

การจัดประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 4
The 4th STOU Graduate Research Conference

ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กกลุ่มด้อยโอกาสของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 23 จังหวัดพิษณุโลก
The Effects of Using a Guidance Activities Package to Develop Life Skills in
Disadvantaged Children Group of Mathayom Suksa I Students at
Rajaprajanugroh 23 School in Phitsanulok Province

พรสวรรค์ ภัทรบรรพต (Pornsawan Pattarabanpot) * สุขอรุณ วงษ์ทิม (Sukaroon Wongtim) **

นิรนาท แสนสา (Niranart Sansa) ***

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ศึกษากับเด็กกลุ่มด้อยโอกาสในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 23 จังหวัดพิษณุโลก โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว และ (2) เปรียบเทียบทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวตามปกติ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เป็นนักเรียนซึ่งเป็นเด็กกลุ่มด้อยโอกาสในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 23 จังหวัดพิษณุโลก ปีการศึกษา 2556 จำนวน 30 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม แล้วสุ่มอย่างง่ายเพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 15 คน กลุ่มทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต ส่วนกลุ่มควบคุมใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต กิจกรรมแนะแนวปกติ และแบบวัดทักษะชีวิต ซึ่งมีค่าความเที่ยงเท่ากับ .96 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยปรากฏว่า (1) นักเรียนที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตมีทักษะชีวิตหลังทดลองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มีทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ ชุดกิจกรรมแนะแนว ทักษะชีวิต เด็กกลุ่มด้อยโอกาส

*นักศึกษาลัทธิศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช pornsawan.maha@gmail.com

**ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พันตำรวจโท หญิง ประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช sukaroon.won@stou.ac.th

***อาจารย์ ดร. ประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช Niranart_5854@hotmail.com

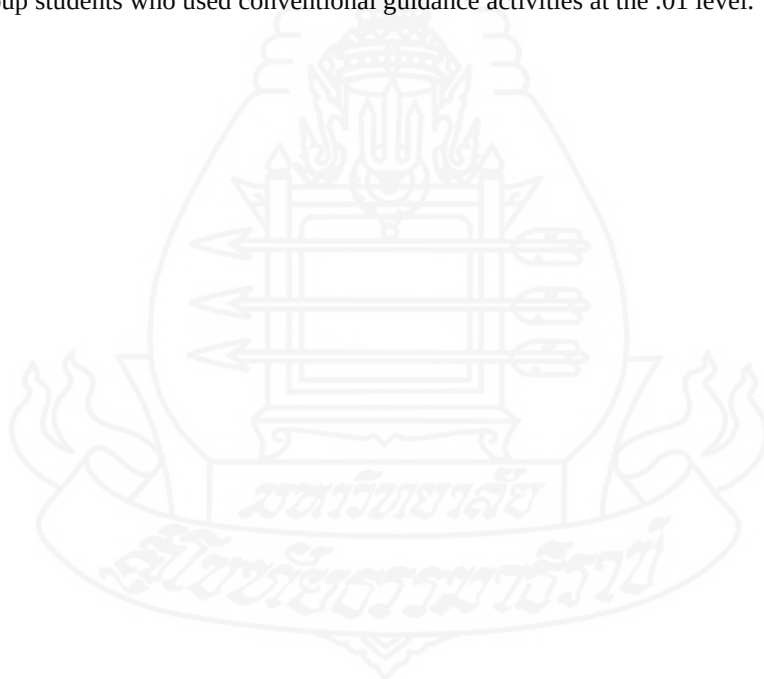
การจัดประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 4
The 4th STOU Graduate Research Conference

Abstract

This research was conducted with the disadvantage children group of Mathayom Suksa I students at Rajaprajanugroh 23 school in Phitsanulok province with the following purposes: (1) to compare the life skills of experimental group students before and after using a guidance activities package to develop life skills; (2) to compare the life skills of the experimental group students who used a guidance activities package to develop life skills with that of the control group students who used conventional guidance activities.

The subjects of this study were 30 Mathayom Suksa I students who were disadvantaged children at Rajaprajanugroh 23 School in Phitsanulok province during the 2013 academic year, obtained by cluster sampling. Then, they were randomly divided into an experimental group and a control group each of which consisting of 15 students. The experimental group students used a guidance activities package to develop life skills; while the control group students used conventional guidance activities. The employed research instruments were a guidance activities package to develop life skills, conventional guidance activities, and a scale to assess life skills, with reliability coefficient of .96. Statistics employed for data analysis were the mean, standard deviation, and t-test.

The research finding were as follows: (1) the post-experiment life skills of the disadvantaged children group of Mathayom Suksa I students at Rajaprajanugroh 23 school, who used the guidance activities package to develop life skills, were significantly higher than their pre-experiment counterpart skills at the .01 level; and (2) the life skills of the experimental group students who used the guidance activities package to develop life skills was significantly higher than the counterpart skills of the control group students who used conventional guidance activities at the .01 level.



Keywords: Guidance activities package, Life skills, Disadvantaged Children

การจัดประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 4
The 4th STOU Graduate Research Conference

บทนำ

จากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจ การปกครอง การศึกษา และเทคโนโลยีต่าง ๆ ล้วนมีผลกระทบต่อวัฒนธรรม ชีวิตความเป็นอยู่ และค่านิยมของคนไทย ทำให้มีการปรับตัวไม่ทันกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น มีการแข่งขันกันด้วยปัญญาและความรู้ เกิดความเลื่อมล้ำอย่างมากในด้านชีวิตความเป็นอยู่ รายได้ระหว่างผู้ที่ขาดโอกาสกับผู้มีโอกาสในสังคม เกิดการแก่งแย่งแข่งขันเพื่อให้ได้สิ่งที่ต้องการ นำสู่ปัญหาสังคม ปัญหาอาชญากรรม ปัญหาสุขภาพจิต ปัญหาการใช้ความรุนแรง และปัญหาความยากจน ซึ่งไม่เพียงเฉพาะผู้ใหญ่ที่ต้องเผชิญกับปัญหา แต่ยังมีเด็กและเยาวชนที่ต้องประสบกับความเดือดร้อน ไม่ได้ได้รับการปกป้องคุ้มครอง ถูกหลอกล่อใช้แรงงาน ถูกแสวงหาประโยชน์ทางเพศ ขาดการเอาใจใส่ดูแล และถูกทอดทิ้ง ไม่สามารถดำรงชีวิตได้เท่าเทียมกับคนอื่น ๆ ในสังคม (อนันต์ อุ่นแก้ว, ONLINE : 2556) เมื่อไม่ได้รับการพัฒนาด้านสติปัญญา อารมณ์และจิตใจอย่างเหมาะสม ทำให้เสี่ยงต่อการกระทำผิดหรือถูกใช้เป็นเครื่องมือในทางมิชอบ เกิดปัญหาการปรับตัว ปัญหาด้านพฤติกรรม ความเครียด ความขัดแย้ง มีการหันไปใช้ยาเสพติดโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ชีวรัตน์ คุณนิ (2546 : 2) กล่าวว่า เด็กและเยาวชนที่ถูกละเมิดสิทธิใช้ความรุนแรงและปฏิบัติอันไม่เป็นธรรมต่อร่างกาย และจิตใจ ไม่ได้รับการคุ้มครองเอาใจใส่อบรมเลี้ยงดู ทำให้ขาดความรักความอบอุ่น ซึ่งจะกลายเป็นจุดเริ่มต้นของการใช้แรงงานเด็ก เด็กขอย เด็กขายและคิดสารเสพติด เด็กก่ออาชญากรรม เด็กขายบริการทางเพศ เป็นต้น จารุวรรณ แก่นทรัพย์ และ สมหมาย แจ่ม กระจ่าง (2549 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาสภาพปัญหาในการดำเนินชีวิตของเด็กด้อยโอกาสที่ถูกทอดทิ้ง พบว่า ขาดความรักความอบอุ่นในครอบครัว ขาดอาหารและสารอาหาร มีความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วย การถูกล่วงละเมิดทางเพศ การได้รับอันตรายจากกระแสไฟฟ้า เด็กมีความรู้สึกละอายใจในตนเอง ต่ำ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง มักจะมองตนเองว่าไม่มีความสามารถ และยังรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า ส่งผลต่อการเรียนรู้ และมีแนวโน้มในการออกจากการเรียนกลางคัน โดยในปี 2552 มีจำนวนนักเรียนด้อยโอกาสทั้งประเทศ 3,183,101 คน ส่วนใหญ่เป็นเด็กยากจน มีทั้งสิ้น 2,978,770 คน รองลงมาเป็นเด็กถูกทอดทิ้ง 88,730 คน ชนกลุ่มน้อย 42,856 คน เด็กที่ได้รับผลกระทบจากเอดส์ 7,139 คน เด็กที่ถูกทำร้าย 2,047 คน เด็กเร่ร่อน 1,749 คน เด็กที่มีปัญหาสุขภาพจิต 1,052 คน เด็กอยู่ในธุรกิจทางเพศ 1,031 คน เด็กถูกบังคับให้ขายแรงงาน 397 คน และอื่นๆ 58,841 คน และจากแผนพัฒนาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ.2555 - 2559) ได้กล่าวถึงสถานการณ์ในประเทศไทยว่า สังคมไทยกำลังเผชิญปัญหาคุณภาพการศึกษาและระดับสติปัญญาของเด็ก พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ คุณภาพของแรงงานต่ำ กลุ่มผู้ด้อยโอกาสยังไม่สามารถเข้าถึงบริการทางสังคมได้อย่างทั่วถึง ความเหลื่อมล้ำทางรายได้ของประชากรและโอกาสการเข้าถึงทรัพยากร วิกฤตความเสื่อมถอยด้านคุณธรรม และจริยธรรม การแพร่ระบาดของยาเสพติดที่ขยายไปยังกลุ่มเด็กและเยาวชน

จากสภาพปัญหาที่เด็กด้อยโอกาสต้องเผชิญข้างต้น จำเป็นที่เด็กเหล่านี้ต้องได้รับการฝึกให้มีทักษะชีวิตที่ดี เนื่องจากทักษะชีวิตจะส่งผลให้คนรู้จักเลือกปฏิบัติ รู้จักยับยั้งชั่งใจ มีเหตุผล รู้จักเลือกการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมทางวัฒนธรรม เผชิญและแก้ไขปัญหาในชีวิตได้ รู้จักการป้องกันตนเองที่จะเกี่ยวข้องกับสิ่งไม่ดี โดยองค์การอนามัยโลก (World Health Organization : WHO) ได้นำทักษะชีวิตมาใช้เผยแพร่เพื่อให้คนรู้จักดูแลตนเองทั้งทางด้านร่างกายอารมณ์และจิตใจ ส่วนกองทุนการช่วยเหลือเด็กแห่ง

การจัดประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 4

The 4th STOU Graduate Research Conference

สหประชาชาติ (UNICEF) ได้นำทักษะชีวิตไปใช้ในการป้องกันโรคเอดส์ และประเทศไทยได้นำทักษะชีวิตมาใช้ในการเรียนการสอนตั้งแต่ปี พ.ศ. 2538 เป็นต้นมา

ดังนั้นการศึกษาการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กกลุ่มด้อยโอกาสจึงนับว่าเป็นสิ่งจำเป็นที่จะช่วยให้นักเรียนเหล่านี้มีทักษะชีวิตที่ดีขึ้น โดยชุดกิจกรรมเน้นส่งเสริมให้นักเรียนมีส่วนร่วมกล้าแสดงออก ได้ฝึกปฏิบัติ เกิดการเรียนรู้ได้รับประสบการณ์โดยตรงจากการร่วมแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก และการได้ทำกิจกรรมร่วมกัน ซึ่งผลของการเข้าร่วมกิจกรรมก็จะทำให้ทักษะชีวิตของนักเรียนได้รับการพัฒนาเกิดการตระหนักรู้ เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น รู้จักคิดตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยเหตุผลมากกว่าการใช้อารมณ์หรือจากประสบการณ์เดิมที่เคยได้รับ รวมทั้งการมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ รวมทั้งจัดการกับชีวิตตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่น และสังคมได้อย่างปกติสุขต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา ทักษะชีวิต
2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวตามปกติ

วิธีดำเนินงานวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร ที่ทำการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 23 จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 3 ห้องเรียน 112 คน
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 23 จังหวัดพิษณุโลก ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งกลุ่มจำนวน 1 ห้องเรียน 30 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน กลุ่มทดลองเข้ารับการ ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับกิจกรรมแนะแนวตามปกติ

เครื่องมือวิจัย

1. แบบวัด ทักษะชีวิต จำนวน 48 ข้อ มีค่าความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.60 ถึง 1.00 และมีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .96

2. ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มีค่าความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.60 ถึง 1.00

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้เริ่มทำการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอนดังนี้

1. ทำการทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest) ในนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง

การจัดประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 4
The 4th STOU Graduate Research Conference

2. จัดกิจกรรมแนะแนวตามแผนของชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตให้นักเรียนกลุ่มทดลอง และส่วนกลุ่มควบคุมได้รับกิจกรรมแนะแนวตามปกติ จำนวนการเข้ารับกิจกรรมทั้งสิ้น 10 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

3. ทำการทดสอบหลังการทดลอง (Post Test)

4. นำคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติ การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานลักษณะทั่วไป ใช้การหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานสถิติ การทดสอบสมมติฐานโดยใช้สถิติทดสอบค่าที (t-test)

ผลการวิจัย

1. ผลการเปรียบเทียบทักษะชีวิตก่อน และหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลอง โดยใช้สถิติทดสอบค่าที แบบที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test dependent) มีผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา ทักษะชีวิต (n = 15 คน)

ระยะเวลา	ค่าสถิติ			
	$\bar{X}$	S.D.	t	Sig
ก่อนการทดลอง	189.00	13.61		
หลังการทดลอง	224.07	15.25	-9.82*	.000

** p< .01

จากตารางที่ 1 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตระยะก่อนและหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. ผลการเปรียบเทียบทักษะชีวิตระยะหลังการทดลอง ระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะ และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวตามปกติ โดยใช้สถิติทดสอบค่าที แบบที่เป็นอิสระต่อกัน (t-test independent) มีผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังแสดงในตารางที่ 2

การจัดประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 4
The 4th STOU Graduate Research Conference

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตระยะหลังการทดลอง ระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลอง และนักเรียนกลุ่มควบคุม (n = 15 คน)

กลุ่มตัวอย่าง	ค่าสถิติ			
	$\bar{X}$	S.D.	t	Sig
กลุ่มทดลอง (ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต)	224.07	15.25	5.162**	.000
กลุ่มควบคุม (ใช้การแนะแนวปกติ)	196.07	14.44		

** p< .01

จากตารางที่ 2 พบว่า ระยะหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลอง มีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นมากกว่า นักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. ผลการเปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านระยะก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะ โดยใช้สถิติทดสอบค่าที แบบที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test dependent) มีผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตรายด้านระยะก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง (n = 15 คน)

ทักษะชีวิต	ค่าสถิติ			
	$\bar{X}$	S.D.	t	Sig
1. ทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น	-13.87	5.718	-9.392**	.000
2. ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์	-9.07	7.382	-4.757**	.000
3. ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด	-8.87	9.531	-3.603**	.003
4. ทักษะการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น	-3.27	4.862	-2.602*	.021

*p< .05, ** p< .01

จากตารางที่ 3 พบว่า ทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเอง และผู้อื่น ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ระยะหลังการทดลอง เพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนทักษะการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กกลุ่มด้อยโอกาส พบประเด็นสำคัญที่ควรนำมาอภิปราย ดังนี้

1. นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตในระยะหลังการทดลองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ทั้งนี้เป็นเพราะว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตที่ผู้วิจัย

การจัดประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 4
The 4th STOU Graduate Research Conference

สร้างขึ้นได้ประยุกต์ใช้หลักการจัดกิจกรรมและแนวตามแนวทางของกรมวิชาการ (2546 : 24-25) ได้แก่ การเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญให้มีอิสระในการคิดและตัดสินใจ เน้นให้มีการเรียนรู้ด้วยตนเอง และมีส่วนร่วมในกิจกรรม และสร้างบรรยากาศในห้องเรียนมีบรรยากาศที่อบอุ่นเป็นมิตร บรรยากาศที่มีการยอมรับ เห็นคุณค่าในตัวผู้เรียน กรมวิชาการ (2545 : 31 - 32) นอกจากนี้ชุดกิจกรรมและแนวยังประกอบด้วยเทคนิคทางการแนะแนว ได้แก่ การเล่นเกม การอภิปรายกลุ่ม การเห็นตัวแบบ กรณีศึกษา และสถานการณ์จำลอง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ รุ่งทิพา โพธิ์ไธ (2551 : บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาเรื่อง ผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนหนองบัววิทยาคม ผลการศึกษาพบว่า หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับผลการวิจัยของ วาสิณี ชุ่มกิ่ง (2549 : บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาเรื่อง ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านโนนม่วง จังหวัดขอนแก่น พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยสูงกว่าก่อนทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม และสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ ธีรรัตน์ ผลเต็ม (2553 : บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาเรื่อง การประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น พบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตแตกต่างกัน

และเมื่อพิจารณาทักษะชีวิตเป็นรายด้านในระยะหลังการทดลองพบว่าทักษะการตระหนักรู้ และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียด สูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนทักษะการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น สูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นผลจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต โดยลักษณะของกิจกรรมแนะแนวในครั้งที่ 2 ข้อดีข้อด้อยของฉันทน์ และครั้งที่ 3 ความสำเร็จในชีวิต ที่เนื้อหากิจกรรมเน้นการเห็นคุณค่าในตนเอง และความภาคภูมิใจจากความสำเร็จ ครั้งที่ 4 รอบรู้รอบตัว และครั้งที่ 5 การตัดสินใจและแก้ปัญหา มีเนื้อหากิจกรรมที่ให้นักเรียนได้คิดและตัดสินใจแก้ปัญหา ครั้งที่ 6 การรู้เท่าทันอารมณ์ และครั้งที่ 7 พิชิตความขัดแย้ง เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้ถึงการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมกับสถานการณ์ รวมทั้งการจัดการต่อความขัดแย้งที่เกิดขึ้น ครั้งที่ 8 สถานการณ์ที่ต้องปฏิเสธ และครั้งที่ 9 สัมพันธภาพอันดี มีเนื้อหากิจกรรมที่นักเรียนจะได้รู้จักการหลีกเลี่ยงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้อง และรู้จักการปฏิเสธบนพื้นฐานของการมีสัมพันธภาพที่ดี นอกจากนี้กิจกรรมครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศ และครั้งที่ 10 ปัจฉิมนิเทศยังเป็นลักษณะที่ทำให้นักเรียนสนุกสนานมีความสุข เห็นคุณค่า ให้ความสำคัญต่อการร่วมกิจกรรมแนะแนว เกิดทัศนคติที่ดีซึ่งเป็นผลต่อความร่วมมือในการทำกิจกรรมและทำแบบวัดตามมา

2. นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ทั้งนี้เป็นเพราะว่านักเรียนกลุ่มทดลองได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองเกิดความตระหนักรู้ เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ได้คิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ รู้จักการจัดการกับอารมณ์และความเครียด และรู้จักการสร้างสัมพันธภาพที่ดี มีแนวทางปฏิบัติที่เหมาะสม และเกิดการยอมรับที่จะปรับ

การจัดประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 4 The 4th STOU Graduate Research Conference

ความคิด ความรู้สึก มองเห็นวิธีการแก้ปัญหาของตนเองและผู้อื่น เกิดการคิดและตัดสินใจสามารถนำแนวทางที่ค้นพบไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้องต่อสถานการณ์ต่างๆ นอกจากนี้ในการที่ได้มีโอกาสเข้าร่วมแสดงความคิดเห็นร่วมอภิปรายกับกลุ่มเป็นการระบายความรู้สึก ความคับข้องใจที่เผชิญอยู่ เกิดความกล้าเชื่อมั่นที่จะเผชิญกับปัญหาอุปสรรค และสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมได้รับกิจกรรมแนะแนวตามปกติ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มีขอบข่ายเนื้อหาทั่วไปเกี่ยวกับการให้ข้อมูลความรู้ข่าวสารด้านการศึกษา ข้อมูลด้านอาชีพ ข้อมูลด้านส่วนตัวและสังคม ไม่ได้รับการเน้นพัฒนาทักษะชีวิตเป็นรายด้านเฉพาะ จึงเป็นผลให้นักเรียนบางส่วนขาดความตระหนักรู้ เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ใช้วิธีการคิดและตัดสินใจที่มักเป็นไปตามอารมณ์ ประสบการณ์ที่เคยได้รับ และสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการปฏิบัติตามกลุ่มของเพื่อนซึ่งมีอิทธิพลสูงในช่วงของวัยรุ่น สอดคล้องกับผลงานวิจัยของสมกุล เวชชาวิจชัย (2543 : บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง การเปรียบเทียบทักษะชีวิตของผู้ติดยาเสพติดที่รับการฟื้นฟูสมรรถภาพ และผู้ที่ไม่ติดยาที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า ผู้ติดยาเสพติดและผู้ไม่ติดยาเสพติดมีคะแนนทักษะชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ และการแก้ปัญหาของผู้ไม่ติดยาเสพติดสูงกว่าผู้ติดยาเสพติด และผู้ที่ไม่ติดยาเสพติดมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านการจัดการเกี่ยวกับอารมณ์ และความเครียดสูงกว่าผู้ติดยาเสพติดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตด้านความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ ด้านความคิดสร้างสรรค์ ด้านความตระหนักรู้ในตน ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ด้านความภูมิใจในตนเอง ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารของผู้ติดยาเสพติด และผู้ไม่ติดยาเสพติดไม่แตกต่างกัน และสอดคล้องกับ วาสิณี ชุ่มกิ่ง (2549 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านโนนม่วง จังหวัดขอนแก่น พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยสูงกว่าก่อนทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

- 1) การวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ช่วยให้นักเรียนมีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้น ซึ่งจะเป็นแนวทางสำหรับครู อาจารย์ หรือผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปประยุกต์ใช้ตามความเหมาะสม โดยผู้ที่สนใจจะนำชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตไปใช้ควรศึกษาการใช้เอกสารแบบวัด และชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตให้เข้าใจอย่างถูกต้อง เนื่องจากบางกิจกรรมต้องปรับให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายที่จะนำไปใช้
- 2) การดำเนินกิจกรรมแนะแนวแต่ละครั้ง ควรเน้นการจัดกิจกรรมสัมพันธ์ในลักษณะของเกม ดนตรี หรือนันทนาการ เป็นต้น ก่อนเข้าสู่กิจกรรมแนะแนว เพื่อดึงความสนใจและต้องการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
- 3) การติดตามผลการใช้ทักษะชีวิตภายหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวฝึกทักษะชีวิต โดยสังเกตจากพฤติกรรมการแสดงออกของนักเรียนว่าได้ปฏิบัติตนในชีวิตประจำวันได้ถูกต้องเหมาะสมน้อยเพียงใด

การจัดประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 4
The 4th STOU Graduate Research Conference

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ควรทำการศึกษาในนักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 4-6 เนื่องจากเป็นนักเรียนที่มีอายุระหว่าง 10 – 12 ปี ซึ่งเป็นวัยที่เหมาะสมในการปลูกฝังทักษะชีวิต เพื่อเป็นการเตรียมพร้อมก่อนเข้าสู่วัยรุ่น
- 2) ควรศึกษาปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการสร้างและพัฒนาทักษะชีวิตในแต่ละด้าน เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาใช้ในการศึกษาวิจัย ซึ่งจะเกิดผลดีต่อกลุ่มตัวอย่าง และเกิดแนวทางการวิจัยกว้างขวางยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- กรมวิชาการ. (2545). คู่มือการบริหารจัดการแนะแนว. กรุงเทพมหานคร : กระทรวงศึกษาธิการ.
- _____. (2546). ชุดการศึกษาด้วยตนเอง : การแนะแนวกับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ฉบับที่ 2 ครูสถานศึกษาขั้นพื้นฐานกับการแนะแนว. กรุงเทพมหานคร : กระทรวงศึกษาธิการ
- จารุวรรณ แก่นทรัพย์ และสมหมาย แจ่มกระจ่าง. (2549). การศึกษาสภาพชีวิตเด็กด้อยโอกาสที่ถูกทอดทิ้ง : กรณีศึกษาโรงเรียนใจดี จังหวัดลพบุรี. วารสารการศึกษาและการพัฒนาสังคม, 2 (1), 124-137
- ชีวิรัตน์ ดุษณี. (2546). การศึกษาสาเหตุการออกกลางคันสำหรับนักเรียนในสถานสงเคราะห์เด็กบ้านเมอริซี่ใน ความดูแลของมูลนิธิส่งเสริมการพัฒนานุคคล (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม, กรุงเทพฯ.
- ธิดารัตน์ ผลเต็ม. (2553). ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาโดยการประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคม เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดเทศบาล นครขอนแก่น อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น (วิทยานิพนธ์ศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น
- รุ่งทิพา โพธิ์ไธ. (2552). ผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- วาสนี ชุ่มกิ่ง. (2549). ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- สมกุล เวชชาจัมย์. (2543). การเปรียบเทียบทักษะชีวิตของผู้ติดยาเสพติด และไม่เสพติด (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ.
- อนันต์ อุ่นแก้ว. (2544). การพัฒนาสุขภาพจิตเด็กด้อยโอกาส. สืบค้นเมื่อ 15 มีนาคม 2556 จาก <http://www.dmhgo.th/abstract/details.asp?id=1671>
- World Health Organization. (1997). *Life Skills Education in Schools*. Division of Mental Health and Prevention of Substance Abuse World Health Organization Geneva Switzerland.
- UNICEF. (2001). What is the Life Skills Approach? Explore Ideas Articles, Opinions, and Research about Teaching and Learning Retrieved August 28, 2012, from <http://www.unicef.org/teachers/teacher/Lifeskill/htm>