

# การติดตามผลของโปรแกรมอบรมพ่อแม่ร่วมกับโปรแกรมการพัฒนาทักษะ ชีวิตในเด็กวัยเรียนต่อทักษะชีวิตของเด็กวัยเรียนในระยะ 1 ปี

## One-year Follow-up Effect of A Parent Training Program in Conjunction with a Life Skills Training Program on The Life Skills of School- Age Children

จิราภรณ์ กรรมบุตร<sup>1</sup> รุจา ภูไพบูลย์\*<sup>2</sup> เตชาวุธ นิตยสุทธิ<sup>3</sup> นันทวัน สุวรรณรูป<sup>4</sup>

Kummabutr Jeeraporn, Phuphaibul Rutja\*<sup>2</sup>, Nityasuddhi Dechavudh<sup>3</sup>, Suwonnarop Nantawon<sup>4</sup>

<sup>1</sup>คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ คลองหลวง ปทุมธานี, ประเทศไทย 12120

<sup>1</sup>Faculty of Nursing, Thammasat University, Pathum Thani, , Thailand

<sup>2</sup>โรงเรียนพยาบาลรามธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล กรุงเทพฯ, ประเทศไทย 10400

<sup>2</sup>Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University, Bangkok, Thailand 10400

<sup>3</sup>มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ สมุทรปราการ, ประเทศไทย 10540

<sup>3</sup>Huachiew Chalermprakiet University, Samut Prakan, Thailand 10540

<sup>4</sup>คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล บางกอกน้อย กรุงเทพฯ, ประเทศไทย 10700

<sup>4</sup>Faculty of Nursing, Mahidol University, Bangkok, Thailand 10700

### บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมอบรมพ่อแม่ร่วมกับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนต่อคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตของเด็กวัยเรียนหลังสิ้นสุดโครงการ 6 เดือนและ 1 ปี ซึ่งเก็บข้อมูลต่อเนื่องจากงานวิจัยเดิม กลุ่มตัวอย่างถูกเลือกโดยการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจงพร้อมทั้งพ่อแม่ กลุ่มทดลองซึ่งประกอบด้วยนักเรียน 26 คนและพ่อแม่ และกลุ่มเปรียบเทียบ 27 คนและพ่อแม่ นักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม ได้รับการอบรมทักษะชีวิต ในขณะที่เฉพาะกลุ่มพ่อแม่ในกลุ่มทดลองเท่านั้นที่ได้รับการอบรมในโปรแกรมอบรมพ่อแม่เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในบุตรวัยเรียนตั้งแต่ในการวิจัยเดิม ซึ่งโปรแกรมทั้งสองสร้างขึ้นบนกรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน และทำการเก็บรวบรวมข้อมูลต่อจากการทดลองก่อนหน้าที่ระยะ 6 เดือน และระยะ 1 ปี วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ

ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากสิ้นสุดการทดลองแบบวัดซ้ำต่อเนื่องที่ระยะ 6 เดือน และ 1 ปี พบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตทั้ง 2 กลุ่มแตกต่างกัน และกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญ ( $p < .05$ ) จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตที่ศึกษานี้ อาจต้องการเวลาที่ยาวนานขึ้นในการปรับพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยนี้ ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไปคือการใช้จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มากขึ้นและใช้การวัดผลในระยะยาว

**คำสำคัญ:** ทักษะชีวิต, โปรแกรมที่ใช้ครอบครัวเป็นฐาน, ผลทดลองระยะยาว

### Abstract

A quasi-experimental design followed the life skills mean scores over a one-year period. Followed to the prior study, the purposive sampling was used to recruit the sample. Fifty-three sixth graders and their parents were still recruited and selected in both groups, comprising 26 sixth graders and their parents in the experimental group and 27 sixth graders and their parents in the comparison group at the follow-up intervention

periods. Two data-collecting were conducted to examine the long-term effects of the interventions in extended period as well as six and twelve month after the intervention. The repeated measures ANOVA were used to test the effect.

Significant effects, albeit modest in magnitude, were found on child life skills at the sixth and twelfth month after the intervention. The results presented significant difference in life skill mean scores over time between groups and significantly higher than at each of the times extended over a one-year period within group ( $p < .05$ ). By obtaining long-term follow-up to evaluation the program, it presented a more reliable test of the effect of the family-based intervention on child outcome. These findings suggest this family-based intervention require a longer duration for outcome measurements.

**Keywords:** Life skills, Family-based intervention, Long-term outcome

## บทนำ

โครงการอบรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบุคคลให้เหมาะสมเป็นการดำเนินงานที่ได้รับความสนใจในทุกกลุ่มวัย<sup>1,2</sup> ทั้งนี้เนื่องจากได้รับการยืนยันจากผลการวิจัยและการรวบรวมข้อมูลทางเอกสารแล้วว่าโครงการดังกล่าวล้วนส่งผลดีต่อกลุ่มเป้าหมายทั้งในระยะสั้นและระยะยาว โดยเฉพาะการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ดำเนินการในลักษณะการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ในกลุ่มวัยเด็ก<sup>3,4</sup> ซึ่งปัญหาพฤติกรรมในเด็กซึ่งในปัจจุบันมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นในทุกประเทศทั่วโลก ปัญหาพฤติกรรมเหล่านี้ ได้แก่ พฤติกรรมก้าวร้าวใช้ความรุนแรง การสูบบุหรี่ การดื่มเหล้า การมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ การตั้งครภภในวัยรุ่น เป็นต้น และมักจะพัฒนาเป็นปัญหาพฤติกรรมที่รุนแรงขึ้นเมื่อเด็กเหล่านี้เติบโตขึ้น นอกจากนี้จากการศึกษารายงานการวิจัยและเอกสารทางวิชาการอธิบายว่าปัญหาเหล่านี้ล้วนเป็นจุดกำเนิดของพฤติกรรมปัญหาต่างๆ ในสังคมซึ่งทำให้เกิดปัญหาทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตและเป็นภาระค่าใช้จ่ายของคนในสังคมและประเทศอีกด้วย ทั้งๆที่มีการตื่นตัวในการจัดการแก้ไขปัญหามาโดยตลอดแต่ปัญหาต่างๆ เหล่านี้กลับเพิ่มทวีขึ้นและทวีความรุนแรงมากขึ้นในหลายๆ ประเทศ ซึ่งปัญหาเหล่านี้เกิดขึ้นในประเทศไทยด้วยเช่นกัน โดยเฉพาะในช่วงระยะ 10 ปีที่ผ่านมา<sup>5</sup> จากการศึกษาพบว่าปัญหาพฤติกรรมในเด็กเหล่านี้มีสาเหตุมาจากสาเหตุสำคัญ 2 ประเด็น ได้แก่ ด้านตัวเด็กเองขาดทักษะในการดำเนินชีวิตและทักษะความเป็นบุคคล และด้านการเลี้ยงดูเด็กจากพ่อแม่และครอบครัว ซึ่งพบว่า พ่อแม่ที่มีแนวทางการเลี้ยงดูเด็กและมีทักษะความเป็นพ่อแม่ที่ไม่เหมาะสม<sup>3,6</sup> ดังนั้นหากพิจารณาตามสาเหตุของการเกิดปัญหาพฤติกรรมในเด็ก

แล้วจะพบว่า หากต้องการพัฒนาพฤติกรรมในเด็กนั้น นอกจากการพัฒนาความสามารถและทักษะต่างๆ ในการดำเนินชีวิตให้เด็กแล้ว การพัฒนาพฤติกรรม ความคิด ความเชื่อรวมถึงทักษะความเป็นพ่อแม่ของพ่อแม่ร่วมด้วยจะทำให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดทั้งต่อตัวเด็กเองและครอบครัว<sup>7,8,9,10</sup>

ดังนั้นในทศวรรษที่ผ่านมา การตื่นตัวในเรื่องการให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการพัฒนาความสามารถของเด็กด้านต่างๆ และพัฒนาทักษะพ่อแม่ให้เหมาะสม และสอดคล้องกับทักษะต่างๆ ในเด็กร่วมด้วย<sup>8</sup> ซึ่งสามารถอธิบายความเป็นไปได้และความสอดคล้องของกลวิธีดังกล่าวได้ด้วยทฤษฎีทางพฤติกรรมศาสตร์หลายๆ ทฤษฎี ซึ่งทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (The theory of planned behavior: TPB) สามารถอธิบายปัจจัยของพ่อแม่เป็นสื่อกลางในการส่งเสริมหรือเพิ่มความสามารถของปัจจัยต่างๆ ของลูก ได้อย่างชัดเจน<sup>11,12</sup> ทำให้เกิดการเชื่อมต่อระหว่างพ่อแม่สู่ลูก ซึ่งเกิดขึ้นจากการที่เด็กอยู่ในสิ่งแวดล้อมของพ่อแม่และครอบครัว และการสื่อสารความคิดเห็นของพ่อแม่ที่แสดงออกมา<sup>13,14,17</sup> เด็กได้รับอิทธิพลจากปัจจัยเหล่านี้ทั้งโดยทางตรงและทางอ้อมอย่างต่อเนื่องเป็นเวลานานจากการปลูกฝังความคิดความเชื่อนิสัย บุคลิกลักษณะ และพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งทำให้ปัจจัยต่างๆ เหล่านี้อยู่คงทนถาวร<sup>13,14</sup> หลายๆ งานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมในเด็กโดยให้พ่อแม่มีส่วนร่วมนั้น ได้กำหนดให้ปัจจัยต่างๆ ของพ่อแม่เป็นปัจจัยนำหรือตัวแปรต้น และส่วนปัจจัยต่างๆ ของเด็กเป็นปัจจัยผลลัพธ์หรือตัวแปรตาม ซึ่งสามารถอธิบายความสัมพันธ์และอิทธิพลการเป็นปัจจัยตัวกลางของพ่อแม่ได้อย่างชัดเจน<sup>13,15,16,17</sup>

นอกจากนี้การติดตามประเมินผลโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในระยะเวลาดังกล่าวเป็นอีกประเด็นหนึ่งที่สำคัญทั้งในเรื่องของระยะเวลาที่เหมาะสมในการประเมินผลและประสิทธิภาพในเชิงความคงทนของพฤติกรรมที่ต้องการให้เกิดความเปลี่ยนแปลง<sup>1,2,6,18</sup> จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าระยะเวลาที่เหมาะสมในการวัดประเมินผลโครงการครอบครัวเป็นฐาน (Family – based Intervention) นั้น ควรใช้ระยะเวลาตั้งแต่ 6 เดือน ถึง 1 ปี จึงจะพบผลลัพธ์ที่แท้จริง<sup>18,19,20</sup> ซึ่งการติดตามประเมินผลดังกล่าวนี้จะต้องดำเนินการอย่างสอดคล้องถูกต้องและติดตามอย่างรัดกุมด้วย<sup>1,2,19</sup> อย่างไรก็ตามแม้ว่าจะมีการให้ความสนใจและพัฒนารูปแบบการพัฒนาความสามารถและทักษะชีวิตของเด็กโดยให้มีครอบครัวร่วมด้วยมากขึ้น แต่การจัดโปรแกรมในรูปแบบนี้และการติดตามผลหรือประสิทธิภาพของโปรแกรมดังกล่าวอย่างต่อเนื่องในประเทศแถบเอเชียโดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเทศไทยยังไม่เป็นที่แพร่หลาย ดังนั้นในการศึกษาค้นคว้าวิจัยจึงมีความสนใจติดตามผลของโปรแกรมอบรมพ่อแม่เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในบุตรวัยเรียนต่อทักษะชีวิตของเด็กวัยเรียนในระยะเวลา 1 ปี ซึ่งเป็นการวัดผลต่อเนื่องจากการศึกษาก่อนหน้านี้<sup>21</sup> ทั้งนี้เพื่อทราบความคงทนของประสิทธิผลของโปรแกรมการอบรมพ่อแม่ร่วมกับการอบรมทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน

### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมอบรมพ่อแม่เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในบุตรวัยเรียนร่วมกับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนต่อทักษะชีวิตของเด็กวัยเรียนภายหลังเสร็จสิ้นโครงการในช่วงระยะ 6 เดือน และ 1 ปี

### คำถามการวิจัย

1. คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตของเด็กวัยเรียนกลุ่มทดลองภายหลังเสร็จสิ้นโครงการในช่วงระยะ 6 เดือน และ 1 ปี เป็นอย่างไร
2. คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตของเด็กวัยเรียนกลุ่มทดลองภายหลังเสร็จสิ้นโครงการในช่วงระยะ 6 เดือน และ 1 ปีสูงกว่าคะแนนทักษะชีวิตเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบหรือไม่

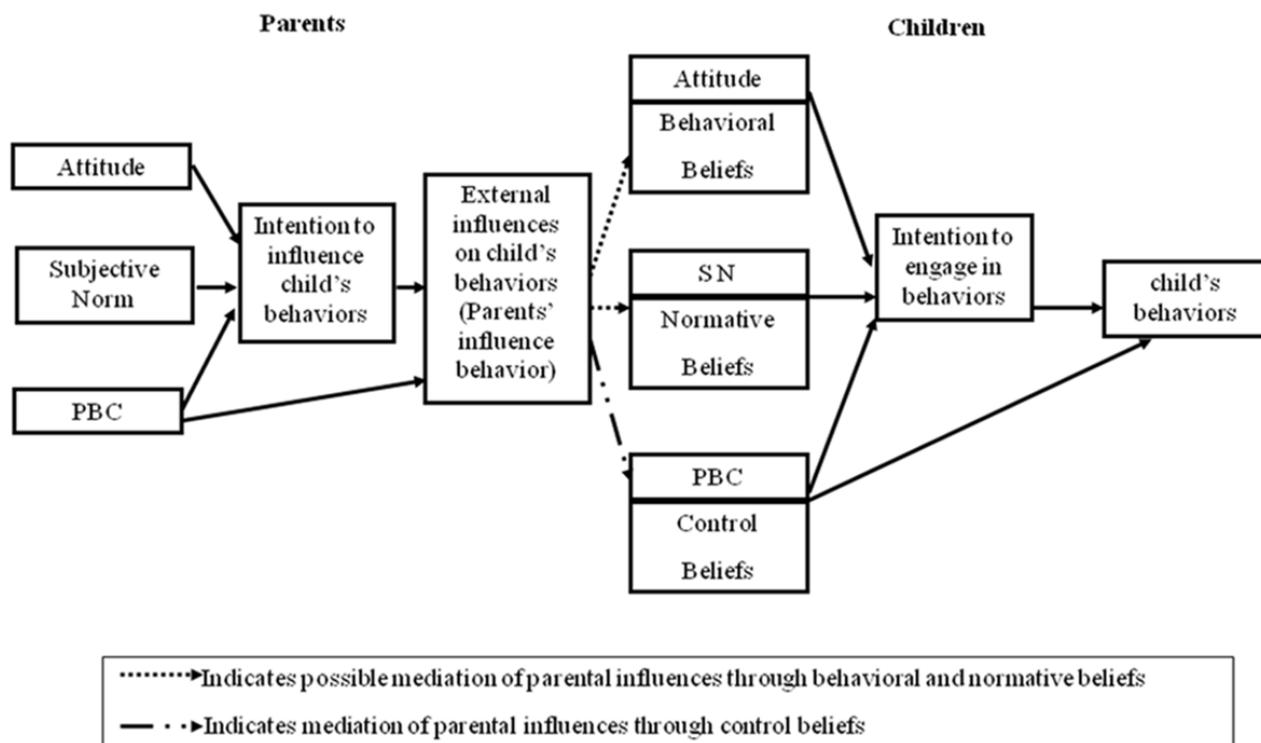
### สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนที่อยู่ในกลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตเฉลี่ยในช่วงระยะ 6 เดือน และ 1 ปีภายหลังเสร็จสิ้นโครงการสูงกว่าช่วงระยะภายหลังเสร็จสิ้นโครงการทันที และระยะ 3 เดือนภายหลังเสร็จสิ้นโครงการ
2. นักเรียนที่อยู่ในกลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตเฉลี่ยสูงกว่าคะแนนทักษะชีวิตเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มเปรียบเทียบ ในช่วงระยะ 6 เดือน และ 1 ปีภายหลังเสร็จสิ้นโครงการ

### กรอบแนวความคิดของโครงการวิจัย

โครงการวิจัยนี้มีกรอบแนวคิดที่พัฒนามาจากทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (Theory of Planned Behavior)<sup>11</sup> ซึ่งกล่าวว่าบุคคลจะแสดงพฤติกรรมใดนั้น เกิดจากการขึ้นใจโดยความเชื่อ 3 ประการ ได้แก่ ความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรม (behavioral beliefs) ความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิง (normative beliefs) และความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุม (control beliefs) ซึ่งความเชื่อแต่ละตัวจะส่งผลต่อทัศนคติที่มีต่อพฤติกรรมนั้น (attitude toward behavior) การคล้อยตามอิทธิพลของคนรอบข้าง ทั้งใกล้และ/หรือไกล (subjective norm) และการรับรู้หรือเชื่อว่าตนสามารถแสดงพฤติกรรมนั้นได้ในทิศทางที่เหมาะสม (perceived behavior control) นอกจากนี้ยังมีการควบคุมพฤติกรรมได้จริง (actual behavioral control) มิใช่เพียงเชื่อว่าจะควบคุมได้เท่านั้น ปัจจัยทั้ง 3 นี้ (ยกเว้นปัจจัย actual behavioral control) ส่งผลโดยตรงต่อความตั้งใจหรือเจตนาที่จะแสดงพฤติกรรม (intention) และเจตนาดังกล่าวจะผลักดันให้เกิดการแสดงพฤติกรรม

จากแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนดังกล่าวข้างต้น ได้ถูกนำมาประยุกต์ใช้ในโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนในรูปแบบการยึดครอบครัวเป็นฐาน (Family – based Intervention) ที่สามารถอธิบายอิทธิพลของพ่อแม่สู่ลูก โดยการส่งต่อความคิด ความเชื่อ และการกระทำของพ่อแม่สู่ลูก<sup>13</sup> ทั้งนี้เนื่องจากพ่อแม่เป็นบุคคลที่มีอิทธิพลต่อลูกมากที่สุด<sup>22</sup> ดังนั้นพ่อแม่จึงเป็นบุคคลที่สามารถปรับความคิด ความเชื่อ รวมถึงพฤติกรรมของลูกได้ตามกระบวนการเลี้ยงดู ซึ่งสามารถอธิบายความสัมพันธ์และอิทธิพลทางความคิด ความเชื่อ และการกระทำของพ่อแม่สู่ลูกได้ ซึ่งปรากฏอย่างชัดเจนในกระบวนการรับรู้ของลูกทั้งจากการกระทำและการสื่อสารความคิดเห็นของพ่อแม่ที่แสดงออกมา ดังรูปที่ 1



รูปที่ 1 การประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนกับกระบวนการส่งต่ออิทธิพลของพ่อแม่สู่ลูก

จากรูปข้างต้น โมเดลทางด้านขวาวอธิบายกระบวนการแสดงพฤติกรรมของลูก ที่ผ่านมาจากความตั้งใจที่เกิดจากความเชื่อที่ทำให้เกิดทัศนคติ ความเชื่อเกี่ยวกับอิทธิพลของบุคคลสำคัญ และความเชื่อในความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมนั้นๆ ส่วนโมเดลทางด้านซ้ายอธิบายอิทธิพลของพ่อแม่ที่ผ่านมาจากความตั้งใจในการมีพฤติกรรมของพ่อแม่ซึ่งส่งผลกระทบต่อทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรม (Behavioral Beliefs) ความเชื่อเกี่ยวกับกลุ่มอ้างอิง (Normative Beliefs) และความเชื่อเกี่ยวกับความสามารถในการควบคุม (Control Beliefs) ของลูก ทำให้เกิดการเชื่อมต่อระหว่างความเชื่อพ่อแม่หรืออิทธิพลของพ่อแม่สู่ลูก ซึ่งความเชื่อแต่ละชนิดจะส่งผลต่อการรับรู้และการกระทำของลูก<sup>12,13</sup>

**วิธีดำเนินการวิจัย**

รูปแบบการวิจัย การวิจัยนี้มีรูปแบบการวิจัยแบบการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental study)

**ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง**

ประชากร ในการศึกษาครั้งนี้เป็นเด็กวัยเรียนที่กำลังเรียนอยู่ในระหว่างชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - 6 ในโรงเรียนระดับประถมศึกษาในสังกัดของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวง ศึกษาธิการ และพ่อแม่ของนักเรียนซึ่งพักอาศัยอยู่บ้านเดียวกันในชุมชนเมือง

กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กวัยเรียนทั้งเพศชายและเพศหญิงที่อยู่ในโครงการวิจัยเดิม และขณะนี้ศึกษาในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อายุประมาณ 11-12 ปี ของโรงเรียนแห่งหนึ่ง และมีลักษณะทั่วไปคล้ายกับโรงเรียนประถมศึกษาของประเทศส่วนใหญ่ และพ่อหรือแม่ของนักเรียนซึ่งพักอาศัยอยู่บ้านเดียวกัน

ขนาดตัวอย่าง ในการศึกษาครั้งนี้ใช้วิธีการหาจำนวนกลุ่มตัวอย่างโดยการเปิดตารางสำเร็จ รูปเฉพาะที่ใช้กับรูปแบบการวิจัยแบบวัดซ้ำ (sample size for the single group repeated measures design) ที่ระดับนัยสำคัญที่ .05 และใช้ power ที่ .80 ค่าเฉลี่ยความสัมพันธ์ของผลการทดลองที่ตอบสนองต่อจำนวนการวัดซ้ำ<sup>23</sup> โดยใช้การศึกษาที่ผ่านมาที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันใช้กรอบวิธีที่ใช้กรอบวิธีเป็นฐานในการปรับพฤติกรรมปัญหาของเด็กวัยเรียนเรื่อง “The preliminary

effect of a parenting program for Korean American mothers: A randomized controlled experimental study.”<sup>24</sup> ค่า effect size (d) เท่ากับ .565 ซึ่งต้องใช้จำนวนตัวอย่างต่อ 1 กลุ่ม อย่างน้อย 25 คน

อย่างไรก็ตามเนื่องจากการศึกษาครั้งนี้เป็นโครงการวิจัยนี้เป็นการวิจัยที่ดำเนินการต่อจากโครงการวิจัยเดิม มีกลุ่มตัวอย่างเพียงพอและยังเรียนอยู่ในโรงเรียนเดิมที่ทำการวิจัย โดยเป็นกลุ่มทดลอง 26 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ 27 คน และคัดเลือกตามเกณฑ์ ซึ่งเป็นเด็กที่อยู่ในโครงการวิจัยเดิม ดังนี้

### กลุ่มตัวอย่างนักเรียน

เกณฑ์การคัดเลือก

1. นักเรียนสามารถอ่านและเขียนภาษาไทยได้  
เกณฑ์การคัดออก

1. นักเรียนได้รับการอบรมการพัฒนาทักษะเชิงสังคมอื่นๆ ในระหว่างดำเนินการวิจัยและเก็บข้อมูล

กลุ่มตัวอย่างพ่อแม่

เกณฑ์การคัดเลือก

1. พ่อหรือแม่ของเด็กที่ได้รับการอบรมทักษะชีวิตและอาศัยอยู่ในบ้านเดียวกัน

2. พ่อหรือแม่สามารถอ่านและเขียนภาษาไทยได้  
เกณฑ์การคัดออก

1. พ่อหรือแม่เคยได้รับการอบรมการพัฒนาทักษะพ่อแม่เพื่อพัฒนาบุตรหรือการเลี้ยงดูบุตรใดๆ ในระหว่างดำเนินการวิจัยและเก็บข้อมูล

### เครื่องมือวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. แบบวัดทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยและทีมพัฒนาศักยภาพประชากรไทยโรงพยาบาลรามธิบดีสร้างขึ้น และใช้ตั้งแต่ในการศึกษาครั้งก่อน<sup>21</sup> ซึ่งมีลักษณะจำลองสถานการณ์เกี่ยวกับทักษะชีวิต 10 ทักษะ ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตัวเอง การคิดเชิงวิเคราะห์ การตัดสินใจและการแก้ปัญหา การจัดการกับอารมณ์ ความซื่อสัตย์ การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความพอเพียง ความรับผิดชอบต่อตนเอง ความรับผิดชอบต่อครอบครัว และความรับผิดชอบต่อสังคม

2. สมุดบันทึกพฤติกรรม (Log book) ซึ่งจะใช้ในทั้งนักเรียนและกลุ่มพ่อแม่ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างทั้ง

พ่อแม่และนักเรียนใช้บันทึกประสบการณ์การพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนในเล่มเดียวกัน เพื่อเป็นข้อมูลการปฏิบัติจริงของนักเรียนซึ่งจะยืนยันได้จากการให้ข้อมูลที่สอดคล้องจากพ่อแม่ร่วมด้วย

### เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

1. โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน ซึ่งเป็นโปรแกรมที่จัดการอบรมทั้งในกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ โปรแกรมนี้ประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (The theory of planned behavior)<sup>11,12</sup> ซึ่งมีมุ่ง (1) พัฒนาทัศนคติเชิงบวกต่อการพัฒนาทักษะชีวิต (2) เพิ่มการรับรู้อิทธิพลของบรรทัดฐานของกลุ่มอ้างอิง (3) พัฒนาความสามารถในการควบคุมให้มีพฤติกรรมที่ต้องการ และ (4) พัฒนาความตั้งใจในการมีพฤติกรรม ซึ่งทั้งหมดนี้จะช่วยให้กลุ่มตัวอย่างมีการพัฒนาทักษะชีวิตในตนเอง โปรแกรมนี้ประกอบไปด้วยการอบรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน โดยมีแผนการสอนเชิงบูรณาการกับวิชาเรียนในชั้นเรียนและทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน 10 ทักษะ ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตัวเอง การคิดเชิงวิเคราะห์ การตัดสินใจและการแก้ปัญหา การจัดการกับอารมณ์ ความซื่อสัตย์ การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความพอเพียง ความรับผิดชอบต่อตนเอง ความรับผิดชอบต่อครอบครัว และความรับผิดชอบต่อสังคม

2. โปรแกรมอบรมพ่อแม่เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน ซึ่งเป็นโปรแกรมที่จัดการอบรมพ่อแม่ในกลุ่มทดลองเท่านั้น โปรแกรมนี้ประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในบริบทของการขยายความเชื่อมโยงการปรับพฤติกรรมตามแผนจากพ่อแม่สู่ลูก (A parent-based expansion of the theory of planned behavior)<sup>13</sup> ซึ่งมีมุ่ง (1) พัฒนาทัศนคติเชิงบวกต่อทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน (2) เพิ่มการรับรู้อิทธิพลของบรรทัดฐานของกลุ่มอ้างอิง (3) พัฒนาความสามารถในการควบคุมให้มีพฤติกรรมที่ต้องการ และ (4) พัฒนาความตั้งใจในการมีพฤติกรรม เพื่อช่วยให้กลุ่มพ่อแม่สนับสนุนการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน ทั้งด้านการปฏิบัติและติดตามผลต่อบุตรของตน

หมายเหตุ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองดังกล่าวข้างต้น ดำเนินการแล้วเสร็จตั้งแต่ในการศึกษาครั้งก่อน<sup>21</sup> ซึ่งไม่ได้มีการดำเนินการอบรมในการศึกษาครั้งนี้

## การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย

1. ความตรงของเครื่องมือ (Instrument validity) แบบวัดทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนได้รับการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (content validity) ตั้งแต่ในการศึกษาครั้งก่อนแล้ว โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ได้แก่ อาจารย์พยาบาลกุมารเวช 1 ท่าน อาจารย์โรงเรียนประถม 1 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญด้านการอบรมทักษะชีวิต 1 ท่าน โดยมีดัชนีความตรงรายข้อของแบบสอบถาม (item-content validity index: I-CVI) อยู่ระหว่าง .90-.96 และ ดัชนีความตรงรายฉบับ (scale-content validity index: S-CVI) เท่ากับ.94

2. ความเที่ยงของเครื่องมือ (Instrument reliability) ผู้วิจัยนำแบบวัดทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนไปทดลองใช้กับนักเรียนที่ไม่เป็นกลุ่มตัวอย่าง และที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาจำนวน 30 ราย จากนั้นนำมาคำนวณหาความสอดคล้องภายใน (internal consistency reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) เท่ากับ 0.88 แล้วตั้งแต่ในการศึกษาครั้งก่อน

## การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยนี้ได้รับการพิจารณาการพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่างจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ หมายเลขโครงการวิจัย ID 12-53-29 ว และ จวค 788/2556 และได้รับอนุญาตให้ดำเนินโครงการ และเก็บข้อมูลจากโรงเรียนแห่งหนึ่ง (ตามโครงการวิจัยเดิม) กลุ่มตัวอย่างได้รับการอธิบายวัตถุประสงค์โครงการ รูปแบบการวิจัย ระยะเวลาในการวิจัย การไม่เปิดเผยชื่อผู้ให้ข้อมูล การเปิดเผยข้อมูลจะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปแบบที่เป็นสรุปผลการวิจัยและกลุ่มตัวอย่างมีสิทธิที่จะออกจากการศึกษาได้ตลอดเวลา และลงนามยินยอมเข้าร่วมการวิจัยตามความสมัครใจ นอกจากนี้ การศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องให้ผู้เยาว์ (กลุ่มนักเรียน) มีส่วนร่วมในการวิจัย ผู้วิจัยได้อธิบายรูปแบบการวิจัยและวัตถุประสงค์การวิจัยให้กลุ่มนักเรียนมีความเข้าใจในสิทธิและหน้าที่ของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยทุกประการและให้ผู้ปกครองลงนามยินยอมให้นักเรียนเข้าร่วมการวิจัยได้ โดยลงลายมือชื่อไว้เป็นหลักฐาน

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ณ โรงเรียนแห่งหนึ่ง (ตามโครงการวิจัยเดิม) หลังได้รับการพิจารณาการพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่างจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ และได้รับอนุญาตให้ดำเนินโครงการ โดยผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์โครงการ รูปแบบการวิจัย และระยะเวลาในการวิจัย โดยเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงระยะ 6 เดือน และ 1 ปีภายหลังจากอบรมเสร็จสิ้นโครงการ โดยให้ตอบแบบสอบถามทักษะชีวิต ซึ่งเป็นแบบสอบถามจำลองสถานการณ์แบบเลือกตอบในทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ และ ทั้ง 2 กลุ่ม จะได้รับสมุดบันทึกพฤติกรรม (Log book) เพื่อบันทึกพฤติกรรมด้วย

## การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ โดยสถิติบรรยาย เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรม การมีทักษะชีวิตระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ใช้สถิติ Independent t-test และแตกต่างของคะแนนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบแบบวัดซ้ำโดยใช้สถิติ Repeated measures analysis of variance ด้วยสถิติทดสอบที่ระดับนัยสำคัญที่ .05

## ผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยนี้ประกอบด้วยนักเรียนและพ่อแม่หรือแม่ของนักเรียนซึ่งพักอาศัยอยู่บ้านเดียวกัน ซึ่งในตอนเริ่มต้นการทดลองพบว่ามีนักเรียนและพ่อแม่หรือแม่ของนักเรียนเข้าร่วมอบรมจำนวน 30 ครอบครัวในกลุ่มทดลอง และ 28 ครอบครัวในกลุ่มเปรียบเทียบ ในระหว่างดำเนินการทดลองในช่วงการศึกษาที่แล้มา มีกลุ่มตัวอย่างที่ออกจากการทดลองจำนวนทั้งสิ้น 5 ครอบครัว เป็นกลุ่มทดลอง 4 ครอบครัว และกลุ่มเปรียบเทียบ 1 ครอบครัว จากเหตุผลที่กลุ่มพ่อแม่เข้าอบรมไม่ครบจำนวนที่กำหนด (80%) 3 ครอบครัว และย้ายโรงเรียน 2 ครอบครัว และภายหลังเสร็จสิ้นการวิจัยในครั้งก่อนหน้าคงเหลือจำนวนกลุ่มทดลอง 27 ครอบครัว และกลุ่มเปรียบเทียบ 26 ครอบครัว คิดเป็นค่า attrition rate เป็น 13.33%<sup>21</sup>

สำหรับในการวิจัยครั้งนี้พบว่า ภายหลังจากเสร็จสิ้นการวิจัยในระยะ 6 เดือน และ 12 เดือน ไม่มีกลุ่มตัวอย่างที่ออกจากการทดลอง นักเรียนกลุ่มนี้ศึกษาในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และมีข้อมูลคุณลักษณะประชากร (The demographic characteristics data) ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มมีจำนวนเท่าๆกันทั้งเพศชายและเพศหญิง ส่วนใหญ่เป็นเพศชายมากกว่า ร้อยละ 51.9 - 53.8 และอายุไม่แตกต่างกันทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนที่ศึกษานั้นอยู่ในระดับชั้นเรียนเดียวกัน ประมาณ 11-12 ปี และพบว่าเมื่อทดสอบความแตกต่างของเพศและอายุในกลุ่มตัวอย่าง ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ( $p > .05$ ) นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างยังไม่มี ความแตกต่างกันในด้านครอบครัวและการรับรู้เกี่ยวกับครอบครัว ซึ่งส่วนใหญ่ทั้งสองกลุ่มได้รับการเลี้ยงดูโดยตรงจากบิดาและมารดา มีพี่น้องพักอาศัยอยู่ในบ้านเดียวกัน ทางด้านลำดับการเกิด กลุ่มตัวอย่างมีลำดับการเกิดใกล้เคียงกันทั้งสองกลุ่มและมีจำนวนเท่าๆกัน ส่วนใหญ่เป็นบุตรคนสุดท้องของครอบครัว ด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว พบว่ามีการรับรู้ว่าเป็นครอบครัวที่มีสัมพันธ์กันดีและดีมาก และจากการวิเคราะห์ข้อมูลไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ ( $p > .05$ )

อย่างไรก็ตามในการศึกษาครั้งนี้ ซึ่งเป็นการศึกษาต่อ ยอดจากการศึกษาผลของโปรแกรมอบรมพ่อแม่เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในบุตรวัยเรียนร่วมกับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน โดยติดตามผลในระยะยาวที่ระยะ 6 เดือน และระยะ 1 ปี ซึ่งผลการศึกษาดังนี้

การติดตามผลของโปรแกรมอบรมพ่อแม่เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในบุตรวัยเรียนร่วมกับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนในระยะ 1 ปี

การติดตามผลของโปรแกรมอบรมพ่อแม่เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในบุตรวัยเรียนร่วมกับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนต่อทักษะชีวิตของเด็กวัยเรียนในระยะ 1 ปี ถูกประเมินโดยการวัดผลเปรียบเทียบซ้ำในระยะยาวที่ภายหลังการอบรม 6 เดือน และระยะ 1 ปี โดยใช้สถิติทดสอบเปรียบเทียบความแปรปรวนทางเดียวและสองทางแบบวัดซ้ำ ผลการเปรียบเทียบทดลองแบบวัดซ้ำต่อเนื่องที่ระยะ 6 เดือน และ 1 ปี เปรียบเทียบร่วมกับผลการทดลองก่อนการอบรม หลังการอบรมทันที และหลังการอบรม 3 เดือนพบว่า ภายหลังจากการอบรม 3 เดือน 6 เดือน และ 1 ปี กลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตทั้ง 2 กลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ (ตารางที่ 1)

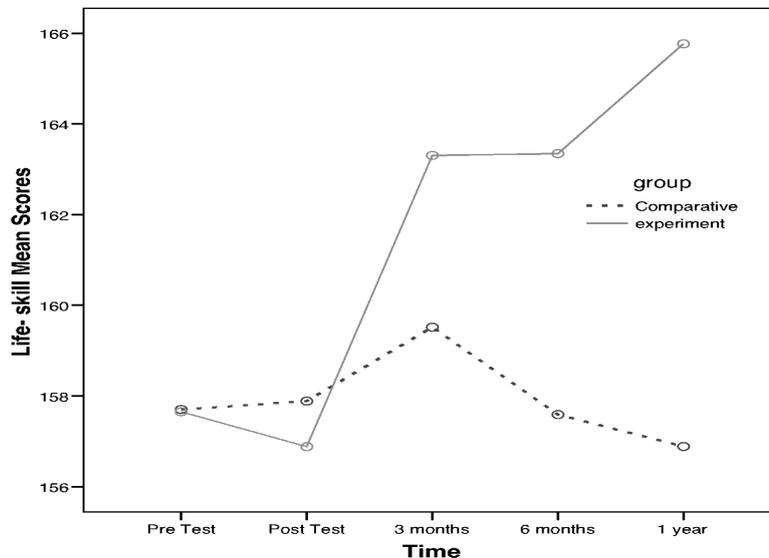
**ตารางที่ 1** การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบแบบวัดซ้ำ ณ ช่วงเวลาต่างๆในระยะ 1 ปี หลังเสร็จสิ้นการอบรม

แหล่งของตัวแปร (Source of Variation)	SS	df	MS	Fr	p-value
<b>เปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม</b>					
กลุ่ม (Groups)	799.168	1	799.168	4.942	0.031
Error	8247.896	51	161.723		
<b>เปรียบเทียบภายในกลุ่ม</b>					
เวลา (Time)	826.878	4	262.100	4.862	0.004
กลุ่มในแต่ละเวลา (Group × Time)	887.391	4	281.281	5.218	0.002
Error	8672.903	204	53.904		

Note: r = Two-way repeated measure ANOVA

นอกจากนี้ยังสามารถเปรียบเทียบข้อมูลคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในแต่ละช่วงเวลาตั้งแต่ก่อนการอบรมจนถึงระยะ 1 ปีหลังการอบรม ซึ่ง

สามารถแสดงความแตกต่างกันอย่างชัดเจนโดยที่กราฟเชิงเส้นของทั้ง 2 กลุ่มแสดงแนวโน้มของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตแตกต่างกัน ดังรูปที่ 2 ดังนี้



รูปที่ 2 กราฟแสดงค่าคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในระยะเวลา 1 ปี หลังการทดลอง

### ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตในแต่ละช่วงเวลา

จากผลการศึกษาการติดตามผลของโปรแกรมอบรมพ่อแม่เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในบุตรวัยเรียนร่วมกับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน เมื่อนำผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบในแต่ละช่วงเวลา โดยใช้สถิติ Independent t-test พบว่า ก่อนการอบรมและที่ระยะ 3 เดือน หลังการทดลองเสร็จสิ้น ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญของคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตระหว่างกลุ่มทดลอง

และกลุ่มเปรียบเทียบ ( $p = 0.984, 0.458$  ตามลำดับ) อย่างไรก็ตามในการศึกษาครั้งนี้ ซึ่งเป็นการศึกษาต่อยอดจากการศึกษาผลของโปรแกรมอบรมพ่อแม่เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในบุตรวัยเรียนร่วมกับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน โดยติดตามผลในระยะยาวที่ระยะ 6 เดือน และระยะ 1 ปี ซึ่งมีระดับคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบแตกต่างกัน ( $p < 0.05$ ) (ตารางที่ 2)

### ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่างที่ระยะเวลาต่างๆ

ช่วงเวลาที่วัด	กลุ่มทดลอง (n = 26)		กลุ่มเปรียบเทียบ (n = 27)		t	df	p-value
	Mean	SD	Mean	SD			
<b>ผลการศึกษาเดิม</b>							
ก่อนการอบรม	157.65	8.895	157.70	9.118	-0.120	51	NS
ที่ระยะ 3 เดือน	161.96	7.264	160.63	5.631	0.748	51	NS
<b>ผลการติดตามผลการศึกษาที่ระยะ 1 ปี</b>							
ที่ระยะ 6 เดือน	163.35	6.312	157.59	5.017	3.681	51	.001
ที่ระยะ 1 ปี	165.77	7.617	156.89	6.489	4.575	51	.000

NS =  $p > 0.05$

อย่างไรก็ตาม ในการศึกษาติดตามผลการวิจัยในระยะ 1 ปี ครึ่งนี้ ได้ให้กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มบันทึกประสบการณ์การมีทักษะชีวิต (Log book) ของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีการดำเนินชีวิตที่ใช้ทักษะชีวิตต่างๆได้อย่างเหมาะสมมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ โดยมีการมีส่วนร่วมของพ่อแม่ร่วมด้วย ซึ่งสอดคล้องกับคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตที่ปรากฏในการศึกษาครั้งนี้ (ตารางที่ 2) นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับค่าอิทธิพลของผลการทดลองในการศึกษาครั้งนี้ ซึ่งความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยได้ถูกการคำนวณเพื่อหาค่าขนาดอิทธิพล<sup>25</sup> พบว่าที่ระยะเวลา 1 ปีหลังการทดลอง มีค่าขนาดอิทธิพลขนาดใหญ่ (Effect Size = 1.26) หมายความว่าโปรแกรมหรือการอบรมครั้งนี้เกิดผลดีในกลุ่มทดลองที่ได้รับการอบรมมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบซึ่งได้รับการอบรมในกลุ่มนักเรียนเพียงอย่างเดียว

## อภิปรายผล

จากผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่อยู่ในกลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตแตกต่างและสูงกว่านักเรียนที่อยู่ในกลุ่มเปรียบเทียบอย่างต่อเนื่อง ภายหลังเสร็จสิ้นโครงการในช่วงระยะ 6 เดือน และ 1 ปีภายหลังเสร็จสิ้นโครงการ อย่างมีนัยสำคัญ (p-value < .05) ซึ่งจะเห็นว่าผลการทดลองสอดคล้องกับการศึกษาหลายงานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมในเด็กโดยให้พ่อแม่มีส่วนร่วม ซึ่งสามารถอธิบายความสัมพันธ์และอิทธิพลการเป็นปัจจัยตัวกลางของพ่อแม่ได้อย่างชัดเจนซึ่งมีการเชื่อมต่ออิทธิพลความคิดความเชื่อและพฤติกรรมต่างๆ ระหว่างพ่อแม่สู่ลูก ซึ่งเกิดขึ้นจากการที่เด็กอยู่ในสิ่งแวดล้อมของพ่อแม่และครอบครัว เด็กได้รับอิทธิพลจากปัจจัยเหล่านี้ทั้งโดยตรงและทางอ้อมอย่างต่อเนื่องเป็นเวลานานจากการปลูกฝังความคิดความเชื่อนิสัย บุคลิกลักษณะและพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งทำให้ปัจจัยต่างๆเหล่านี้อยู่คงทนถาวร<sup>13, 21, 26, 27, 28</sup>

นอกจากนี้โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนนี้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นการจัดการกระทำเพื่อเป็นการพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตของเด็กกลุ่มเด็กวัยเรียนโดยใช้ครอบครัวเป็นฐาน ในด้านการส่งเสริมความสามารถในการดำเนินชีวิตในสังคมซึ่งเหตุผลสำคัญที่ใช้การจัดการกระทำ (Intervention) โดยพัฒนาเป็นโปรแกรมที่ใช้ครอบครัวเป็นฐาน นั้นไม่เพียงแต่จะเพิ่มหรือสร้างผลลัพธ์ที่เกิดในเด็กแล้ว แต่ยังต้องการให้พ่อแม่มีทักษะในการพัฒนาทักษะชีวิตที่ถูกต้องเหมาะสม ทั้งนี้แนวทางการพัฒนาทักษะความเป็นพ่อแม่ (Parenting skills) เป็นการพัฒนา

ทักษะและลักษณะการมีปฏิสัมพันธ์ และการสื่อสารในครอบครัว ทั้งนี้โดยเฉพาะระหว่างพ่อแม่และเด็กที่บ้าน การได้รับการยอมรับหรือสนับสนุนจากพ่อแม่ ซึ่งจะทำให้เด็กมั่นใจในการใช้ทักษะที่ได้รับการอบรมมากขึ้น นอกจากนี้ประโยชน์ได้จากการอบรมพ่อแม่ที่เพิ่มขึ้นกับกลุ่มพ่อแม่ทั้งทางด้านการลดความเครียด และการทำบทบาทหน้าที่ของพ่อแม่ ทั้งหมดนี้เป็นเหตุผลที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งในตัวเด็กและสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมการมีทักษะชีวิตที่เหมาะสมซึ่งได้แก่บริบทต่างๆ ในครอบครัวที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีและเหมาะสมมากขึ้น และการที่พ่อแม่ที่แสดงทักษะความเป็นพ่อแม่ที่เหมาะสมถูกต้อง

ด้านการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนในโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตเองนั้น เป็นการสอนให้เด็กเรียนรู้ในวัยเรียนเป็นการเริ่มสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ผ่านกระบวนการสอนตามทฤษฎีการวางแผนพฤติกรรมในบริบทของการขยายความเชื่อมโยงจากพ่อแม่สู่ลูก (A parent-based expansion of the theory of planned behavior)<sup>14</sup> โดยให้พ่อแม่มีส่วนร่วมในการพัฒนา โดยการอบรมกลุ่มพ่อแม่ของเด็กคู่ขนานไปด้วยกัน เพื่อให้เกิดความสอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงความคิดความเชื่อ และพฤติกรรมที่มีกระบวนการจัดการเรียนการสอนในโรงเรียนจึงเป็นเหตุให้เกิดการพัฒนาและการเปลี่ยนแปลงจนเป็นนิสัย เกิดเป็นพฤติกรรมที่ถาวร ทั้งนี้เมื่อเวลาผ่านไปการได้ฝึกฝนอย่างต่อเนื่องทั้งทางตรงและทางอ้อม ร่วมกับการได้ทดลองใช้ในชีวิตประจำวันจริงทำให้เกิดการอยู่คงทน สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาที่ศึกษาวิจัยใน 2 การทดลองที่ใช้รูปแบบครอบครัวเป็นฐาน (Family – based intervention)<sup>27</sup> โดยการทดลองแรกใช้โปรแกรม Iowa Strengthening Families Program (ISFP) เปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่ได้รับการอบรมใดๆ และการทดลองที่สองใช้โปรแกรม Strengthening Families Program ร่วมกับโปรแกรมการอบรมทักษะชีวิต (revised SFP 10-14+ LST) เปรียบเทียบกับผลของโปรแกรมการอบรมทักษะชีวิต (LST) และกลุ่มที่ไม่ได้รับการอบรมใดๆ ซึ่งทั้งสองการทดลองวัดผลในระยะ 6½ ปี ในการทดลองแรก และระยะ 4½ และ 5½ ปีในการทดลองที่ 2 ผลการทดลองพบว่าทั้งสองการศึกษาให้ผลเชิงบวกในระยะยาวทั้ง 2 การทดลอง และผลของโปรแกรมการอบรมโดยให้พ่อแม่มีส่วนร่วมมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่าโปรแกรมที่อบรมในเด็กอย่างเดียวและสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการอบรมใดๆ อย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งผู้วิจัยอภิปรายผลว่า ทั้งนี้เนื่องจากการที่ทำการเปลี่ยนแปลง

สิ่งแวดล้อมที่บ้านโดยเฉพาะความคิดความเชื่อ และพฤติกรรมของพ่อแม่ ซึ่งเป็นการอยู่ในโลกขอความเป็นจริงช่วยสนับสนุนให้เด็กนักเรียนได้ปรับความคิดความเชื่อรวมถึงมุมมองในการใช้ชีวิตที่มีหลักการเรื่องทักษะชีวิตที่เหมาะสม ทั้งที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมทั้งที่โรงเรียน ที่บ้าน และชุมชน นอกจากนี้ ใน 5 และ 10 ปีต่อมาการศึกษาได้ทำการติดตามผลการทดลองในระยะยาว ติดตามต่อเนื่องและให้ผลการทดลองสอดคล้องกันกับการทดลองในครั้งแรก<sup>27,29</sup>

ผลการศึกษาสอดคล้องกับการศึกษาที่ทำการศึกษาประสิทธิภาพของการโปรแกรมที่ใช้ครอบครัวเป็นฐานของเด็กวัยเรียนตอนต้นในสหรัฐอเมริกา<sup>30</sup> ซึ่งผลการศึกษาพบว่าเมื่อระยะ 6 เดือนหลังเสร็จสิ้นการทดลอง พบว่ากลุ่มที่มีการอบรมพ่อแม่ร่วมด้วยจะมีคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมสูงกว่ากลุ่มที่ไม่มีพ่อแม่ และมีค่าขนาดอิทธิพลขนาดปานกลาง (effects size = .29-.46) และมีค่าขนาดอิทธิพลขนาดปานกลางถึงใหญ่เมื่อวัดในระยะสั้น (effects size = .51-.91) และสอดคล้องกับผลการศึกษาในครั้งนี้ซึ่งจากการวิเคราะห์ข้อมูล แสดงค่าขนาดอิทธิพลข้างต้นพบว่าที่ระยะเวลา 1 ปีหลังการทดลองมีค่าขนาดอิทธิพลขนาดใหญ่ (effects size = 1.26) ซึ่งหมายความว่า โปรแกรมหรือการอบรมครั้งนี้เกิดผลดีในกลุ่มทดลองที่ได้รับการอบรมทั้งในกลุ่มนักเรียนและกลุ่มพ่อแม่มากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบซึ่งได้รับการอบรมในกลุ่มนักเรียนเพียงอย่างเดียว

นอกจากนี้เหตุผลสำคัญที่เกี่ยวข้องกับผลการทดลองนี้ ซึ่งแสดงผลการทดลองในลักษณะของการเกิดผลลัพธ์เชิงบวกเป็นไปตามสมมติฐานนั้นอาจเกิดจากการที่กลุ่มตัวอย่างนี้เป็นกลุ่มเด็กวัยเรียนที่เป็นเกิดขึ้นจากการที่ช่วงการเก็บรวบรวมข้อมูลในระยะแรกที่ผ่านมานั้นยังเป็นช่วงแห่งการเรียนรู้และการฝึกฝน และเป็นช่วงระยะเวลาหลังการทดลองที่สั้นเกินไป<sup>21,27,31</sup> จากการทบทวนวรรณกรรม หลายงานวิจัยพบว่า การวัดผลที่เร็วเกินไป (3 เดือน) จะยังไม่ให้ผลการทดลองที่บอกถึงประสิทธิภาพของโปรแกรมการอบรมที่เห็นชัดเจน หรือเรียกว่าช่วงไม่เห็นผล หรือ Latency period<sup>27,31-32</sup> สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาในกลุ่มเด็กวัยเรียน<sup>4,32</sup> พบว่าช่วงเวลาี่วัดผลของการจัดกระทำหรือการทดลองเพื่อพัฒนาทักษะสังคม (Social Skills) ในเด็กวัยเรียนในช่วงแรกไม่พบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม และกลับพบผลการแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ เมื่อเด็กที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเข้าสู่วัยรุ่นหรือให้ผลเชิงบวก เมื่อเวลาผ่านไปหลังจากที่เด็กเรียนรู้และการ

ฝึกฝน จนเกิดเป็นพฤติกรรมถาวร และรับรู้ผลดีที่เกิดขึ้นกับตนเองทั้งทางตรงและทางอ้อม เช่นการได้รับการชื่นชม เป็นที่รักจากพ่อแม่ เพื่อหรือคนรอบข้าง เป็นต้น

## ข้อเสนอแนะ

1. การพัฒนาทักษะชีวิตโดยให้มีส่วนร่วมจากครอบครัว โรงเรียนควรเริ่มค้นหาความต้องการของนักเรียนและผู้ปกครอง ซึ่งเป็นการให้ครอบครัวมีส่วนร่วมตั้งแต่ต้น โรงเรียนควรเริ่มจากผู้ปกครองอาสาสมัครที่ต้องการร่วมงานกับโรงเรียนให้ความรู้เรื่องการอบรมเลี้ยงดู การสื่อสารในครอบครัว การใช้วินัยที่เหมาะสม และกิจกรรมระหว่างครอบครัวสามารถทำให้ผู้ปกครองมีแนวทางในการควบคุมดูแลนักเรียน และมีสัมพันธภาพที่ดีกับนักเรียน ดังนั้นโรงเรียนจึงควรจัดโครงการ/กิจกรรมในประเด็นเหล่านี้ ทั้งนี้อาจเป็นรูปแบบการให้คำแนะนำปรึกษาระหว่างครูกับผู้ปกครอง

นอกจากนี้โรงเรียนอาจจัดกลุ่มเพื่อพัฒนาเป็นผู้ปกครองที่มีประสิทธิภาพของ โรงเรียนเพื่อเป็นตัวแทน/สื่อกลางในการสนับสนุนช่วยเหลือนักเรียน

2. โรงเรียนควรบูรณาการการพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะอื่นๆ ในการเรียนการสอนชั่วโมงปกติเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียน นอกจากนั้นควรให้นักเรียนเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงของกลุ่มนักเรียน

## กิตติกรรมประกาศ

ทีมผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณะพยาบาลศาสตรมหาวิทาลัยธรรมศาสตร์ ที่ได้สนับสนุนการทำวิจัยครั้งนี้ในด้านเวลาและการสนับสนุนอื่นๆ และมหาวิทาลัยธรรมศาสตร์สนับสนุนทุนในการทำวิจัย และขอขอบพระคุณกลุ่มตัวอย่างทั้งนักเรียนและครอบครัวทุกท่าน รวมถึงโรงเรียนและบุคลากรของโรงเรียนที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี

## References

1. Nation M, Crusto C, Wandersman A, Kumpfer K, Seybolt D, Morissey-Kane E, Davino K. What works in prevention: Principles of effective prevention programs. *Am Psychol.* 2003; 58: 449-56.

2. World Health Organization. Preventing violence by developing life skills in children and adolescent [monograph on the Internet]. Geneva: Division of Mental Health; 2009.
3. Chamberlain P, Price J, Leve LD, Laurent H, Landsverk JA, Reid JB. Prevention of behavior problems for children in foster care: Outcomes and mediation effects. *Prev Sci.* 2008; 9(1): 17-27.
4. Cook CR, Gresham FM, Kern L, Barreras RB, Crews SD. Social skills training for secondary students with emotional and /or behavioral disorders: A review and analysis of the meta-analytic literature. *J Emot Behav Disord.* 2008; 16(3): 131-44.
5. Department of Mental Health, Ministry of Public Health, Thailand. Mental health reports [monograph on the Internet]. Bangkok: Ministry of Public Health; 2012. (in Thai)
6. Wilson DB, Gottfredson DC, Najaka SS. School-Based Prevention of Problem Behaviors: A meta-analysis. *J. Quant. Criminal.* 2001; 17(3):247-72.
7. Botvin GJ, Griffin KW. Life skills training: Preventing substance misuse by enhancing individual and social competence. *New Dir Youth Dev.* 2014; (141):57-65.
8. Kumpfer KL, Magathaes C, Whiteside H, Xie J. Strengthening families for middle/late children. In: Ryzin MJV, Kumpfer KL, Fosco GM, Greenberg MT, editors. Family-based prevention programs for children and adolescents: Theory, research, and large-scale dissemination. New York, Psychology Press, 2016. P. 68-86.
9. Mc Cart MR, Priester PE, Hobart Davies WH, & Azen R. Differential effectiveness of behavioral parent-training and cognitive-behavioral therapy for antisocial youth: A meta-analysis. *J. Abnorm. Child Psychol.* 2006; 34(4): 527-43.
10. World Health Organization. Skills for health skills-based health education including life skills: An important component of a child-friendly/health-promoting school [monograph on the Internet]. Geneva: Division of Mental Health; 2003.
11. Ajzen I. The theory of planned behavior. *Organ Behav Hum Decis Process.* 1991; 50: 179-211.
12. Ajzen I, Fishbein M. Understanding attitudes and predicting social behavior. New Jersey: Prentice Hall; 1980.
13. Hutchinson MK, Wood E. Reconceptualizing adolescent sexual risk in a parent-based expansion of the theory of planned behavior. *J Nurs Scholarsh.* 2007; 39(2): 141-6.
14. Villarruel AM, Loveland-Cherry C, Cabriaes EG, Ronis DL, Zhou Y. A parent-adolescent intervention to increase sexual risk communication: Results of a randomized controlled trial. *AIDS Educ Prev.* 2008; 20(5): 371-83.
15. Desrichard O, Roché S, Bégue L. The theory of planned behavior as mediator of the effect of parental supervision: A study of intentions to violate driving rules in a representative sample of adolescents. *J Safety Res.* 2007; 38: 447-52.
16. Van De Ven MO, Engels RC, Otten R, Van Den Eijnden R.J. A longitudinal test of the theory of planned behavior predicting smoking onset among asthmatic and non-asthmatic adolescents. *Int J Behav Med.* 2007; 30(5): 435-45.
17. Phuphaibul R, Promneramit P, Hattakitpanichakul K. "The Birthday Box" Project: Effects of parental participatory program on parental sexual communication intention and sexual communication behavior to their children. *Journal of The Royal Thai Army Nurses.* 2016; 17(2): 12-20. (in Thai)

18. Hawkins JD, Oesterle S, Brown EC, Monahan KC, Abbott RD, Arthur MW. et al. Sustained decreases in risk exposure and youth problem behaviors after installation of the communities that care prevention system in a randomized trial. *Arch Pediatr Adolesc Med.* 2012; 166 (2):141-48.
19. Petrie J, Bunn F, Byrne G. Parenting programmes for preventing tobacco, alcohol or drugs misuse in children < 18: a systematic review. *Health Educ Res.* 2007; 22(2): 177-91.
20. Zubrick SR, Ward KA, Silburn SR, Lawrence D, Williams AA, Blair E. et al. Prevention of child behavior problems through universal implementation of a group behavioral family intervention. *Prev Sci.* 2005; 6(4):287-304.
21. Kummabutr J, Phuphaibul R, Suwonnaroop N, Villarruel AM, Nityasuddhi D. (2012). The effect of a parent training program, in conjunction with a life skills training Program for school-age children, on children's life skills, and parents' child-rearing skills and perceptions of support for child life skills development. *Pac Rim Int J Nurs Res Thai.* 2012; 17(1): 3-27.
22. Bandura A. Social foundations of thought and action: A social cognitive theory. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall; 1986.
23. Stevens J. Applied multivariate statistics for the social sciences. (5<sup>th</sup> ed.). New York: Routledge Taylor & Francis Group; 2009.
24. Kim E, Cain KC, Webster-Stratton C. The preliminary effect of a parenting program for Korean American mothers: A randomized controlled experimental study. *Int J Nurs Stud.* 2008; 45: 1261-73.
25. Cohen J. Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates; 1988.
26. Ladis BA, Macgowan M, Thomlison B, Fava NM, Huang H, Trucco EM, Martinez MJ. Parent-focused preventive interventions for youth substance use and problem behaviors: A systematic review. *Res Soc Work Pract.* 2018; 30: 1-23
27. Spoth R, Trudeau L, Shin C, Ralston E, Redmond C, Greenberg M. et al. Longitudinal effects of universal preventive intervention on prescription drug misuse: three randomized controlled trials with late adolescents and young adults. *American Journal of Public Health.* 2013 Apr; 103(4): 665-72.
28. Webster-Stratton C, Rinaldi J, Jamila MR. Long-term outcomes of Incredible Years Parenting Program: Predictors of adolescent adjustment. *Child Adolesc Ment Health.* 2011 Feb; 16(1): 38-46.
29. Spoth RL, Randall GK, Trudeau L, Shin C, Redmond C. Substance use outcomes 5 ½ years *Depend.* 2008; 96: 57-68.
30. Webster-Stratton C, Reid MJ, Hammond M. Treating children with early-onset conduct problems: Intervention outcomes for parent, child and teacher training. *J Clin Child Adolesc Psychol.* 2004; 33(1): 105-24.
31. Webster-Stratton C, Reid MJ. The Incredible Years Parents, Teachers, Children Training series: A multifaceted treatment approach for young children with conduct disorders. In: Weisz JR, Kazdin AE, editors. *Evidence-Based psychotherapies for children and adolescents*, 2nd ed. New York: Guilford Press; 2010. p. 194-211.
32. Kazdin AE. Parent management training and problem-solving skills training for child and adolescent conduct problems. In: Weisz JR, Kazdin AE, editors. *Evidence-Based psychotherapies for children and adolescents*, 3<sup>rd</sup> ed. New York: Guilford Press; 2017. p.142-158.