

ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

The Effects of The Life Skills Development Program Using Cartoon Books Media on Life Skills Among Grade Five Students*

บทความวิจัย

พิชญากร ศรีปะโค** รุจา ภูไพบูลย์*** ชื่นฤดี คงศักดิ์ ตระกูล****
Pichayakorn Sripakho, R.N., M.N.S.**, Rutja Phuphaibul, R.N., D.N.S.***,
Chuanruedee Kongsaktrakul, R.N., Ph.D.****

บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองชนิดรูปแบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 อายุ 10 - 11 ปี จากโรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ทำการสุ่มแบบไม่แทนที่โดยการจับสลากเพื่อคัดเลือกนักเรียนทั้งห้องเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ได้กลุ่มทดลอง 36 คน และกลุ่มควบคุม 31 คน กลุ่มควบคุมได้รับการสอนสุขภาพทั่วไปและการเรียนการสอนตามปกติ ส่วนกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา ชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาจำนวนสิบเอ็ดเรื่อง และโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติบรรยาย สถิติ ไคสแควร์ (Chi-square test) และสถิติที (t-test) ผลการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตของกลุ่มทดลองภายหลังได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) และค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตของกลุ่มทดลองภายหลังได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ช่วยให้เด็กวัยเรียนมีทักษะชีวิตดีขึ้น

คำสำคัญ : โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต / หนังสือการ์ตูน / ทักษะชีวิต/ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

* เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลเด็ก) มหาวิทยาลัยมหิดล

** อาจารย์พยาบาล ภาควิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก, E-mail: mathawee35@hotmail.com

*** ศาสตราจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

**** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาการพยาบาลเด็ก โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

Abstract

This quasi-experimental research, a randomized two group pretest - posttest design aimed to investigate the effects of the Life Skills Development Program using cartoon books media on life skills among the fifth grade students. Participants included 10 and 11 year old of the fifth grade students from one elementary school in Bangkok. Using simple random sampling to select the students by a class, 36 students were placed in experimental groups and 31 students were placed in control groups. The experimental group was given the Life Skills Development Program using cartoon books media and the control group received general health education and the usual instruction. Research instruments included a demographic data questionnaire, the life skills measurement forms for elementary level students, the eleven books of life skills development cartoon books media set for elementary school students, and the life skills development program using cartoon books media developed by the researcher. Data were analyzed by descriptive statistics, Chi-square test and t-test. The results after receiving the life skills development program using cartoon books media revealed that the mean score of life skills of the experimental group was higher than before receiving the program at a significance level of .05 and the mean score of life skills of the experimental group were higher than the control group at a significance level of .05 Results from this study demonstrated that the Life Skills Development Program using cartoon books media can improve life skills for school-aged children.

Keywords : Life Skills Development Program / Cartoon Book Media /Life Skills / Grade Five Students

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีระยะพัฒนาการของวัยคือวัยเด็กตอนปลาย มีช่วงอายุ ระหว่าง 10 - 12 ปี เป็นวัยที่กำลังคาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กกับวัยรุ่นตอนต้น (สุชา จันทรธม, 2543) มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตสังคม และสติปัญญา ทำให้เด็กวัยนี้มีความต้องการหรือมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาที่พบได้ตามลักษณะของพัฒนาการตามวัย ซึ่งในเบื้องต้นอาจไม่ถือว่าเป็นปัญหาพฤติกรรมที่รุนแรง แต่หากไม่ได้รับการตอบสนองจากผู้ใหญ่ หรือคนใกล้ชิดอย่างเหมาะสมขณะที่เด็กมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเพียงเล็กน้อย อาจนำไปสู่การเกิดปัญหาพฤติกรรมที่รุนแรงตามมา หรือมีพฤติกรรมเสี่ยงจนกลายเป็นปัญหาสังคมในที่สุด การเกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของเด็กวัยนี้มีปัจจัยที่สำคัญอยู่ 3 ประการคือ ตัวเด็ก และครอบครัว สิ่งแวดล้อมภายในโรงเรียน และสภาพของสังคมภายนอก (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2536) สำหรับปัจจัยด้านตัวเด็กและครอบครัวพบว่ามีอิทธิพลต่อลักษณะ

พฤติกรรมของเด็กมากที่สุด ดังนั้นการที่เด็ก ๆ จะมีการดำเนินชีวิตที่ดีต่อเนื่องไปจนผ่านช่วงวัยรุ่นถึงผู้ใหญ่ จำเป็นต้องมีพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ สังคม และจริยธรรมที่ดี โดยผ่านการอบรมเลี้ยงดู ได้รับความรู้ ทักษะการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม (เบญจพร ปัญญา, 2547)

ทักษะการดำเนินชีวิต หรือทักษะการเรียนรู้ชีวิต มีความหมายที่สอดคล้องกับคำว่า ทักษะชีวิต (Life skills) ซึ่งองค์การอนามัยโลก (World Health Organization; WHO) เป็นผู้บัญญัติศัพท์นี้และให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่าเป็นความสามารถในการปรับตัวของบุคคลต่อความต้องการของตนเอง สิ่งที่ต้องเผชิญในสังคม และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสมในชีวิตประจำวัน (WHO, 1997) ทักษะชีวิตเป็นความสามารถเชิงจิตสังคมอย่างหนึ่ง เริ่มต้นนำมาเผยแพร่ และส่งเสริมการสอนทักษะชีวิตโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้คนรู้จักดูแลตนเองทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ แต่เน้นความสำคัญของบุคคลให้รู้จักการปรับตัวพร้อมการเผชิญในการเปลี่ยนแปลงทาง

สังคม ซึ่งจะส่งผลให้คนมีการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมด้วยตนเองอย่างมีความสุขได้โดยไม่เป็นภาระของสังคม

จากแนวคิดและคำนิยามของทักษะชีวิต อาจกล่าวได้ว่าการมีทักษะชีวิต จึงเปรียบเสมือนการมีภูมิคุ้มกัน ในตนเอง และมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาสุขภาพที่เกี่ยวข้องเนื่องจากพฤติกรรมเสี่ยงของบุคคล ดังนั้นการส่งเสริมความสามารถเชิงจิตสังคมนี้จึงมีส่วนช่วยในการส่งเสริมพฤติกรรมทางบวกของบุคคล ซึ่งช่วยลดและป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตามมาได้ดีเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งองค์การอนามัยโลกกล่าวว่า วิธีการที่ดีและเหมาะสมในการส่งเสริมความสามารถเชิงจิตสังคมสำหรับเด็กวัยเรียน คือการช่วยให้เด็กๆ มีแหล่งประโยชน์ภายในตนเองและจากสังคมที่จะช่วยในการจัดการกับปัญหา ก็คือการสอนและจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กโดยเริ่มต้นภายในโรงเรียนนั่นเอง และการสอนทักษะชีวิตในทางอุดมคติแล้ว ควรมีการส่งเสริมให้ได้รับการสอนทักษะชีวิตตั้งแต่วัยเด็ก ก่อนที่จะได้รับรูปแบบของพฤติกรรมและการมีปฏิสัมพันธ์ในทางลบเกิดขึ้น (WHO, 1997)

แนวคิดการสอนทักษะชีวิตสำหรับเด็กในโรงเรียนขององค์การอนามัยโลกได้เป็นที่ยอมรับอย่างแพร่หลายและได้มีการนำไปประยุกต์ใช้อย่างกว้างขวางในโปรแกรมการส่งเสริมและป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่าง ๆ การพัฒนาทักษะชีวิตแต่เนิ่น ๆ จะส่งผลดีต่อเด็กวัยนี้เป็นอย่างมาก การมีทักษะชีวิตจะช่วยให้เด็กมีความสามารถในการเผชิญกับสิ่งท้าทายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ในขณะที่ต้องเผชิญกับแรงบีบ แรงกดดัน หรือแรงกระแทกจากสภาวะแวดล้อมและวัฒนธรรมต่าง ๆ รอบตัว มีสภาวะสุขภาพจิตที่ดี และสามารถปรับตัวและมีพฤติกรรมไปในทางที่ดี และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้ต่อไป สำหรับในประเทศไทยได้มีองค์กร นักวิชาการ นักการศึกษาที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน โดยมีการจัดการพัฒนาทักษะชีวิตหรือเสริมสร้างทักษะชีวิตในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในสถานศึกษา ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2543) และได้มีการศึกษาพัฒนาถึง

รูปแบบหรือแนวทางในการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพอย่างสูงสุด และมีการนำมาประยุกต์ใช้ได้ผลอย่างกว้างขวางเช่นกัน ทั้งการใช้เป็นโปรแกรม โครงการระยะสั้น กิจกรรมค่าย หรือเป็นการสอนร่วมกับการใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม กิจกรรมกลุ่มหรือเป็นชุดกิจกรรม นอกจากนั้นยังมีการใช้สื่อในการสอนหรือจัดกิจกรรมร่วมด้วย เช่น การใช้แม่แบบ วิดีโอ กรณียศศึกษา สถานการณ์จำลอง ภาพข่าว เป็นต้น

นอกจากนี้การใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมโดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญและใช้สื่อในการสอนก็เป็นสิ่งที่ดี ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพและประสิทธิผลของการสอน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับผู้เรียนวัยเด็ก ก่อให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยเฉพาะสื่อประเภทหนังสือการ์ตูนที่ช่วยส่งเสริมการมีส่วนร่วมของนักเรียนได้เป็นอย่างดี การใช้สื่อในการสอนหรือจัดกิจกรรมที่ดีเหมาะสมจะเป็นตัวกลางที่ช่วยสนับสนุนการเรียนรู้ของเด็ก ทำให้การสอนหรือการจัดกิจกรรมมีประสิทธิภาพมากขึ้น ซึ่งสื่อการสอนที่ดีมีคุณภาพควรช่วยให้เด็กเข้าใจเรื่องที่สอนได้ง่ายขึ้น สร้างความเข้าใจได้ตรงกัน จดจำได้นาน มีความเหมาะสมกับบุคลิกภาพ สร้างความเป็นรูปธรรมในการเรียน ดึงดูดและสร้างความสนใจของเด็ก และช่วยเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ (กิตติคุณ ชลวิถี, 2553) นวัตกรรมการศึกษาประเภทสื่อการสอนเพื่อพัฒนาการเรียนรู้สำหรับเด็กวัยเรียนที่ดีมีคุณภาพประเภทหนึ่งก็คือ สื่อการสอนประเภทหนังสือการ์ตูน ซึ่งหนังสือการ์ตูนได้รับการยอมรับว่าเป็นสื่อที่ใช้เพื่อความบันเทิง และเพื่อการศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมาอย่างยาวนาน เป็นสื่อครองใจเด็กเสมอมา (ถวัลย์ มาศจรัส และ พรพรด เจนสุวรรณ, 2551)

คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล นับเป็นองค์กรการศึกษาแห่งหนึ่งที่ทำให้การสนับสนุนกิจกรรมเพื่อพัฒนาสังคมไทยต่าง ๆ มากมาย และได้มีความตระหนักถึงความสำคัญของเด็กวัยเรียนซึ่งจะเติบโตขึ้นไปเป็นประชากรที่มีคุณภาพของสังคมไทยต่อไปในอนาคต จึงมีโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ทำการจัดกิจกรรมโครงการพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพสำหรับ

นักเรียนระดับประถมศึกษาโดยเน้นการมีส่วนร่วมของครอบครัว เพื่อช่วยให้เด็กวัยเรียนสามารถป้องกันและแก้ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นกับตนทั้งทางด้านสังคมและสุขภาพโดยรวม ซึ่งคณะทำงานโครงการฯ ได้จัดประชุมเชิงปฏิบัติการระดมสมองระหว่างกุมารแพทย์ นักจิตวิทยา นักการศึกษา พยาบาลเด็ก พยาบาลอนามัยโรงเรียน ผู้บริหารโรงเรียน และผู้แทนผู้ปกครองนักเรียน เพื่อกำหนดคุณลักษณะของพฤติกรรมและพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ และได้ผลสรุปทักษะชีวิต ที่จำเป็นสำหรับเด็กวัยเรียนมี 10 ทักษะคือ ความภาคภูมิใจในตนเอง การคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ การตัดสินใจและการแก้ปัญหา การควบคุมอารมณ์ ความซื่อสัตย์ ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความพอเพียง ความรับผิดชอบต่อตนเอง ความรับผิดชอบต่อครอบครัว และความรับผิดชอบต่อสังคม ซึ่งผู้วิจัยมีความสนใจนำผลสรุปทักษะชีวิตที่จำเป็น ซึ่งเกิดจากการดำเนินกิจกรรมดังกล่าวมาใช้ในการดำเนินการดำเนินกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนในครั้งนี้ นอกจากนี้ผู้วิจัยยังไม่พบการศึกษาวิจัยที่ศึกษาถึงผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้สื่อการสอนเป็นหนังสือการ์ตูน ซึ่งสะดวกในการใช้อีกทั้งมีความเหมาะสมกับบางโรงเรียนที่ยังขาดแคลนอุปกรณ์ที่ใช้กับสื่อบางประเภท เช่น โปรเจคเตอร์ จอภาพ เครื่องเล่นวีดีโอ เป็นต้น อีกทั้งผลการศึกษาไม่เพียงแต่ใช้ประโยชน์สำหรับเป็นแนวทางในการดำเนินกิจกรรมการสอนยังคาดว่าจะเป็แนวทางในการเลือกใช้สื่อเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน และยังสามารถนำผลการวิจัยเป็นข้อเสนอแนะสำหรับการสอนทักษะชีวิตอย่างเป็นรูปธรรมในหลักสูตรการศึกษาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาประสิทธิภาพของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้สื่อการสอนเป็นหนังสือการ์ตูน เพื่อพัฒนารูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กไทยต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

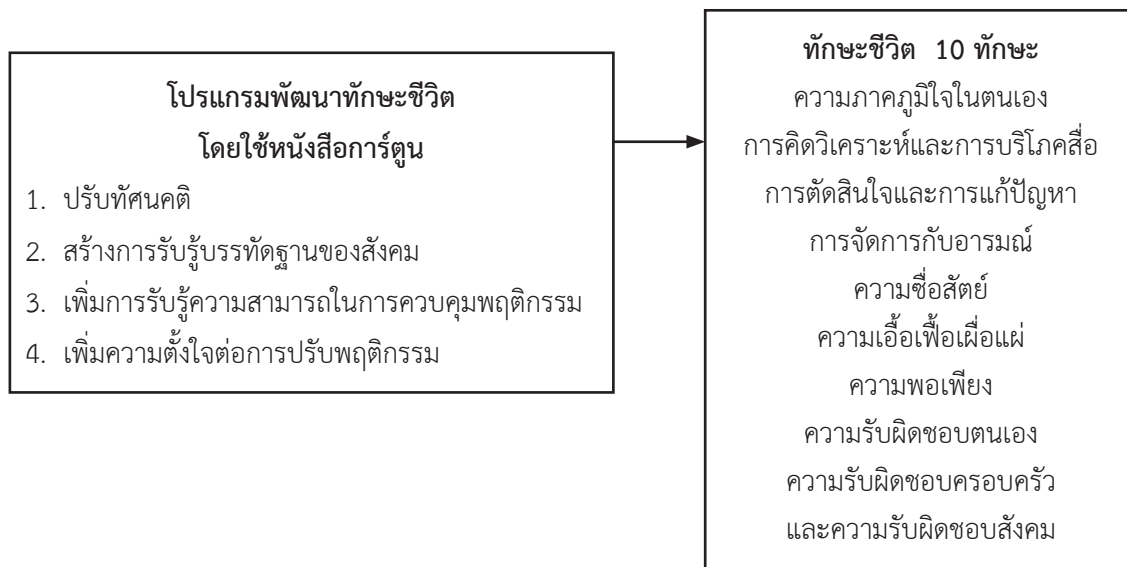
เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

สมมติฐานการวิจัย

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน มีทักษะชีวิตหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลอง
2. หลังการทดลอง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน มีทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ไม่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน

กรอบแนวคิดที่ใช้ในงานวิจัย

การศึกษานี้ ได้ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (Theory of planned behavior) ของเอจเซน (Ajzen, 1991) เป็นกรอบแนวคิดในการศึกษา โดยเอจเซนได้อธิบายถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคล และความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรม ด้วยแนวคิดว่าคุณคนจะแสดงพฤติกรรม ต่อเมื่อบุคคลนั้นมีความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรมนั้นออกมาและรับรู้ว่าคุณคนสามารถควบคุมพฤติกรรมดังกล่าวได้ ซึ่งความตั้งใจของบุคคลเกิดจากปัจจัย 2 ประการคือ ทศนคติของบุคคลต่อพฤติกรรมและการรับรู้บรรทัดฐานของสังคมต่อพฤติกรรมนั้น ดังนั้นบุคคลจะมีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมและมีความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์มากยิ่งขึ้น เมื่อบุคคลประเมินแล้วว่ามีผลดี รับรู้ว่าคุณคนหรือผู้อื่นที่มีความสำคัญต่อตนคิดว่าควรแสดงพฤติกรรมนั้น และรับรู้ว่าคุณคนมีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมดังกล่าวสูง



วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ชนิดรูปแบบสองกลุ่ม ทำการทดสอบก่อน-หลัง การทดลอง (Two groups pre-post test design) ศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ศึกษาในโรงเรียนแห่งหนึ่งในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร ซึ่งไม่เคยเข้าร่วมเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา การได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต สามารถฟัง พูด อ่าน และเขียนภาษาไทยได้ และผู้ปกครองอนุญาต และนักเรียนยินดียอมรับเข้าร่วมในการทำวิจัย กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยอ้างอิงขนาดอิทธิพลจากผลการศึกษาเรื่อง ประสิทธิภาพของโปรแกรมการสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของอมรรัตน์ ขอบธรรมดี (2551) คำนวณขนาดอิทธิพลตามสูตรของ เฮดจ์ และ โอลกิน (Hedges & Olkin 1985) ได้ขนาดอิทธิพลเท่ากับ .94 หมายถึงมีขนาดอิทธิพลขนาดใหญ่ เมื่อนำไปเทียบกับตาราง power สำหรับสถิติ Independent t-test, one-tailed (Cohen, 1988) พบว่าต้องใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวนกลุ่มละ 30 คน ทั้งนี้เพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่าง จึงเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างอีกกลุ่มละ 20% (attrition rate) เป็นจำนวนกลุ่มละ 6 คน รวมเป็นกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 36 คน แต่เนื่องจากในโรงเรียนแห่งนี้มีจำนวนห้องทั้งหมด 4 ห้อง แต่ละห้องมีนักเรียนจำนวน 39-41 คน ผู้วิจัยจึงใช้วิธีการคัดเลือกนักเรียนมาทั้งห้องด้วย

วิธีการสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) ทำการสุ่มแบบไม่แทนที่โดยการจับสลาก เลือกห้องเรียนให้ได้จำนวน 2 ห้องจากจำนวนห้องเรียนทั้งหมด 4 ห้อง หลังจากนั้นได้ทำการสุ่มโดยการนำเลขห้องที่ได้ 2 ห้องมาจับสลากเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 1 ห้อง มีนักเรียนจำนวน 40 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 1 ห้อง มีนักเรียนจำนวน 39 คน ดังนั้นขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้การศึกษาครั้งนี้จึงมีจำนวนทั้งหมด 79 คน และได้มีการคัดกลุ่มตัวอย่างออกจากการศึกษาเนื่องจากตอบแบบสอบถามไม่ครบถ้วน กลุ่มทดลองจำนวน 4 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 8 คน ดังนั้นจึงเหลือกลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 36 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 31 คน รวมกลุ่มตัวอย่างที่ใช้การศึกษาครั้งนี้จึงมีจำนวนทั้งหมด 67 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและคุณภาพของเครื่องมือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย ประกอบด้วย

1.1 โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน เป็นกิจกรรมการเรียนการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยปรับจากโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนของ จีราภรณ์ กรรมบุตร (Kummabutr, 2012) และได้ศึกษาจากตำรา เอกสาร และงานวิจัยเพิ่มเติม นำมาพัฒนาเป็นโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตดำเนินการภายใต้กรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของ เอจเซน (Ajzen, 1991) ซึ่งมีกระบวนการทั้งหมด 4 ขั้นตอนตามลำดับ คือ

ปรับทัศนคติต่อการแสดงพฤติกรรม สร้างการรับรู้ บรรทัดฐานของสังคม เพิ่มการรับรู้ความสามารถในการ ควบคุมพฤติกรรม และเพิ่มความตั้งใจในการปรับพฤติกรรม ร่วมกับการใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมผ่าน กระบวนการกลุ่ม ประกอบด้วย เกมส์ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่มในใบงานที่กำหนด และการแสดงบทบาท สมมติตามสถานการณ์จำลองที่กำหนดให้ และมีการใช้สื่อ ในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มในโปรแกรมด้วยชุดหนังสือ การ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพสำหรับนักเรียน ชั้นประถมศึกษา ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากร ไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัย มหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ซึ่งมีการดำเนิน กิจกรรมทั้งหมด 12 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์

1.2 ชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา สร้างขึ้นโดยคณะ กรรมการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) นำมาใช้เป็นสื่อในการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม ในโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต จำนวน 11 เล่ม (10 ทักษะ) ซึ่งหนังสือการ์ตูน 1 เล่ม ใช้เป็นสื่อในการดำเนินกิจกรรม เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต 1 ทักษะ มีชื่อเรื่องดังนี้ 1) มารูจักชุด หนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพ (บทนำ) 2) หนูภูมิใจในตนเอง (ทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง) 3) มันแย่มากเพราะ...? (ทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และการ บริโภคสื่อ) 4) ทำไมผมต้องเลือก? (ทักษะการตัดสินใจและ การแก้ปัญหา) 5) เอ..! เพื่อนที่ทุกคนต้องถอยหนี (ทักษะ การควบคุมอารมณ์) 6) ของใครนี่? (ทักษะความซื่อสัตย์) 7) มีน้ำใจกันหรือเปล่า (ทักษะความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่) 8) ความพอเพียงที่เพียงพอ (ทักษะความพอเพียง) 9) หน้า ที่ของใคร 1 (ทักษะความรับผิดชอบต่อตนเอง) 10) หน้า ที่ของใคร 2 (ทักษะความรับผิดชอบต่อครอบครัว) 11) หน้า ที่ของใคร 3 (ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม) โดยเนื้อหาใน หนังสือการ์ตูน มีตัวการ์ตูนตัวเอกและเพื่อน ๆ ที่กำลังศึกษา อยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ดำเนินเนื้อเรื่องโดยมีการแสดง ความคิด ลักษณะพฤติกรรมทั้งที่ดีและไม่ดี และการได้รับ ผลที่ตามมาจากการกระทำนั้น ๆ มีการสอดแทรกแง่คิด

และแนวทางการปฏิบัติตนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในแต่ละ ทักษะ นอกจากนั้นในท้ายเล่มของหนังสือการ์ตูนแต่ละเล่ม ยังมีคำถามท้ายบทเกี่ยวกับเนื้อเรื่องในการ์ตูน ซึ่งผู้วิจัยได้ นำมาใช้ในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มในโปรแกรมพัฒนาทักษะ ชีวิต โดยนำไปสร้างเป็นใบงานให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น และอภิปรายภายในกลุ่มย่อย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ประกอบด้วย

2.1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถาม ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนส่วนนี้ ประกอบด้วย ข้อมูลด้าน เพศ อายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ลักษณะการอยู่ร่วมกัน ของบิดา มารดา ระดับการศึกษาของบิดา มารดา ฐานะทาง เศรษฐกิจในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับ สมาชิกในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ลักษณะของ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเป็นแบบให้เติมคำและแบบให้ เลือกตอบ (check list)

2.2 แบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับ ประถมศึกษา ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัย มหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ที่ปรับจาก แบบ วัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ของ ธนพัชร แก้วปฏีมา (2547) ลักษณะของแบบวัดเป็น ข้อคำถามจำนวน 46 ข้อ วัดทักษะชีวิต 10 องค์ประกอบ ข้อคำถามมีลักษณะเป็นสถานการณ์จำลอง เกี่ยวกับ ประสบการณ์ในชีวิตประจำวัน และระหว่างการศึกษาเล่าเรียน ของนักเรียน มีคำถามแบบปรนัยเลือกตอบ 4 ตัวเลือก และมีเกณฑ์การพิจารณาให้คะแนนในแต่ละข้อคำถามซึ่ง แตกต่างกันในแต่ละประเด็น ตามเกณฑ์การประเมิน ดังนี้ ให้ 1 คะแนน หากนักเรียนเลือกแสดงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง เหมาะสม และเป็นการกระทำที่ส่งผลด้านลบทั้งต่อตนเอง และผู้อื่น ให้ 2 คะแนน หากนักเรียนเลือกแสดงพฤติกรรม ที่ไม่ถูกต้องเหมาะสม และเป็นการกระทำที่ไม่เกิดประโยชน์ ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ให้ 3 คะแนน หากผู้เรียนสามารถ เลือกแสดงพฤติกรรมได้ แต่ไม่เหมาะสม และเป็นการกระทำ ที่เกิดประโยชน์เฉพาะตนเองเท่านั้น และให้ 4 คะแนน หากผู้เรียนเลือกแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสม และ

เป็นการกระทำที่เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและส่วนรวม ดังนั้นจะมีคะแนนรวมทักษะชีวิตตั้งแต่ 46-184 คะแนน การแปลผลคะแนนคือคะแนนรวมมากหมายถึงการมีทักษะชีวิตสูง

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

1. โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ผ่านการพิจารณาตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ความเหมาะสมของภาษา ความครอบคลุมของเนื้อหา ความเหมาะสมของการจัดลำดับเนื้อหา กิจกรรมและระยะเวลาในการสอน จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน คือ อาจารย์พยาบาลด้านการพยาบาลเด็ก 1 ท่าน อาจารย์พยาบาลด้านการพยาบาลอนามัยเด็กและชุมชน 1 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญด้านการประถมศึกษา 1 ท่าน นำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไข โดยเพิ่มเติมให้เกิดความเหมาะสมของภาษา ความครอบคลุมในเนื้อหา การสรุปประเด็นแนวทางการอภิปรายเกี่ยวกับผลดี ผลเสียจากการมีหรือไม่มีทักษะชีวิต ปัจจัยอุปสรรคในการพัฒนาตนเองให้เป็นคนมีทักษะชีวิต และนำไปทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มนักเรียนที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง หลังจากนั้นนำมาวิเคราะห์ปัญหาและอุปสรรคที่พบ แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขอีกครั้ง โดยปรับความเหมาะสมของภาษา ลดระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรมขึ้นสร้างการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม และนำไปใช้จริงกับกลุ่มทดลองต่อไป

2. ชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิต จำนวน 11 เล่ม ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ความเหมาะสมของภาพการ์ตูนและภาษาที่ใช้ และได้ผ่านการปรับปรุงเนื้อหาและความเหมาะสมตามที่ได้รับคำแนะนำ โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน

3. แบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ที่ปรับจากแบบวัด

ทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ของ ธนพัชร แก้วปฏินา (2547) ได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน และหาความเที่ยงของเครื่องมือ โดยการนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งมีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยศึกษา จำนวน 30 คน คำนวณได้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ แอลฟาครอนบาค ของแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา เท่ากับ 0.87 และในการศึกษาครั้งนี้กับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 67 คน คำนวณได้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาครอนบาค ของแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา เท่ากับ 0.82

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ขออนุญาตเก็บข้อมูลในการทำวิจัยในมนุษย์ จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล และเตรียมผู้ช่วยวิจัย จำนวน 2 คน เพื่อเป็นผู้ช่วยในการดำเนินกิจกรรมและเป็นพี่เลี้ยงดูแลการทำกิจกรรมของนักเรียน หลังจากได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ฯ ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัยถึงผู้อำนวยการโรงเรียนของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขอความอนุเคราะห์ในการดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล จากนั้นผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าพบและแนะนำตัวต่อผู้อำนวยการโรงเรียนและครูที่เกี่ยวข้อง และดำเนินการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างและการเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งก่อนการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล กลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครองได้รับการชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ และขั้นตอนการเก็บข้อมูล พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการทำวิจัย โดยชี้แจงว่ากลุ่มตัวอย่างสามารถถอนตัวออกจากการวิจัยได้ตลอดเวลาที่ต้องการ โดยไม่ก่อให้เกิดผลเสียหายหรือผลกระทบใด ๆ ต่อกลุ่มตัวอย่าง และข้อมูลที่ได้จะถูกเก็บเป็นความลับ การนำเสนอข้อมูลจะถูกนำเสนอในภาพรวม และจะเปิดเผยเฉพาะในรูปที่สรุปผลการวิจัย ดังแสดงในแผนผังที่ 1



ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนี้

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิตก่อนได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองโดยใช้สถิติ Independent t-test

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิต ระหว่างก่อนและหลังได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต โดยใช้หนังสือการ์ตูน ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยใช้สถิติ Paired t-test

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิงร้อยละ 52.8 ในกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่เป็นเพศชายร้อยละ 51.6 กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มมีอายุระหว่าง 10-11 ปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของกลุ่มตัวอย่างพบว่าในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ระหว่าง 3.50 - 4.00 คิดเป็นร้อยละ 52.8 และในกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ระหว่าง 3.0 - 3.49 คิดเป็นร้อยละ 48.4 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีบิดาและมารดาอาศัยอยู่ร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 86.1 และ 77.4 ตามลำดับ ในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีบิดา มารดาเป็นผู้อบรม ดูแลมากที่สุดขณะอยู่ที่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 50 แต่ในกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีมารดาเป็นผู้อบรมดูแลมากที่สุดขณะอยู่ที่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 41.9 กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มโดยส่วนใหญ่มีบิดา มารดา จบการศึกษาระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า-ปริญญาตรี ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 55.6 และ 66.7 ตามลำดับ ในกลุ่มควบคุมคิดเป็นร้อยละ 51.6 และ 54.8 ตามลำดับ ในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีรายได้ในครอบครัวอยู่ระหว่าง 20,001-40,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 58.3 และในกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีรายได้ในครอบครัวน้อยกว่า 20,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 32.3 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีสัมพันธภาพในครอบครัวแบบ

รักใคร่ช่วยเหลือกันดี ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 55.6 และในกลุ่มควบคุมคิดเป็นร้อยละ 51.6 มีสัมพันธภาพกับครูส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 94.4 และในกลุ่มควบคุมคิดเป็นร้อยละ 96.8 และมีสัมพันธภาพกับเพื่อน ๆ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีเช่นกัน ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 94.4 และในกลุ่มควบคุมคิดเป็นร้อยละ 96.8 และเมื่อทดสอบความแตกต่างของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยสถิติ chi-square และ independent t-test พบว่า ทั้งสองกลุ่มมี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สถานภาพการอยู่ร่วมกันของบิดา-มารดา ผู้อบรม-ดูแลขณะอยู่ที่บ้านมากที่สุด ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา รายได้ในครอบครัว สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับครู และสัมพันธภาพกับเพื่อน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$) ยกเว้น ค่าเฉลี่ยอายุ พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$)

เมื่อทำการวัดทักษะชีวิตหลังการทดลองครบตามที่กำหนดไว้ พบว่า นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน มีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p < .05$ (ตารางที่ 1) และมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p < .05$ (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตระหว่างก่อนทดลองและหลังทดลอง ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Paired t-test

กลุ่ม	n	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t	p-value
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
กลุ่มทดลอง	36	156.67	15.33	165.14	7.82	4.6	0.000
กลุ่มควบคุม	31	157.25	14.70	158.26	14.87	0.69	0.495

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Independent-test

กลุ่ม	n	คะแนนทักษะชีวิต		t	p-value
		Mean	S.D.		
ก่อนการทดลอง					
กลุ่มทดลอง	36	156.67	15.33	0.2	0.846
กลุ่มควบคุม	31	157.39	14.70		
หลังการทดลอง					
กลุ่มทดลอง	36	165.14	7.92	2.32	0.025
กลุ่มควบคุม	31	158.26	14.87		

การอภิปรายผล

เมื่อสิ้นสุดศึกษาพบว่า หลังได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) (ตารางที่ 1 และ 2) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ทั้งสองข้อ สามารถอธิบายได้ว่าการพัฒนาทักษะชีวิตตามโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ทำให้นักเรียนมีการพัฒนาทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นและดีกว่าไม่ได้รับโปรแกรม ทั้งนี้เนื่องจากโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน มีขั้นตอนดำเนินการที่ส่งเสริมให้นักเรียนเชื่อว่าการมีพฤติกรรมที่ดี ถูกต้องเหมาะสมจะเกิดผลดีกับนักเรียนตามมา หรือหากนักเรียนมีพฤติกรรมที่ไม่ดี ไม่ถูกต้อง ก็จะเกิดผลเสียกับนักเรียน ทำให้นักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการแสดงพฤติกรรมไปในทางที่ดี ถูกต้องเหมาะสม และทำให้นักเรียนเชื่อว่าสังคมหรือบุคคลที่มีความสำคัญต่อนักเรียน เช่น พ่อแม่ คุณครู เพื่อนสนิท มีความคาดหวังหรือคิดว่านักเรียนควรมีการแสดงพฤติกรรมที่ดี ถูกต้องเหมาะสมออกมา หรือพฤติกรรมใดไม่ควรแสดงออกมา นอกจากนั้นยังหาแนวทางแก้ไขและจัดอุปสรรคร่วมกันต่อการพัฒนาตนเองให้มีทักษะต่าง ๆ ส่งเสริมและหาแนวทางร่วมกันในการให้นักเรียนพัฒนาตนเองให้เป็นคนมีทักษะนั้น ๆ ทำให้นักเรียนเชื่อและรับรู้ว่าคุณสมบัติความสามารถในการควบคุมการแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมได้ และพัฒนาให้นักเรียนมีความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมออกมา โดยการให้

รางวัล คำชมเชยและให้มีคำมั่นสัญญาร่วมกันระหว่างกลุ่มเพื่อนว่าจะพัฒนาตนเองให้มีการแสดงพฤติกรรมในทางที่ดี หรือมีทักษะนั้น ๆ ส่งผลให้นักเรียนมีความพยายามและความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมนั้นมากยิ่งขึ้น รวมถึงก็จะทำให้เกิดการยั้งคิดต่อการแสดงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องเหมาะสมออกมาด้วย ซึ่งผลการศึกษารั้งนี้สนับสนุนแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน (Ajzen, 1991) ที่อธิบายถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจและการแสดงพฤติกรรมของบุคคล ด้วยแนวคิดว่าคุณคนจะแสดงพฤติกรรมต่อเมื่อบุคคลนั้นมีความตั้งใจที่จะแสดงหรือปฏิบัติ และรับรู้ว่าคุณคนสามารถควบคุมพฤติกรรมนั้นได้ ซึ่งความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรม เกิดจากทัศนคติของบุคคลต่อพฤติกรรมนั้น และการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม ดังนั้นบุคคลจะมีความตั้งใจแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์มากยิ่งขึ้น หรือมีพฤติกรรมป้องกันและลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เมื่อบุคคลประเมินแล้วว่าผลดีหรือไม่ดี รับรู้ว่าสังคมหรือผู้อื่นที่มีความสำคัญต่อตนเองคิดว่าควรแสดงพฤติกรรมนั้นหรือไม่ และรับรู้ว่าคุณคนมีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมดังกล่าวสูง

นอกจากนี้ในแต่ละขั้นตอนดำเนินการของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต ผู้วิจัยใช้กระบวนการเรียนรู้ทักษะชีวิตโดยเน้นการมีส่วนร่วมของนักเรียนผ่านกระบวนการกลุ่ม ร่วมกับการใช้สื่อเป็นหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิต ซึ่งกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2544) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตโดย

เน้นการมีส่วนร่วมของนักเรียน เน้นการฝึกทักษะและ การสร้างเจตคติจากประสบการณ์ของผู้เรียน เป็นการเรียนรู้ที่ผู้เรียนต้องเป็นผู้ปฏิบัติ ก่อให้เกิดความสนใจจากผู้เรียนอย่างมาก และทำให้นักเรียนมีความเข้าใจในสิ่งที่ได้เรียนรู้ดียิ่งขึ้น

การให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมโดยการระดมสมองทำให้นักเรียนแต่ละคนมีโอกาสได้แสดงออก แสดงความคิดเห็นและความรู้สึก ได้ใช้ทักษะการสื่อสาร การเล่นเกมได้ฝึกการจัดการกับอารมณ์และความเครียดของตนเอง การแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลองทำให้นักเรียนเหมือนได้ฝึกการมีทักษะ ทำให้มีความเข้าใจและเกิดการเรียนรู้ที่ลึกซึ้งขึ้น และเกิดความมั่นใจที่จะนำไปปฏิบัติเมื่อได้เจอเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกัน ผลสรุปจากการเล่นเกม การแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลอง และความคิดเห็นจากการระดมสมอง ทำให้รู้ถึงผลเสียของการมีหรือไม่มีทักษะต่าง ๆ ตามบทสรุปในแต่ละกิจกรรม ทำให้เกิดการคิดเปรียบเทียบและเกิดการสะท้อนคิดตามมา การอภิปรายกลุ่มทำให้ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และได้ รับฟังความคิดเห็นของเพื่อน ทำให้เห็นอกเห็นใจผู้อื่นและเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดี ได้รับรู้บรรทัดฐานของสังคม บุคคลใกล้ชิด หรือกลุ่มเพื่อนต่อตัวนักเรียน ผลสรุปจากการอภิปรายกลุ่มและร่วมกิจกรรมข้างต้น ทำให้นักเรียนเข้าใจแนวทางในการพัฒนาตนเองให้มีทักษะชีวิตต่าง ๆ รับผิดชอบต่อปัญหาต่อการพัฒนาตนเองได้และทุกกิจกรรมทำให้นักเรียนต้องมีความรับผิดชอบต่องาน และได้เป็นส่วนหนึ่งในความสำเร็จของงานในกลุ่ม เห็นคุณค่าตนเอง และเกิดความภาคภูมิใจ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ นพวรรณ เสนา (2551) ที่พบว่าการพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมทำให้นักเรียนมีทักษะชีวิตสูงขึ้นได้ และนักเรียนให้ความสนใจ รู้สึกสนุกสนานกับการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่าง ๆ สามารถนำความรู้เกี่ยวกับทักษะชีวิตไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

นอกจากนี้การใช้สื่อการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับวัยและการเรียนรู้ของผู้เรียน ได้แก่วีดิโอการ์ตูนนั้นพบว่า หนังสือการ์ตูนมีเนื้อเรื่องและภาพประกอบเป็นรูปธรรมที่ชัดเจนขึ้น ช่วยสร้างความสนใจของนักเรียนทำให้

มีความตั้งใจและสามารถรับรู้และจดจำเนื้อหาได้ดีขึ้น และช่วยปรับเปลี่ยนการแสดงพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ กรุณา ศรีแสน (2546) ที่พบว่า การสอนโดยใช้หนังสือการ์ตูนตัวแบบสามารถพัฒนาพฤติกรรมจริยธรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ได้ จากเหตุผลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าการนำโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนมาใช้กับเด็กวัยเรียนทำให้นักเรียนมีการพัฒนาทักษะชีวิตเพิ่มมากขึ้น

ผลการศึกษาค้นคว้าสนับสนุนแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ที่ว่า การจัดกิจกรรมการสอนทักษะชีวิตให้กับเด็กในวัยเรียนสามารถช่วยพัฒนาทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นได้ ซึ่งเปรียบเสมือนการทำให้เด็กมีภูมิคุ้มกันต้านทานต่อปัญหาทางสุขภาพและพฤติกรรมที่เป็นปัญหามาด้วย สอดคล้องกับการศึกษาของ ประณยา ปันปิน (2551) ที่พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ได้รับโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิต มีทักษะชีวิตและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการป้องกันการเสพติดเพิ่มขึ้น วาสิณี ชุ่มกิ่ง (2549) ที่ศึกษาพบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตมีทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยเพิ่มขึ้น อรุชชา สัจจาพงศ์ (2553) ที่ศึกษาพบว่านักเรียนที่ได้กิจกรรมการสอนทักษะชีวิตมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าสูงขึ้น กาญจนา ปัญญาเพชร (Punyapet, 2005) ที่ศึกษาพบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตมีทักษะชีวิตต่อการเลือกคบเพื่อนต่างเพศที่เหมาะสมไปในทางที่ดีขึ้น และการศึกษาของ อมรรัตน์ ขอบธรรมดี (2551) ที่พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่ได้รับโปรแกรมการสร้างทักษะชีวิตมีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นและมีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลง

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น จึงสามารถสรุปได้ว่า โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต ตามกรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน (Ajzen, 1991) ที่ประกอบด้วยกิจกรรมที่จูงใจ สนุกสนานและเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง คือ มีการแบ่งกลุ่มย่อยและการอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง เล่นเกม และการแสดงบทบาทสมมติซึ่งเปรียบ

เหมือนการได้ฝึกทักษะในสถานการณ์สมมติ เพื่อให้เกิดความมั่นใจและตั้งในเป็นแนวทางการนำไปปฏิบัติ หรือมีพฤติกรรมในทางบวก ร่วมกับการใช้หนังสือการ์ตูนที่มีสีสันสดใส มีตัวแบบและเนื้อเรื่องที่เน้นและส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมทางบวกยิ่งขึ้นหรือลดพฤติกรรมทางลบ ทำให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนมีทักษะชีวิตสูงขึ้นและสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ตรงตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

อย่างไรก็ตาม ในการศึกษาครั้งนี้ไม่สามารถควบคุมตัวแปรภายนอก เช่น การติดต่อสื่อสารภายในกลุ่มตัวอย่างและครอบครัว การได้รับคำแนะนำจากบุคคลหรือการได้รับข่าวสารภายนอก เช่น เพื่อน คุณครู การดูโทรทัศน์ ข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต วิทย์ หรือสื่อประชาสัมพันธ์อื่น ๆ ซึ่งอาจส่งผลต่อผลการวิจัยได้ และการดำเนินกิจกรรมโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตมีระยะเวลาดำเนินการ และติดตามผลเพียงช่วงระยะเวลาหนึ่ง ควรมีการศึกษาติดตามผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตในระยะยาวอย่างต่อเนื่อง และควรมีการสอดแทรกโปรแกรมดังกล่าวเข้าเป็นส่วนหนึ่งของการจัดการเรียนการสอนเพื่อมุ่งเน้นให้นักเรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการมีทักษะชีวิตและเกิดการพัฒนาทักษะชีวิตได้อย่างต่อเนื่องต่อไป

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ด้านบริหารและการปฏิบัติการพยาบาล

1. จากผลการศึกษา ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน พบว่าหลังเข้าร่วมโปรแกรมนักเรียนมีการพัฒนาทักษะชีวิตเพิ่มขึ้น ดังนั้นควรนำโปรแกรมนี้นี้ไปใช้ในโรงเรียน และควรมีนโยบายให้มีโครงการจัดอบรมเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องได้แก่ พยาบาลอนามัยโรงเรียน ให้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการนำโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนไปใช้

2. จัดทำโครงการกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตในด้านต่าง ๆ ร่วมกับให้ความรู้ ครู พ่อแม่ ในเรื่องทักษะการอบรมเลี้ยงดูเด็ก การพัฒนาเด็ก การค้นหาเด็กกลุ่มเสี่ยงร่วมกัน และให้พ่อแม่ หรือผู้ปกครองมีส่วนร่วมในกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อให้เกิดความเข้าใจในการดูแลเด็กวัยเรียนและช่วยส่งเสริมการพัฒนาทักษะชีวิตได้อย่างเหมาะสมต่อเนื่อง และสร้างกลุ่มเครือข่ายพ่อแม่ เพื่อการแลกเปลี่ยนข่าวสาร ให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลกันภายในกลุ่มให้เกิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน

ด้านการศึกษา

ควรมีการพิจารณาสอดแทรกโปรแกรมนี้นี้เข้าเป็นส่วนหนึ่งของการจัดการเรียนการสอนในหลักสูตรการศึกษา เพื่อมุ่งเน้นให้ครู นักเรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการมีทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน และให้เกิดการพัฒนาทักษะชีวิตได้อย่างต่อเนื่อง

ด้านการวิจัยทางการพยาบาล

1. ควรมีการศึกษาขยายผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนไปใช้ในนักเรียนระดับชั้นอื่น ๆ และมีการติดตามประเมินผลการเปลี่ยนแปลงในระยะยาวเพื่อพิจารณาการจัดโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตให้กับนักเรียนเป็นระยะ ๆ อย่างต่อเนื่อง

2. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนในกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ เช่น เด็กและเยาวชนนอกระบบการศึกษา

3. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย เปรียบเทียบระหว่างการใช้หนังสือการ์ตูนและภาพยนตร์การ์ตูน animation ต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษา

เอกสารอ้างอิง

- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2543). *แนวการจัดกระบวนการเรียนรู้ทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน*. กรุงเทพฯ : ครูสภาลาดพร้าว.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2544). *คู่มือดูแลสุขภาพจิตเด็กวัยเรียน*. กรุงเทพฯ : ศรีอนันต์การพิมพ์.
- กรุณา ศรีแสน. (2546). *ผลของการใช้หนังสือการ์ตูนตัวแบบต่อการพัฒนาพฤติกรรมจริยธรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น*.
- กิตติคุณ ชลวิถี. (2553). *บทบาทและประเภของสื่อการสอน. ใน การอบรมเชิงปฏิบัติการ โครงการพัฒนาศักยภาพอาจารย์และนักศึกษพยาบาลในการผลิตสื่อสุขภาพ (น.1-7). กรุงเทพฯ : ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล*.
- ถวัลย์ มาตจรัส และพรพรด เจนสุวรรณ. (2551). *นวัตกรรมการศึกษา ชุด การ์ตูนเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ “การ์ตูนเสริมการอ่าน”*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ธารอักษร.
- ธนพัชร แก้วปฏีมา. (2547). *การพัฒนาแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิจัยและประเมินผลการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*.
- นพารณ สนา. (2551). *ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตด้วยกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อทักษะชีวิตในด้านการป้องกันความรุนแรงด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดสมุทรสาคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาเอกอนามัยครอบครัว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล*.
- เบญจพร ปัญญา. (2547). *พัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม-จริยธรรมในเด็กอายุ 10-18 ปี. ใน ศิริกุล อิศรานุรักษ์, พัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ-สังคม-จริยธรรมของเด็กไทย (หน้า 59-79). กรุงเทพฯ : เอกสารหาใหญ่*.
- รจนา ภูไพบูลย์, อรุณศรี เตชสังข์, สมร อริยานุชิตกุล, ชื่นฤดี คงศักดิ์ตระกูล, เพชรรัตน์ เกิดดอนแฝก, จำปี ประสิทธิ์ชัย, และคณะ. (2553). *การประชุมเชิงปฏิบัติการ “การพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพนักเรียนประถมศึกษาและการมีส่วนร่วมของครอบครัว (ครั้งที่ 2)” ภายใต้โครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย. คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล*.
- วาสนี ชุ่มกิ่ง. (2549). *ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการแนะแนวและให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น*.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2536). *พัฒนาการเด็กและการเลี้ยงดู. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช*.
- สุชา จันทรเฒ. (2543). *จิตวิทยาเด็ก. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช*.
- อมรรัตน์ ขอบธรรมดี. (2551). *ประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติครอบครัว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*.
- อุรัชชา สัจจาพงศ์. (2553). *การใช้กิจกรรมทักษะชีวิตในการส่งเสริมพฤติกรรมบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษา เขตเทศบาล จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*.

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Social Human Decision Processes*, 50, 179-211.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. 2nd ed. Hillsdaler, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Hedges, L. V., & Olkin, I. (1985). *Statistical methods for meta-analysis*. Orlando, FL: Academic press.
- Kummabutr, J. (2012). The effect of the parent training program along with the life skills training program on the life skills of the fifth graders. A thesis submitted for the degree of Doctor of Philosophy (Nursing), Faculty of Graduate Studies, Mahidol University.
- Punyapet, K. (2005). *Effectiveness of the life skills development program on heterosexual relationship among Prathomsuksa 5 students in Bangkok metropolis*. A thesis submitted for the degree of Master of Science (Public Health) Major in Public Health Nursing, Faculty of Graduate Studies, Mahidol University.
- World Health Organization (WHO). (1997). *Life skills education for children and adolescents in school programme on mental health*. Geneva.