเป็นเด็ก ต่อเนื่องกับความเป็นผู้ใหญ่ นับเป็นเวลาหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ถ้าเด็กวัยรุ่นผู้ใดได้ดำเนินชีวิตในช่วงเวลานี้ผ่านพ้นไปอย่างราบรื่น มีปัญหาไม่ซับซ้อนมากนัก เด็กวัยรุ่นนั้นย่อมเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ด้วยดี และมักจัดการกับชีวิตในวัยผู้ใหญ่ได้อย่างราบรื่น แต่ถ้าเป็นไปในทางตรงกันข้าม วัยนี้จะเป็นวัยที่ประสบความสำเร็จอย่างมาก (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2553) จนนักวิชาการในหลายทศวรรษที่ผ่านมาเรียกว่าเป็น “วัยวิกฤต” เช่น แอริคสันแสดงทัศนะว่า วัยรุ่นเป็นระยะเวลาที่มนุษย์มีความสับสนทางจิตใจมากที่สุดยิ่งกว่าวัยอื่น ๆ (Erikson, E.H., 1968) เช่นเดียวกับข้อมูลของ



สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ ที่พบว่า มีวัยรุ่นที่โทรปรึกษาสายด่วนสุขภาพจิตและเข้ามารับการปรึกษากลินิกจิตเวชวัยรุ่นมากขึ้นอย่างชัดเจน ซึ่ง 5 อันดับแรก เป็นปัญหาความเครียด ความรัก ปัญหาเพศ สุขภาพจิต และปัญหาครอบครัว ประเด็นดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า สังคมควรเร่งให้ความสำคัญกับการส่งเสริมทักษะชีวิตมากขึ้น ทั้งการส่งเสริมการมองเห็นคุณค่าของตนเอง การคิดวิเคราะห์ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การจัดการอารมณ์และความเครียด ตลอดจนการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น ซึ่งคุณสมบัติเหล่านี้จะเป็นเกราะป้องกันหลายปัญหาวัยรุ่นในปัจจุบัน และเป็นภูมิคุ้มกันความเสี่ยงในการดำเนินชีวิตทั้งในปัจจุบันและอนาคตได้ (กรมสุขภาพจิต, 2561) ดังที่ สกล วรเจริญศรี กล่าวไว้ว่า ทักษะชีวิตเป็นคุณลักษณะที่สำคัญที่ควรต้องเกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชนไทยในสังคมปัจจุบัน เพราะทักษะชีวิตเป็นผลการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยการพัฒนาไปตามการเปลี่ยนแปลงของสังคมและวัฒนธรรม (สกล วรเจริญศรี, 2550)

ทักษะชีวิต (Life Skills) เป็นความสามารถขั้นพื้นฐานของบุคคลในการปรับตัว และเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสม สามารถจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวในสภาพปัจจุบัน ช่วยเสริมสร้างการดำเนินชีวิตในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสังคม และกลุ่มเพื่อนให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ตลอดจนเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตอย่างมีประสิทธิภาพ (ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน, 2558) รวมทั้งแนวคิดของทักษะชีวิตที่องค์การอนามัยโลก (World Health Organization) ได้ระบุว่า ทักษะชีวิตเป็นความสามารถของบุคคลในการเผชิญกับสิ่งที่ท้าทายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพและยังเป็นสิ่งที่จะช่วยให้เกิดการดำรงไว้ซึ่งภาวะสุขภาพจิตที่ดี สามารถยืนหยัดอยู่ได้อย่างปกติสุขไม่เป็นบุคคลที่มีปัญหา (World Health Organization, 1997) ดังนั้น การพัฒนาและเสริมสร้างทักษะชีวิตเป็นภูมิคุ้มกันชีวิตให้แก่เด็กและเยาวชนในสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงและเตรียมพร้อมสำหรับการดำเนินชีวิตในอนาคต จึงเป็นภารกิจสำคัญของสถานศึกษาขั้นพื้นฐานที่จะต้องเสริมสร้างทักษะชีวิตให้มากที่สุด และการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อเป็นภูมิคุ้มกันให้แก่ผู้เรียนจึงมีความสำคัญและมีความจำเป็นเร่งด่วนที่ครูทุกคนจะต้องคำนึงถึงและสามารถสอดแทรกบูรณาการลงในกลุ่มสาระการเรียนรู้ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม ดังที่กระทรวงศึกษาธิการ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานได้นำการพัฒนาทักษะชีวิตบรรจุไว้ในหลักสูตรแกนกลางขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ระบุโดยกำหนดสมรรถนะผู้เรียนในข้อ 4 คือ ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต เป็นความสามารถในการนำกระบวนการต่าง ๆ ไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน การเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง การทำงานและอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยการสร้างเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล การจัดการปัญหาและความขัดแย้งต่าง ๆ อย่างเหมาะสม การปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคม และสภาพแวดล้อมและรู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่กระทบต่อตนเอง บุคคลอื่น (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551) และได้กำหนดองค์ประกอบทักษะชีวิตไว้ 4 องค์ประกอบ ดังนี้ คือ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด 4) การสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2559)

จากเหตุผลและความจำเป็นดังกล่าว จะเห็นได้ว่าการพัฒนาทักษะชีวิตให้แก่เด็กและเยาวชนตั้งแต่วัยเยาว์ในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐานจะสามารถเป็นรากฐานสำคัญ ในการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับเด็กและเยาวชนเมื่อต้องออกไปเผชิญโลกภายนอก ซึ่งผู้ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กจะต้องเข้าใจ ตระหนัก และรู้วิธีการเสริมสร้างและพัฒนาทักษะชีวิตอย่างยั่งยืน และมีประสิทธิภาพเสียก่อน ที่สำคัญกว่านั้น คือ ต้องรู้วิธีการพัฒนาเด็ก ด้วยเหตุนี้ คณะผู้วิจัยจึงสนใจการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 ในโรงเรียนขนาดเล็ก ซึ่งส่วนใหญ่ขาดคุณภาพและ ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมินของสำนักงานรับรองมาตรฐานและการประกันคุณภาพการศึกษา (องค์กรมหาชน) (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2562) โดยนำแนวทางการพัฒนาและการเรียนรู้ในรูปแบบของ Right to Play เป็นรูปแบบการเรียนรู้



จากประสบการณ์จริง (ELM) (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2551) มาใช้ในการพัฒนาทักษะชีวิต เพื่อให้ผู้เรียนมีความสามารถในการปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมทางสังคม ที่เปลี่ยนแปลง ใช้กระบวนการคิดและการตัดสินใจที่เหมาะสม ซึ่งจะสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข รวมทั้งนำผลที่ได้ไปใช้เป็นฐานข้อมูลในการวางแผนเพื่อเสริมสร้างและพัฒนาทักษะชีวิตผู้เรียนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนารูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1
2. เพื่อศึกษาผลจากการใช้รูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยผสมผสานวิธี โดยมีรายละเอียดเกี่ยวกับวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนขนาดเล็ก สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านม่วงสว่างสามัคคี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 จำนวน 30 คน โดยได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งเป็นโรงเรียนขนาดเล็กที่สมัครเข้าร่วมในการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นทุกคน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่

1. คู่มือการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีขั้นตอนการสร้างและพัฒนา ดังนี้
 - 1) การนำข้อมูลจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ มากำหนดรูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนเป็นแล้วจัดทำคู่มือ ประกอบด้วย ได้แก่ หลักการและแนวคิด จุดมุ่งหมาย เนื้อหา กระบวนการพัฒนา สื่อ และอุปกรณ์ และการวัดและประเมินผล โดยใช้แนวคิดองค์ประกอบทักษะชีวิตของกระทรวงศึกษาธิการ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2559) ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ด้านการคิดวิเคราะห์ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด และด้านการสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น และใช้แนวคิดกระบวนการกลุ่มในการออกแบบกิจกรรม มีกิจกรรมหลัก คือ การใช้เกมและการวิเคราะห์กรณีตัวอย่าง ทั้งหมด 12 กิจกรรม ซึ่งใช้กระบวนการพัฒนา ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ การสร้างประสบการณ์ (Experience : E) การสะท้อน (Reflect : R) การเชื่อมโยง (Connect : C) และการปรับใช้ (Apply : A) 2) นำร่างคู่มือเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน จำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญทางด้านพฤติกรรมศาสตร์ ด้านการวิจัยทางการศึกษา และด้านหลักสูตรและการสอน เพื่อตรวจสอบคุณภาพความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา และขอข้อเสนอแนะ โดยมีดัชนีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (CVI) ด้านวัตถุประสงค์และด้านเนื้อหา ตั้งแต่ 0.67 - 1.00 และ 3) การแก้ไขร่างคู่มือตามที่ยกผู้เชี่ยวชาญเสนอแนะ และจัดทำคู่มือการพัฒนาทักษะชีวิตฉบับสมบูรณ์

2. แบบสอบถามทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีขั้นตอนการสร้างและพัฒนา ดังนี้

- 1) ศึกษาเอกสาร แนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถามทักษะชีวิต 2) นำข้อมูลที่ได้มาสร้างเป็นแบบสอบถามทักษะชีวิตซึ่งเป็นข้อคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมแสดงออกถึงการมีทักษะชีวิตทั้งหมด 40 ข้อ โดยแบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ ด้านการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น จำนวน 10 ข้อ ด้านการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ จำนวน 10 ข้อ ด้านการจัดการ



อารมณ์และความเครียด จำนวน 10 ข้อ และด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น จำนวน 13 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ ตามวิธีของลิเคอร์ท (Likert scale) ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ 3) นำแบบสอบถามทักษะชีวิตที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมาตรวจสอบเบื้องต้น เพื่อพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องและความครอบคลุมของเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญทางด้านพฤติกรรมศาสตร์ ด้านการวิจัยทางการศึกษา และด้านหลักสูตรและการสอน เพื่อตรวจสอบคุณภาพค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) จากนั้นนำข้อมูลที่ได้ทำการวิเคราะห์ความสอดคล้องรายข้อด้วยวิธีการหาค่า IOC รายข้อซึ่งค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC ต้องมากกว่า 0.50 ขึ้นไป โดยแบบประเมินมีค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC เท่ากับ 0.80 - 1.00 (บุญชม ศรีสะอาด, 2560) และปรับปรุงข้อคำถามตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ และ 4) นำแบบสอบถามทักษะชีวิต ที่ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาและแก้ไขเรียบร้อยแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 ที่ไม่ใช่กลุ่มเป้าหมาย จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha coefficient) ของครอนบาค (Cronbach method) โดยพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาที่มากกว่า .70 จึงถือว่าแบบวัดนั้นมีคุณภาพใช้ได้ ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ กล่าวว่า ค่าความเที่ยง (Reliability) ของแบบวัดมีค่ามากกว่า .70 จึงเป็นแบบวัดที่เชื่อถือได้ งานวิจัยฉบับนี้มีค่าอำนาจจำแนก อยู่ระหว่าง 0.466 - 0.854 และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ 0.910 แล้วจัดพิมพ์แบบสอบถามทักษะชีวิตฉบับสมบูรณ์ (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2543)

3. แบบสอบถามความพึงพอใจต่อรูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีขั้นตอนการสร้างและพัฒนา ดังนี้ 1) ศึกษาเอกสาร แนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการความพึงพอใจเพื่อนำมาเป็นการสร้างแบบสอบถามความพึงพอใจ 2) นำข้อมูลที่ได้มาสร้างแบบสอบถามความพึงพอใจ ซึ่งเป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตทั้งหมด 18 ข้อ โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ ด้านความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรม จำนวน 8 ข้อ ด้านความรู้ความเข้าใจ จำนวน 5 ข้อ และด้านการนำความรู้ไปใช้ จำนวน 5 ข้อ 3) นำแบบสอบถามความพึงพอใจที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมาตรวจสอบเบื้องต้นเพื่อพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องและความครอบคลุมของเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญทางด้านพฤติกรรมศาสตร์ ด้านการวิจัยทางการศึกษา และด้านหลักสูตรและการสอน เพื่อตรวจสอบคุณภาพค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) จากนั้นนำข้อมูลที่ได้ทำการวิเคราะห์ความสอดคล้องรายข้อด้วยวิธีการหาค่า IOC รายข้อซึ่งค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC ต้องมากกว่า 0.50 ขึ้นไป โดยแบบประเมินมีค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC เท่ากับ 0.80 - 1.00 (บุญชม ศรีสะอาด, 2560) และปรับปรุงข้อคำถามตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ และ 4) นำแบบสอบถามความพึงพอใจที่ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาและแก้ไขเรียบร้อยแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha coefficient) ของครอนบาค (Cronbach method) โดยพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาที่มากกว่า .70 จึงถือว่าแบบวัดนั้นมีคุณภาพใช้ได้ ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ กล่าวว่า ค่าความเที่ยง (Reliability) ของแบบวัดมีค่ามากกว่า .70 จึงเป็นแบบวัดที่เชื่อถือได้ งานวิจัยฉบับนี้มีค่าอำนาจจำแนก อยู่ระหว่าง 0.574 - 0.777 และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ 0.926 แล้วจัดพิมพ์แบบสอบถาม ความพึงพอใจฉบับสมบูรณ์ (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2543)

การเก็บรวบรวมข้อมูล โดยคณะผู้วิจัยเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างจากการประเมินก่อนการเข้าร่วมพัฒนาทักษะชีวิต โดยใช้แบบสอบถามทักษะชีวิตก่อนและหลังการเข้าร่วมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และเก็บข้อมูลการประเมินหลังการเข้าร่วมพัฒนาตามรูปแบบและกิจกรรม โดยใช้แบบสอบถาม



ทักษะชีวิตก่อนและหลังการเข้าร่วมพัฒนา และแบบสอบถามความพึงพอใจต่อรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล โดยคณะผู้วิจัยใช้คะแนนประเมินทักษะชีวิตนักเรียน ก่อนและหลังการเข้าร่วมพัฒนาตามรูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน และคะแนนความพึงพอใจต่อรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน นำมาหาค่าเฉลี่ยแล้วแปลความหมาย 5 ระดับ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย 4.51 - 5.00 หมายถึง อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 3.51 - 4.50 หมายถึง อยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ย 2.51 - 3.50 หมายถึง อยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย 1.51 - 2.50 หมายถึง อยู่ในระดับน้อยและค่าเฉลี่ย 1.00 - 1.50 หมายถึง อยู่ในระดับน้อยที่สุด (บุญชม ศรีสะอาด, 2560)

ผลการวิจัย

รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 ที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ได้ผลการวิจัย ดังนี้

1. การพัฒนารูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 ที่สร้างขึ้น ภายใต้แนวคิดองค์ประกอบทักษะชีวิตของกระทรวงศึกษาธิการ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ด้านการคิดวิเคราะห์ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด และด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น และใช้แนวคิดกระบวนการกลุ่มในการออกแบบกิจกรรม มีกิจกรรมหลัก คือ การใช้เกม และการวิเคราะห์กรณีตัวอย่าง ในคู่มือการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ประกอบด้วย 6 ส่วน คือ 1) หลักการและแนวคิด 2) จุดมุ่งหมาย 3) เนื้อหา ประกอบด้วย 4 โมดูล 12 กิจกรรม ได้แก่ โมดูล 1 การพัฒนาด้านการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ประกอบด้วยกิจกรรม “จับคู่วิ่งปิดตา” “วงดนตรีธรรมชาติ” และ “ทีมสะกดตา” โมดูล 2 การพัฒนาด้านการคิดวิเคราะห์ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ประกอบด้วยกิจกรรม “คว่าจุดหมาย” “ทำขาเดียว” และ “ทางเลือกเป็นของคุณ” โมดูล 3 การพัฒนาด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ประกอบด้วยกิจกรรม “วิ่งผลัดบอกอารมณ์” “แฮริชผู้มีความสุข” และ “สลักรูปปั้นบอกความรู้สึก” และโมดูล 4 การพัฒนาด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วยกิจกรรม “ฉันรักเพื่อนบ้าน” “ถ่วงถ่วงตัวแข็ง” และ “ปิดตาหาของ” 4) กระบวนการพัฒนาโดยแนวทางในการพัฒนาและการเรียนรู้ในรูปแบบของ Right to Play เป็นวิธีที่ปรับมาจากการพัฒนา เชนแชนน่า ของ เดวิด อี. คีออล นักทฤษฎีการศึกษาชาวอเมริกัน เป็นรูปแบบการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง (ELM) (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2551) ประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 ขั้นตอน ได้แก่ การสร้างประสบการณ์ (Experience : E) การสะท้อน (Reflect : R) การเชื่อมโยง (Connect : C) และการปรับใช้ (Apply : A) 5) สื่อและอุปกรณ์ และ 6) การวัดและประเมินผล

2. ผลการใช้รูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 มีดังนี้

2.1 ผลการศึกษาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า ก่อนเข้าร่วมการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนมีผลการประเมินก่อนเข้าร่วมพัฒนา อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.48$, S.D. = 0.84) และหลังเข้าร่วมพัฒนานักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น มีผลการประเมินทักษะชีวิตหลังเข้าร่วมพัฒนา อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.38$, S.D. = 0.88) และเมื่อพิจารณารายองค์ประกอบ พบว่า การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น การจัดการอารมณ์และความเครียด อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.58$, S.D. = 0.68 และ $\bar{X} = 4.52$, S.D. = 0.66 ตามลำดับ) โดยการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์อย่างสร้างสรรค์ และการสร้างสัมพันธภาพ



ดีกับผู้อื่น มีผลการประเมินอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.26$, S.D. = 0.85 และ $\bar{X} = 4.19$, S.D. = 0.7) โดยทักษะชีวิต หลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม

2.2 ผลการศึกษาความพึงพอใจต่อรูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจ โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.41$, S.D. = 0.69) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า มีความพึงพอใจในระดับมากทุกด้าน สามารถเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อย ได้แก่ ด้านการนำความรู้ไปใช้ ($\bar{X} = 4.28$, S.D. = 0.77) ด้านความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรม ($\bar{X} = 4.18$, S.D. = 0.93) และด้านความรู้ความเข้าใจ ($\bar{X} = 4.09$, S.D. = 0.81) ตามลำดับ

อภิปรายผล

จากการพัฒนาและศึกษาผลการใช้รูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 คณะผู้วิจัยอภิปรายผล ดังนี้

1. จากการพัฒนารูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 ได้พัฒนาขึ้นตามหลักการและขั้นตอนที่ใช้ในการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน และมีการตรวจสอบคุณภาพ ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนามาจากการค้นคว้าศึกษาแนวคิด ทฤษฎี รวมถึงศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดการเรียนรู้ และการพัฒนาทักษะชีวิต โดยหลักการดังกล่าวได้ถูกนำมาประยุกต์ใช้ในทุกขั้นตอนของกิจกรรม และมีการดำเนินการอย่างเป็นระบบด้วยกระบวนการวิจัย จนได้ออกประกอบทั้งสิ้น 6 ส่วน คือ 1) หลักการและแนวคิด 2) จุดมุ่งหมาย 3) เนื้อหา 4) กระบวนการพัฒนา 5) สื่อ และอุปกรณ์ และ 6) การวัดและประเมินผล โดยใช้กระบวนการพัฒนา ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ การสร้างประสบการณ์ (Experience : E) การสะท้อน (Reflect : R) การเชื่อมโยง (Connect : C) และการปรับใช้ (Apply : A) สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุทธัญญา จำปาทอง และคณะ ได้สร้างรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิต ประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียน ประกอบด้วย 1) หลักการและแนวคิด 2) วัตถุประสงค์ 3) เนื้อหา 4) กระบวนการ พัฒนาโดยการฝึกปฏิบัติตามขั้นตอน 4.1) สร้างการตระหนักรู้ (A: Awareness) 4.2) การลงมือทำ (D:Doing) 4.3) การสะท้อนผล (R: Reflection) 4.4) การเชื่อมโยง (C: Connection) 4.5) การประยุกต์ใช้ (A: Application) 4.6) การประเมินผล (E: Evaluation) 5) สื่อ อุปกรณ์ และแหล่งเรียนรู้ และ 6) การวัดและประเมินผล (สุทธัญญา จำปาทอง, และคณะ, 2564) ส่วนที่ 2 คู่มือพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ประกอบด้วย หลักการและแนวคิด วัตถุประสงค์ เนื้อหา กิจกรรมการพัฒนาตามแนวทาง สื่อ อุปกรณ์ และแหล่งเรียนรู้ และการวัดและประเมินผล โครงสร้างการจัดกิจกรรมพัฒนา และวิธีการดำเนินการจัดกิจกรรม โดยมีผลการประเมินด้านความเหมาะสมด้านความเป็นไปได้ และด้านความเป็นประโยชน์ของรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียน โดยรวมมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุดทุกด้าน นอกจากนั้นยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ สกาวเนตร ไทรแจ่มจันทร์ ที่ได้ทำการศึกษการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักเรียนพยาบาลทหารอากาศ หลักสูตรฝึกอบรม 4 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) จุดมุ่งหมายของหลักสูตรฝึกอบรม 2) ประสบการณ์/เนื้อหาสาระของหลักสูตรฝึกอบรม 3) การจัดประสบการณ์ในการเรียนรู้ และ 4) การวัดและการประเมินผลการฝึกอบรม(สกาวเนตร ไทรแจ่มจันทร์, 2558)

2. ผลการใช้รูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1 พบว่า นักเรียนมีทักษะชีวิตหลังเข้าร่วมกิจกรรม สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม แสดงว่า รูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างได้มีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้น เนื่องจากรูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตนี้ ดำเนินการภายใต้แนวคิดการให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมประสบการณ์ตรง ค้นพบความรู้หรือสร้างความรู้ด้วยตนเอง ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์



โดยวิเคราะห์ แยกแยะปัญหาจากสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ วางแผนแก้ไขปัญหาย่อยอย่างเป็นระบบ ทำให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่มีทักษะชีวิตสูงขึ้น สอดคล้องกับผลการวิจัยของ กนก พานทอง และคณะ ได้พัฒนาทักษะชีวิตด้านทักษะทางปัญญาอย่างมีวิจารณญาณของนักศึกษาระดับอาชีวศึกษา พบว่า ผลการเปรียบเทียบการใช้โปรแกรมฝึกทักษะชีวิตฯ สำหรับการเพิ่มทักษะชีวิตด้าน CCS ของนักศึกษาอาชีวศึกษา หลังการทดลองกลุ่มที่ใช้โปรแกรมฝึกทักษะชีวิตฯ กับกลุ่มที่ไม่ใช้โปรแกรมฝึกทักษะชีวิตฯ ปรากฏว่าหลังการทดลองกลุ่มที่ใช้โปรแกรมฝึกทักษะชีวิตฯ ด้านทักษะทางปัญญาอย่างมีวิจารณญาณมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะทางปัญญาอย่างมีวิจารณญาณ สูงกว่ากลุ่มที่ไม่ใช้โปรแกรมฝึกทักษะชีวิตด้านทักษะทางปัญญาอย่างมีวิจารณญาณ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (กนก พานทอง และคณะ, 2562) และมีขนาดอิทธิพล ES อยู่ระหว่าง .27 - .79 นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ วรางคณา ชมภูพาน และพรณี บัญชรหัตถกิจ ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตในการส่งเสริมพฤติกรรมจัดการความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงเวชกิจฉุกฉิน วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น พบว่า กลุ่มทดลองที่ใช้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต จำนวน 12 สัปดาห์ มีคะแนนทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มควบคุม และระดับความเครียดของกลุ่มทดลองลดลง ประกอบกับ 10 (วรางคณา ชมภูพาน และพรณี บัญชรหัตถกิจ, 2555) กิจกรรมที่ใช้การเรียนรู้ผ่านกิจกรรมแบบกลุ่มแลกเปลี่ยนความคิด โดยใช้กระบวนการ 3 ขั้นตอน โดยวิธีการสะท้อน (Reflect) ความรู้สึกและความคิดที่ได้รับจากการปฏิบัติกิจกรรมมาเชื่อมโยง (Connect) กับประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านมาหรือที่ตนเองได้เรียนรู้มาแล้ว เพื่อใช้เป็นองค์ความรู้ใหม่แล้วนำมาปรับใช้ (Apply) ในชีวิตประจำวันของตนเองทั้งในปัจจุบันและอนาคต รวมถึงมีการวางแผนกิจกรรมอย่างเป็นระบบ โดยเรียงตามลำดับความยากง่ายของกิจกรรมและระยะเวลาที่ทำการกิจกรรมก็มีความเหมาะสม ไม่น้อยหรือมากเกินไป ทำให้ผู้เรียนมีทักษะชีวิตสูงขึ้น สอดคล้องกับแนวคิดของ UNICEF ได้อธิบายถึงลักษณะของกิจกรรมที่มีประสิทธิภาพในการสร้างและพัฒนาทักษะชีวิตผู้เรียน (UNICEF, 2012) ได้แก่ กิจกรรมที่ผู้เรียนมีส่วนร่วมค้นพบความรู้หรือสร้างความรู้ด้วยตนเอง กิจกรรมการบูรณาการเรียนรู้ทักษะชีวิตในวิธีการเรียนรู้ปกติในรายวิชาด้วยคำถามที่กระตุ้นกระบวนการคิดอย่างมีประสิทธิภาพ และอาจใช้ชุดคำถาม “R - C - A” หลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมการเรียนรู้รายครั้งหรือรายกิจกรรม ประกอบด้วย R: Reflect (สะท้อน) เป็นคำถามเพื่อให้ผู้เรียนสะท้อนความรู้สึกหรือมุมมองของตน C: Connect (เชื่อมโยง) เป็นคำถามเพื่อให้ผู้เรียนได้คิดเชื่อมโยง และ A: Apply (ปรับใช้) เป็นคำถามเพื่อการปรับใช้หรือประยุกต์ใช้จากแนวคิดข้างต้น ผู้วิจัยได้ถ่ายทอดแนวคิดของ UNICEF มาสู่การปฏิบัติและการฝึกฝนของผู้เรียน ผ่านกระบวนการพัฒนาทักษะชีวิต 4 ขั้นตอน ได้แก่ การสร้างประสบการณ์ (Experience : E) การสะท้อน (Reflect : R) การเชื่อมโยง (Connect : C) และการปรับใช้ (Apply : A) ซึ่งทำให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาทักษะชีวิตได้จริง และเป็นไปตามที่ World Health Organization ได้เสนอไว้ว่าทักษะชีวิตจะเกิดการเรียนรู้ที่ดีที่สุดในการเรียนรู้เชิงปฏิบัติ (Active Learning) และวิธีการเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (Learn Centered Methods) (World Health Organization, 1993)

ผลการศึกษาคความพึงพอใจต่อรูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจ โดยรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากรูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตจะประกอบด้วยเกมที่สนุกสนาน กลุ่มตัวอย่างได้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน เนื้อหาในกิจกรรมไม่ยากเกินไป ระยะเวลาที่ทำการกิจกรรมก็มีความเหมาะสม ทำให้เกิดความพึงพอใจต่อการทำกิจกรรม สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ภูรินท์ ชนิลกุล และคณะ ได้พัฒนารูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษาในโรงเรียนเขตพื้นที่สูงจังหวัดตาก พบว่า ผลการประเมินรูปแบบมีความเหมาะสม ความเป็นไปได้และความเป็นประโยชน์อยู่ระดับมากและมากที่สุด (ภูรินท์ ชนิลกุล และคณะ, 2563) และงานวิจัยของ บุญล้อม ดัวงวิเศษ ได้พัฒนารูปแบบการสอนแบบเน้นประสบการณ์เพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษาครู มหาวิทยาลัยราชภัฏ



พบว่า ผลการประเมินความพึงพอใจของนักศึกษาครูที่มีต่อรูปแบบการสอน หลังจากดำเนินการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบการสอนมีระดับความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด (บุญล้อม ดั่งวิเศษ, 2560)

สรุป/ข้อเสนอแนะ

จากการพัฒนารูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า รูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่สร้างขึ้น ประกอบด้วย 6 ส่วน ได้แก่ 1) หลักการและแนวคิด 2) จุดมุ่งหมาย 3) เนื้อหา ประกอบด้วย 4 โมดูล 12 กิจกรรม 4) กระบวนการพัฒนา ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ การสร้างประสบการณ์ (Experience : E) การสะท้อน (Reflect : R) การเชื่อมโยง (Connect : C) และการปรับใช้ (Apply : A) 5) สื่อ และอุปกรณ์ และ 6) การวัดและประเมินผล สำหรับผลจากการใช้รูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า นักเรียนมีผลการพัฒนาทักษะชีวิตหลังพัฒนาสูงกว่าก่อนการพัฒนาและผ่านเกณฑ์การประเมินระดับมาก โดยนักเรียนมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิต โดยรวมอยู่ในระดับมาก ข้อเสนอแนะมีดังนี้ 1) ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้ ได้แก่ 1.1) ผู้บริหาร ครู และผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง สามารถนำรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ไปปรับใช้พัฒนานักเรียนในสถานศึกษา ตามบริบทเชิงพื้นที่ได้ และนำไปเป็นสารสนเทศเพื่อการพัฒนาการเรียนต่อไป 1.2) ในการนำรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนไปใช้ให้ได้ผลนั้น ครูและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องควรจัดกิจกรรมตามลำดับขั้นตอนตามคู่มือการใช้รูปแบบและกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิต ต้องทำความเข้าใจชี้แจงรายละเอียดให้นักเรียน ได้เข้าใจและเกิดความตระหนัก เห็นความสำคัญของการพัฒนาทักษะชีวิต สร้างแรงจูงใจด้วยการประกาศ ยกย่องชมเชยนักเรียนที่มีทักษะชีวิตที่ดี นักเรียนก็จะให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ก็จะทำให้การพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนประสบผลสำเร็จ นักเรียนเป็นผู้ที่มีทักษะชีวิตที่ดี และ 1.3) ควรศึกษาวิธีการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อเป็นแนวทางให้ครูผู้สอนนำไปใช้จัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพสูงสุด 2) ข้อเสนอแนะเพื่อทำการวิจัยครั้งต่อไป ได้แก่ 2.1) ควรศึกษาการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนในระดับการศึกษาต่าง ๆ ที่จัดการศึกษาทั้งในระบบ การศึกษา และนอกระบบการศึกษา โดยใช้การวิจัยรูปแบบอื่น เช่น การวิจัยเชิงทดลอง การวิจัยเชิงคุณภาพ การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (PAR) เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกมากยิ่งขึ้น และ 2.2) สามารถนำรูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตไปศึกษากับตัวแปรอื่น ๆ ได้ เช่น การรับรู้ความสามารถตนเอง การกำกับตนเอง การควบคุมตนเอง เป็นต้น เนื่องจากรูปแบบและกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตที่สร้างขึ้นได้สอดแทรกการฝึกฝนทักษะเหล่านี้ไว้ด้วยเช่นกัน

เอกสารอ้างอิง

- กนก พานทอง และคณะ. (2562). การพัฒนาทักษะชีวิตด้านทักษะทางปัญญาอย่างมีวิจารณญาณของนักศึกษา ระดับอาชีวศึกษา. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา, 27(3), 10 - 22.
- กรมสุขภาพจิต. (2561). เผยผลสำรวจพบวัยรุ่น กรุงเทพมหานครและปริมณฑล ครึ่งหนึ่งผูกติดความสุขตัวเองไว้กับแฟนแนบครอบครัว ครูช่วยแนะทักษะชีวิตป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง. เรียกใช้เมื่อ 20 พฤษภาคม 2565 จาก <https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=2757>
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน. (2558). ความฉลาดทางสังคมและพฤติกรรมเอื้อต่อสังคมของนิสิตคณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. วารสารสมาคมนักวิจัย, 20(3), 87 - 98.



- บุญชม ศรีสะอาด. (2560). การวิจัยเบื้องต้น. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพมหานคร: สุวีริยาสาส์น.
- บุญล้อม ดั่งวิเศษ. (2560). การพัฒนารูปแบบการสอนแบบเน้นประสบการณ์เพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษาครุมหาวิทยาลัยราชภัฏ. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 23(1), 67 - 84.
- ภูรินทร์ ชนิลกุล และคณะ. (2563). รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษา ในโรงเรียนเขตพื้นที่สูงจังหวัดตาก. วารสารชุมชนวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา, 14(4), 159 - 171.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2543). เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพมหานคร: สุวีริยาสาส์น.
- วรางคณา ชมภูพาน และพรรณิ บัญชรหัตถกิจ. (2555). ผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตในการส่งเสริมพฤติกรรมการจัดการความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงเวทีกิจฉุกเฉินวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น. ศรีนครินทร์เวชสาร, 27(3), 302 - 309.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2553). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย วัยรุ่น-วัยสูงอายุ. (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สกล วรเจริญศรี. (2550). การศึกษาทักษะชีวิตและการสร้างโมเดลกลุ่มฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะ ชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น. ใน ปริญญาณีพนธ์การศึกษาดุขฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สกวาเนตร ไทรแจ่มจันทร์. (2558). การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนพยาบาลทหารอากาศ. ใน วิทยานิพนธ์การศึกษาดุขฎีบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารและการจัดการการศึกษา. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2559). แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิต. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2562). แผนพัฒนาการบริหารจัดการเพื่อสร้างความเข้มแข็งและยกระดับคุณภาพการศึกษาโรงเรียนขนาดเล็ก. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภา ลาดพร้าว.
- สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดและสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2558). แนวทางการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อการสร้างภูมิคุ้มกันปัญหาเสพติด (ฉบับปรับปรุง). กรุงเทพมหานคร: บริษัท รุ่งศิลป์การพิมพ์ (1997) จำกัด.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2551). แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิต บูรณาการการเรียนการสอน 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงศึกษาธิการ.
- _____. (2552). การพัฒนาทักษะชีวิตในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภา.
- สุทธัญณ์ จำปาทอง, และคณะ. (2564). รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. วารสารวิชาการธรรมทรรศน์, 21(4), 129 - 141.
- Erikson, E.H. (1968). Identity, Youth and Crisis. New York: Norton & Company.
- UNICEF. (2012). Global Evaluation of Life Skills Education Programmes Evaluation Office. New York: United Nations Children's Fund.
- World Health Organization. (1993). Life skills education in schools. Geneva: World Health Organization.
- _____. (1997). Life Skills Education for Children and Adolescents in School. Geneva: World Health Organization.