

ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน
ต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลเด็ก)
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล
พ.ศ. 2555

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหิดล

Copyright by Mahidol University

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

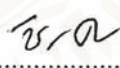
ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน
ต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5



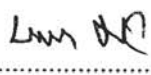
ร้อยเอกหญิง พิชญากร ศรีปะโค
ผู้วิจัย



ศาสตราจารย์ รุจา ภูไพบูลย์, D.N.S.
(Family Health Care Nursing)
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชื่นฤดี คงศักดิ์ตระกูล,
Ph.D. (Nursing)
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม



ศาสตราจารย์บรรจง มไหสวริยะ,
พ.บ., ว.ว. ออร์โทปิดิกส์
คณบดี
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล



รองศาสตราจารย์ อรสา พันธักดิ์,
พย.ด.
ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร
พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
มหาวิทยาลัยมหิดล

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน
ต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ได้รับการพิจารณาให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

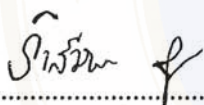
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลเด็ก)

วันที่ 22 ตุลาคม พ.ศ. 2555



ร้อยเอกหญิง พิชญากร ศรีปะโค

ผู้วิจัย



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ รังสิมันต์ สุนทรไชยา,

Ph.D. (Nursing)

กรรมการสอบวิทยานิพนธ์



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พชรินทร์ นินทจันทร์,

Ph.D. (Nursing)

ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชื่นฤดี คงศักดิ์ตระกูล,

Ph.D. (Nursing)

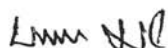
กรรมการสอบวิทยานิพนธ์



ศาสตราจารย์ รุจา กุ์ไพบูลย์,

D.N.S. (Family Health Care Nursing)

กรรมการสอบวิทยานิพนธ์



ศาสตราจารย์บรรจง มไหสวริยะ,

พ.บ., ว.ว. ออร์โทปิดิกส์

คณบดี

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล



ศาสตราจารย์วินิต พัวประดิษฐ์,

พ.บ.

คณบดี

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

มหาวิทยาลัยมหิดล

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ด้วยความกรุณาจาก ศาสตราจารย์ ดร.รุจา ภูไพบูลย์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชันทัดิ คงศักดิ์ตระกูล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ซึ่งได้ให้คำปรึกษา ข้อเสนอแนะ และตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความรัก เมตตา เอาใจใส่ และให้กำลังใจต่อศิษย์เป็นอย่างดีเสมอมา ทั้งยังได้รับความกรุณาจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พัชรินทร์ นินทจันทร์ ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รังสิมันต์ สุนทรไชยา กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่ได้อุทิศเวลาช่วยตรวจสอบ แก้ไข และให้ข้อเสนอแนะที่มีประโยชน์ในการปรับปรุงแก้ไขวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณในความกรุณาของท่านเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์อรุณศรี เดชะหงส์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. จีราภรณ์ กรรมบุตร และอาจารย์กมลทิพย์ เฟ่งผล ที่ได้กรุณาอุทิศเวลาช่วยตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือในการวิจัย ตลอดจนให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์ในการพัฒนาเครื่องมือในการวิจัย และขอขอบคุณคณะทำงาน โครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ที่อนุญาตให้ใช้เครื่องมือ แบบวัดทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา และชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ตลอดจนให้คำแนะนำในการใช้เครื่องมือและให้การสนับสนุนชุดหนังสือการ์ตูนฯ แก่ผู้วิจัย

ขอขอบคุณผู้อำนวยการ และคณะครู โรงเรียนอนุบาลสามเสน (สำนักงานสลากกินแบ่งรัฐบาลอุปถัมภ์) ที่อนุญาตให้ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลและดำเนินการวิจัยในโรงเรียน และอำนวยความสะดวกต่างๆ ให้ความช่วยเหลือตลอดระยะเวลาที่เก็บรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัยเป็นอย่างดี ตลอดจนคณาจารย์ในวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกทุกท่านที่ให้ความสนใจและให้ความช่วยเหลือผู้วิจัยในทุกด้านตลอดมา ที่สำคัญขอขอบคุณผู้ปกครองและนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอนุบาลสามเสนฯ สำหรับความร่วมมือในการศึกษาครั้งนี้

สุดท้ายนี้ขอกราบขอบพระคุณสมาชิกทุกคนในครอบครัว “ศรีปะโค” ที่ให้ความรักและ เป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยด้วยดีเสมอมา ขอขอบคุณพี่จิราภรณ์ กรรมบุตร พี่สาวที่น่ารัก เพื่อนนักศึกษาปริญญาโทสาขาการพยาบาลเด็ก รหัส 52 ทุกคน ตลอดจนกัลยาณมิตรทุกท่าน สำหรับกำลังใจและความสนับสนุนช่วยเหลือทุกอย่างจนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี คุณประโยชน์อันพึงมี พึงได้จากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ผู้วิจัยขอบแต่บุพการี คณาจารย์ และผู้ที่เกี่ยวข้องไว้ ณ ที่นี้

พิชญากร ศรีปะโค

ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

THE EFFECTS OF THE LIFE SKILLS DEVELOPMENT PROGRAM USING CARTOON BOOKS MEDIA
ON LIFE SKILLS AMONG GRADE FIVE STUDENTS

ร้อยเอกหญิงพิชญากร ศรีปะโค 5236437 RAPN/M

พย.ม. (การพยาบาลเด็ก)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : รุจา ภูไพบูลย์, D.N.S. (FAMILY HEALTH CARE NURSING),
ชั้นฤดี คงศักดิ์ตระกูล, Ph.D. (NURSING)

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองชนิดรูปแบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 อายุ 10-11 ปี จากโรงเรียนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ทำการสุ่มแบบไม่แทนที่โดยการจับสลากเพื่อคัดเลือกนักเรียนทั้งห้องเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ได้กลุ่มทดลอง 36 คน และกลุ่มควบคุม 31 คน กลุ่มควบคุมได้รับการสอนสุขภาพทั่วไปและการเรียนการสอนตามปกติ ส่วนกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ประกอบด้วยกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิต 10 ทักษะ ได้แก่ 1) ความภาคภูมิใจในตนเอง 2) การคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ 3) การตัดสินใจและการแก้ปัญหา 4) การควบคุมอารมณ์ 5) ความซื่อสัตย์ 6) ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ 7) ความพอเพียง 8) ความรับผิดชอบต่อตนเอง 9) ความรับผิดชอบต่อครอบครัว และ 10) ความรับผิดชอบต่อสังคม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา ชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาจำนวนสิบเอ็ดเรื่อง และโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติบรรยาย สถิติไคสแควร์ (Chi-square test) และสถิติที (t-test) ผลการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตของกลุ่มทดลองภายหลังได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) และค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตของกลุ่มทดลองภายหลังได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งได้รับการสอนสุขภาพทั่วไปและการเรียนการสอนตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ช่วยให้เด็กวัยเรียนมีทักษะชีวิตดีขึ้น ดังนั้นควรมีการเผยแพร่และส่งเสริมให้มีการนำโปรแกรมนี้ไปใช้เป็นส่วนหนึ่งของการจัดการเรียนการสอนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายในโรงเรียน เพื่อพัฒนาให้เด็กไทยเป็นผู้ที่มีความพร้อมต่อการเผชิญกับปัญหาได้ในอนาคต

คำสำคัญ: โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต / หนังสือการ์ตูน / ทักษะชีวิต/ นักเรียนชั้นประถมศึกษา

THE EFFECTS OF THE LIFE SKILLS DEVELOPMENT PROGRAM USING CARTOON BOOKS MEDIA ON LIFE SKILLS AMONG GRADE FIVE STUDENTS

CAPTAIN PICHAYAKORN SRIPAKHO 5236437 RAPN/M

M.N.S. (PEDIATRIC NURSING)

THESIS ADVISORY COMMITTEE: RUTJA PHUPHAIBUL, D.N.S. (FAMILY HEALTH NURSING),
CHUANRUEDEE KONGSAKTRAKUL, Ph.D. (NURSING)

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, which composed of activities promoting ten life skills necessary as follows: 1) self-esteem 2) critical thinking 3) decision making and problem solving 4) emotion management 5) honesty 6) generousness 7) sufficiency 8) self- responsibility 9) familial responsibility and 10) social responsibility. The control group received general health education and the usual instruction. Research instruments included a demographic data questionnaire, the life skills scale questionnaire for elementary school 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 .001 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. Therefore, the life skills development program should be published and promoted as part of the usual instruction for elementary school students to help develop Thai children to be ready for dealing with problems in the future.

KEY WORDS: LIFE SKILLS DEVELOPMENT PROGRAM / CARTOON BOOK MEDIA /
LIFE SKILLS / ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

138 pages

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญรูปภาพ	ณ
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 คำถามวิจัย	7
1.3 วัตถุประสงค์	7
1.4 สมมติฐานการวิจัย	7
1.5 กรอบแนวคิดของการวิจัย	8
1.6 นิยามศัพท์	10
1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	12
บทที่ 2 ทบทวนวรรณกรรม	
2.1 วัยเด็กตอนปลาย	13
2.2 แนวคิดทักษะชีวิต	22
2.3 การเรียนรู้ทักษะชีวิตตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน	32
2.4 การประยุกต์ใช้การ์ตูนเป็นสื่อการสอนพัฒนาทักษะชีวิต	39
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	
3.1 รูปแบบการวิจัย	44
3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	44
3.3 สถานที่ดำเนินการศึกษา	45
3.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	45
3.5 การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	49

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
3.6 การเตรียมผู้ช่วยวิจัย	50
3.7 การพิทักษ์สิทธิ์ผู้เข้าร่วมวิจัย	50
3.8 การดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล	50
3.9 การวิเคราะห์ข้อมูล	54
บทที่ 4 ผลการวิจัย	55
บทที่ 5 การอภิปรายผล	61
บทที่ 6 สรุปผลการวิจัย	67
บทสรุปแบบสมบูรณภาษาไทย	73
บทสรุปแบบสมบูรณภาษาอังกฤษ	93
บรรณานุกรม	116
ภาคผนวก	123
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย	124
ภาคผนวก ข แผนดำเนิน โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต โดยใช้หนังสือการ์ตูน	125
ภาคผนวก ค ตัวอย่างชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิต	134
ภาคผนวก ง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	136
ภาคผนวก จ ผลการทดสอบการแจกแจงของตัวแปรทักษะชีวิต	137
ประวัติผู้วิจัย	138

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
3.1	ตัวอย่างเกณฑ์การประเมินการให้คะแนน	48
4.1	แสดงข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างแยกตามกลุ่มทดลองกลุ่มและควบคุม และเปรียบเทียบข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติ Chi-Square	58
4.2	แสดงข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างแยกตามกลุ่มทดลองกลุ่มและควบคุม และเปรียบเทียบข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติ Independent t-test	58
4.3	ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตระหว่างก่อนทดลองและหลัง ทดลอง ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติ Paired t-test	60
4.4	ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตก่อนการทดลองและหลังการ ทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติ Independent-test	60

สารบัญรูปภาพ

ภาพ	หน้า
1.1 กรอบแนวคิดในการวิจัย	10
2.1 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหา	27
2.2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมดีในทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน	34
3.1 ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล	53

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญ

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีระยะพัฒนาการของวัยคือวัยเด็กตอนปลาย มีช่วงอายุระหว่าง 10-12 ปี เป็นวัยที่กำลังคาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กกับวัยรุ่น (สุชา จันทร์เอม, 2543) มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตสังคม และสติปัญญา ทำให้เด็กวัยนี้มีความต้องการหรือมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาที่พบได้ตามลักษณะของพัฒนาการตามวัย เช่น การพูดสร้างเรื่องที่ไม่เป็นเรื่องจริง พูดคำหยาบหรือคำแสดง การหยิ่งของผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต การไม่เชื่อฟัง วิตกกังวล หรือกลัวโรงเรียน มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมกับวุฒิภาวะ มีความอยากรู้อยากเห็นเกี่ยวกับเรื่องเพศ ซึ่งในเบื้องต้นอาจไม่ถือว่าเป็นปัญหาพฤติกรรมที่รุนแรง แต่หากไม่ได้รับการตอบสนองจากผู้ใหญ่ หรือคนใกล้ชิดอย่างเหมาะสมขณะที่เด็กมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเพียงเล็กน้อย อาจนำไปสู่การเกิดปัญหาพฤติกรรมที่รุนแรงตามมาหรือมีพฤติกรรมเสี่ยงจนกลายเป็นปัญหาสังคมในที่สุด เช่น เป็นเด็กพูดโกหก ลักขโมย มีพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการแสดงออกหรือมีพฤติกรรมเกรงจนถึงมีการทะเลาะวิวาท หนีโรงเรียน ดัดสารเสพติด มีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร เป็นต้น (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2544; นิตยา ไทยารมย์, 2555; สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2536)

มีการศึกษาความชุกของปัญหาด้านอารมณ์และพฤติกรรมของเด็กในกรุงเทพมหานคร อายุ 6-12 ปี จำนวน 1,371 คน โดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2549) พบว่า เด็กมีปัญหา ด้านอารมณ์และพฤติกรรมในระดับผิดปกติถึงร้อยละ 15.6 ซึ่งรูปแบบของปัญหาพฤติกรรมของเด็กชายที่พบมากที่สุดตามลำดับ คือ พฤติกรรมเด็กกว่าวัยร้อยละ 29.7 ซึมเศร้าร้อยละ 25.9 พฤติกรรมอยู่ไม่สุข/หุนหัน/ปัญหาสังคมร้อยละ 24.8 พฤติกรรมก้าวร้าวร้อยละ 24.3 วิตกกังวลร้อยละ 23.6 เกรง/ทำผิดกฎระเบียบร้อยละ 22.7 และปัญหาทางเพศร้อยละ 10.1 รูปแบบของปัญหา พฤติกรรมของเด็กหญิงที่พบมากที่สุดตามลำดับคือ พฤติกรรมอยู่ไม่สุข/หุนหัน/ปัญหาสังคมร้อยละ 28.7 พฤติกรรมก้าวร้าวร้อยละ 28.1 แยกตัวจากสังคมร้อยละ 25 วิตกกังวลร้อยละ 24.2 ซึมเศร้า/ปัญหาด้านความคิดร้อยละ 23.6 และเกรง/ทำผิดกฎระเบียบร้อยละ 19.3

การเกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของเด็กวัยนี้มีปัจจัยที่สัมพันธ์สำคัญอยู่ 3 ประการคือ ตัวเด็กและครอบครัว สิ่งแวดล้อมภายในโรงเรียน และสภาพของสังคมภายนอก (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2544; นิตยา ไทยารมย์, 2555; ผกา สัตยธรรม, 2551; สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต,

2536) สำหรับปัจจัยด้านตัวเด็กและครอบครัวพบว่ามียุทธวิธีต่อลักษณะพฤติกรรมของเด็กมากที่สุด ได้แก่ ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูเพื่อส่งเสริมพัฒนาการเด็กด้านต่างๆ การให้ความรักความอบอุ่นในครอบครัว การเป็นแบบอย่างของพ่อแม่ ลักษณะครอบครัว เป็นต้น มีการศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพัฒนาการของเด็กอายุ 6-12 ปี จำนวน 266 คน พบว่า การอบรมเลี้ยงดูที่ไม่ดี และลักษณะของครอบครัวเดี่ยว มีอิทธิพลต่อพัฒนาการของเด็ก (ศิริกุล อิศรานุรักษ์ และคณะ, 2546) และการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการมีพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ สังคม และจริยธรรม (ความตระหนักรู้ในตน ความภาคภูมิใจในตน ความเห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบต่อสังคม การจัดการกับอารมณ์ การจัดการกับความเครียด การสื่อสาร สัมพันธภาพระหว่างบุคคล ความคิดสร้างสรรค์ ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ การตัดสินใจ การแก้ไขปัญหา การควบคุมอารมณ์ และคุณธรรมจริยธรรม) ในเด็กอายุ 10-13 ปี พบว่า การอบรมเลี้ยงดูด้านจิตสังคมมีความสัมพันธ์กับการมีพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ สังคม และจริยธรรมของเด็กวัยนี้ ดังนั้นการที่เด็ก ๆ จะมีการดำเนินชีวิตที่ดีต่อเนื่องไปจนผ่านช่วงวัยรุ่นถึงผู้ใหญ่ จำเป็นต้องมีพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ สังคม และจริยธรรมที่ดี โดยผ่านการอบรมเลี้ยงดู ได้รับความรู้ ทักษะการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม (เบญจพร ปัญญาสง, 2547)

ทักษะการดำเนินชีวิต หรือทักษะการเรียนรู้ชีวิต มีความหมายที่สอดคล้องกับคำว่า ทักษะชีวิต (Life skills) ซึ่งองค์การอนามัยโลก (World Health Organization; WHO) เป็นผู้บัญญัติศัพท์นี้ (วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี, 2546) และให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นความสามารถในการปรับตัวของบุคคลต่อความต้องการของตนเอง สิ่งที่ต้องเผชิญในสังคม และสิ่งแวดล้อมต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมในชีวิตประจำวัน (WHO, 1997) ทักษะชีวิตเป็นความสามารถเชิงจิตสังคมอย่างหนึ่ง เริ่มต้นนำมาเผยแพร่ และส่งเสริมการสอนทักษะชีวิตโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้คนรู้จักดูแลตนเองทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ โดยสอดคล้องกับแนวคิดในการปฏิบัติตนในการรักษาสุขภาพ แต่เน้นความสำคัญของบุคคลให้รู้จักการปรับตัวพร้อมการเผชิญในการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ซึ่งจะช่วยให้คนมีการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมด้วยตนเองอย่างมีความสุขได้โดยไม่เป็นภาระของสังคม และได้มีการเผยแพร่ไปยังหน่วยงานต่างๆ ทั่วโลก รวมทั้งได้จัดองค์ประกอบทักษะชีวิตหลัก (core set of skills) และให้ความหมายขององค์ประกอบของความสามารถในด้านนี้ด้วย จัดเป็น 10 องค์ประกอบ ได้แก่ การตัดสินใจ การแก้ปัญหา ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ความคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ความตระหนักรู้ในตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การจัดการกับอารมณ์ และการจัดการกับความเครียด (WHO, 1997) สำหรับในประเทศไทยได้มีผู้ศึกษาและให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้มากมาย และได้มีการปรับเปลี่ยนและจัดองค์ประกอบทักษะชีวิตใหม่ ทั้งนี้เพื่อให้

สอดคล้องเหมาะสมกับบริบท สภาพสังคม และวัฒนธรรม ของสังคมไทย ซึ่งกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2544) ได้นิยามความหมายของทักษะชีวิตว่า เป็นความสามารถอันประกอบด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะในการจัดการกับความกดดัน ความบีบคั้น ปัญหาต่างๆ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต และได้จัดองค์ประกอบของทักษะชีวิตตามพฤติกรรมการเรียนรู้แบ่งเป็น 3 ด้าน มี 12 องค์ประกอบ คือ ด้านพุทธิพิสัย 2 องค์ประกอบ ได้แก่ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และความคิดอย่างมีวิจารณญาณ ด้านทักษะพิสัย 6 องค์ประกอบ ได้แก่ การตัดสินใจ การแก้ปัญหา การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การจัดการกับอารมณ์ และการจัดการกับความเครียด และด้านจิตพิสัย 4 องค์ประกอบ ได้แก่ ความตระหนักรู้ในตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ความภาคภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบสังคม (ซึ่งความภาคภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบสังคม เป็นองค์ประกอบที่เพิ่มเติมจากขององค์การอนามัยโลก)

จากคำนิยามและองค์ประกอบของทักษะชีวิต อาจกล่าวได้ว่าการมีทักษะชีวิต จึงเปรียบเสมือนการมีภูมิคุ้มกันในตนเอง และมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งสุขภาพทางร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาสุขภาพที่เกี่ยวข้องจากพฤติกรรมเสี่ยงของบุคคล ดังนั้น การส่งเสริมความสามารถเชิงจิตสังคมจึงมีส่วนช่วยในการส่งเสริมพฤติกรรมทางบวกของบุคคล ซึ่งช่วยลดและป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหามาได้ดีเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งองค์การอนามัยโลกกล่าวว่า วิธีการที่ดีและเหมาะสมในการส่งเสริมความสามารถเชิงจิตสังคมสำหรับเด็กวัยเรียน คือการช่วยให้เด็กๆ มีแหล่งประโยชน์ภายในตนเองและจากสังคมที่จะช่วยในการจัดการกับปัญหา ก็คือการสอนและจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กโดยเริ่มต้นภายในโรงเรียนนั่นเอง การสอนทักษะชีวิตจะช่วยให้เด็กมีความสามารถในการเผชิญกับสิ่งท้าทายต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และทำให้เกิดการดำรงไว้ซึ่งการทิศทางที่ถูกต้อง ในขณะที่ต้องเผชิญกับแรงบีบ แรงกดดัน หรือแรงกระทบจากสภาวะแวดล้อมและวัฒนธรรมต่างๆ รอบตัว มีสภาวะสุขภาพจิตที่ดี และสามารถปรับตัวและมีพฤติกรรมไปในทางที่ดี และการสอนทักษะชีวิตในทางอุดมคติแล้ว ควรมีการส่งเสริมให้ได้รับการสอนทักษะชีวิตตั้งแต่วัยเด็ก ก่อนที่จะได้รับรูปแบบของพฤติกรรมและการมีปฏิสัมพันธ์ในทางลบเกิดขึ้น ซึ่งโรงเรียนเป็นสถานที่ที่เหมาะสมสำหรับเริ่มต้นการสอนทักษะชีวิต เนื่องจาก โรงเรียนเปรียบได้ว่าเป็นบ้านหลังที่สองของเด็ก และเด็กส่วนใหญ่อยู่ในระบบโรงเรียน ซึ่งจะเข้าถึงได้ง่าย มีโครงสร้างพื้นฐานในเรื่องการพัฒนาเด็กที่ชัดเจน จึงคุ้มค่าต่อการสอน ครูมีประสบการณ์ในการสอนอยู่แล้ว ผู้ปกครองและสมาชิกในชุมชน ให้ความเชื่อถือและไว้วางใจ และสามารถติดตามประเมินผลได้ทั้งในระยะสั้นและยาว (WHO, 1997)

แนวทางการสอนทักษะชีวิตสำหรับเด็กในโรงเรียนขององค์การอนามัยโลกได้เป็นที่ยอมรับอย่างแพร่หลายและได้มีการนำไปประยุกต์ใช้อย่างกว้างขวางในโปรแกรมการส่งเสริมและป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เช่น การป้องกันการใช้ในทางที่ผิด (Botvin & Giffin, 2001) การป้องกันการติดเชื้อ เอชไอวี/ โรคเอดส์ ในโรงเรียนมัธยม (Visser, 2005) การป้องกันการใช้ความรุนแรงในเด็กและวัยรุ่น (WHO, 2009) การส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมในเด็ก (Rahmati, Adibrad, Tahmasian, & Saleh sedghpour, 2010) การเพิ่มความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน และการลดอาการทางจิต (อาการวิตกกังวล อาการซึมเศร้า และอาการเครียด) ในนักเรียนที่สงสัยว่ามีความผิดปกติทางจิต (Sobhi-Gharamaleki & Rajabi, 2010) เป็นต้น สำหรับในประเทศไทยมีองค์กรต่าง ๆ นักวิชาการ นักการศึกษาที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน โดยมีการจัดการพัฒนาทักษะชีวิตหรือการเสริมสร้างทักษะชีวิตในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในสถานศึกษา ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 ตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2543) และได้มีการศึกษา พัฒนาถึงรูปแบบหรือแนวทางในการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพอย่างสูงสุด และมีการนำมาประยุกต์ใช้ได้อย่างกว้างขวางเช่นกัน โดยพบว่า การพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมและทักษะชีวิตในการปฏิบัติตนให้รอดพ้นจากปัญหาสังคมของ ทั้ง 4 ปัญหา คือ ยาเสพติด เพศ วัตถุ นิยม และอินเทอร์เน็ตสูงขึ้น (นพวรรณ วงศ์วิชัยวัฒน์, 2547) โปรแกรมการสอนพัฒนาทักษะชีวิต มีประสิทธิภาพต่อการเปลี่ยนแปลงในด้านความรู้และการเลือกคบเพื่อนต่างเพศที่เหมาะสมไปในทางที่ดีขึ้นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เขตกรุงเทพมหานคร (Punyapet, 2005) โปรแกรมทักษะชีวิตมีผลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดจันทรสโมสร (สมาภรณ์ แผนสมบุรณ์, 2548) นอกจากนี้ยังมีการจัดทำเป็นโครงการพัฒนาทักษะชีวิต ในนักเรียนระดับประถมศึกษา จังหวัดสมุทรสาคร ซึ่งพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมโครงการมีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้น มีพฤติกรรมเกรงลดลง และการทำความดีเพิ่มขึ้น (Suparp, Boonyathan, Kittipichai, & Chamroonsawasdi, 2010) หรือจัดทำเป็นหลักสูตรกิจกรรมค่ายทักษะชีวิตป้องกันการใช้ยาเสพติด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 เป็นเวลา 3 วัน ซึ่งพบว่าหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมนักเรียนมีทักษะชีวิตสูงขึ้น (กรรณิกา สุวรรณศิลป์, 2546) ดังนั้นจะเห็นว่าการสอน เสริมสร้างหรือการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กวัยเรียนมีประสิทธิภาพอย่างยิ่งต่อการช่วยสร้างหรือปรับพฤติกรรมให้เหมาะสมเป็นที่พึงประสงค์ของสังคม เกิดการป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหา มีการปรับตัวทางสังคมที่ดี ทำให้มีสุขภาพจิตและสุขภาพกายที่ดี และการเสริมสร้างหรือพัฒนาทักษะชีวิตก็สามารถทำได้หลายรูปแบบ แนวทาง ทั้งการใช้เป็นโปรแกรม เป็นโครงการระยะสั้น เป็นกิจกรรมค่าย หรือเป็นการสอน ร่วมกับการใช้

กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม กิจกรรมกลุ่มหรือเป็นชุดกิจกรรม สอดคล้องตามแนวทางการสร้างและพัฒนาทักษะชีวิต ในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2543) ก็ต้องเป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมโดยผู้เรียนเป็นสำคัญ นอกจากนั้นยังมีการใช้สื่อในการสอนหรือจัดกิจกรรมร่วมด้วย เช่น การใช้แม่แบบ วีดิโอ กรณศึกษา สถานการณ์จำลอง ภาพข่าว เป็นต้น

การใช้สื่อในการสอนหรือจัดกิจกรรมที่เหมาะสมจะเป็นตัวกลางที่ช่วยสนับสนุนการเรียนรู้ของเด็ก ทำให้การสอนหรือการจัดกิจกรรมมีประสิทธิภาพมากขึ้น ซึ่งสื่อการสอนที่ดีมีคุณภาพควรช่วยให้เด็กเข้าใจเรื่องที่สอนได้ง่ายขึ้น สร้างความเข้าใจได้ตรงกัน จดจำได้นาน มีความเหมาะสมกับบุคลิกภาพ สร้างความเป็นรูปธรรมในการเรียน ดึงดูดและสร้างความสนใจของเด็ก และช่วยเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ (กิตติคุณ ชลวิถี, 2553) นวัตกรรมการศึกษาประเภทสื่อการสอนเพื่อพัฒนาการเรียนรู้สำหรับเด็กวัยเรียนที่ดีมีคุณภาพประเภทหนึ่งก็คือ สื่อการสอนประเภทหนังสือการ์ตูน ซึ่งหนังสือการ์ตูนได้รับการยอมรับว่าเป็นสื่อที่ใช้เพื่อความบันเทิง และเพื่อการศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลอย่างยาวนาน เป็นสื่อครองใจเด็กเสมอมา (ถวัลย์ มาศจรัส และพรพุดต เจนสุวรรณ, 2551) สอดคล้องกับการสำรวจหนังสือที่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ชอบอ่านเป็นประจำพบว่า 3 อันดับแรก คือ หนังสือการ์ตูน ร้อยละ 31.8 หนังสือความรู้ทั่วไป ร้อยละ 18.8 และหนังสือพิมพ์ ร้อยละ 18.5 (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2541, อ้างใน พรทิพย์ เทพบางจาก, 2550) หนังสือการ์ตูนเป็นสื่อที่ใช้เพื่อการศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีประสิทธิผล ดังจะเห็นได้จาก การศึกษาของ พรทิพย์ เทพบางจาก (2550) ที่พบว่า การให้ข้อมูลผ่านหนังสือการ์ตูน เรื่อง “การป้องกันการติดเชื้อ: วายร้ายในโรงเรียน” ของเด็กวัยเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 มีประสิทธิผลทำให้นักเรียนมีความรู้เรื่องการป้องกันการติดเชื้อมากกว่านักเรียนที่ได้รับข้อมูลจากคู่มือตามหลักสูตรปกติ เช่นเดียวกับการศึกษาของ ศรีัญญา ไพรวันรัตน์ (2543) พบว่า การเรียนโดยใช้หนังสือการ์ตูนที่ดำเนินเรื่องโดยตัวเอกที่นักเรียนคุ้นเคยและพึงพอใจ กับการเรียนโดยการสอนแบบปกติ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทำให้นักเรียนมีมีโนทัศน์ทางจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์สุจริตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล นับเป็นองค์กรการศึกษาแห่งหนึ่งที่ใช้การสนับสนุนกิจกรรมเพื่อพัฒนาสังคมไทยต่างๆ มากมาย และได้มีความตระหนักถึงความสำคัญของเด็กวัยเรียนซึ่งจะเติบโตขึ้นไปเป็นประชากรที่มีคุณภาพของสังคมไทยต่อไปในอนาคต จึงมีโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ทำการจัดกิจกรรมโครงการพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษาโดยเน้นการมีส่วนร่วมของครอบครัว เพื่อช่วยให้เด็กวัยเรียนสามารถป้องกันและแก้ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นกับ

คนทั้งทางด้านสังคมและสุขภาพโดยรวม ซึ่งขณะทำงานโครงการฯ ได้จัดประชุมเชิงปฏิบัติการ ระดมสมองระหว่างกุมารแพทย์ นักจิตวิทยา นักการศึกษา พยาบาลเด็ก พยาบาลอนามัยโรงเรียน ผู้บริหารโรงเรียน และผู้แทนผู้ปกครองนักเรียน เพื่อกำหนดคุณลักษณะของพฤติกรรมและ พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ซึ่งก็คือทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพที่จำเป็นสำหรับนักเรียนชั้น ประถมศึกษา ได้ผลสรุปทักษะชีวิต ที่จำเป็นสำหรับเด็กวัยเรียนมี 10 ทักษะ คือ ความภาคภูมิใจใน ตนเอง การคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ การตัดสินใจและการแก้ปัญหา การควบคุมอารมณ์ ความซื่อสัตย์ ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความพอเพียง ความรับผิดชอบต่อตนเอง ความรับผิดชอบต่อ ครอบครัว และความรับผิดชอบต่อสังคม แนวทางการดำเนินกิจกรรมดังกล่าวมีความสอดคล้องตาม แนวคิดหลักการจัดกิจกรรมและการสอนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของ วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี (2546) คือ จัดโอกาสให้เกิดความร่วมมือระหว่างสถานศึกษา พ่อ แม่ ผู้ปกครอง และชุมชนที่ เกี่ยวข้อง ในการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กวัยเรียน เพราะจะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ พัฒนา ความคิดและลักษณะนิสัย เกิดเป็นคุณลักษณะของพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือมีทักษะชีวิตในการ ดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสม ต่อเนื่อง และเกิดประสิทธิภาพสูงสุด ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจนำ ผลสรุปทักษะชีวิตที่จำเป็น ซึ่งเกิดจากการดำเนินกิจกรรมดังกล่าวมาใช้สำหรับการดำเนินกิจกรรม การสอนทักษะชีวิตของเด็กวัยเรียนในครั้งนี้

แนวคิดทฤษฎีในการสร้างหรือปรับพฤติกรรมของคนที่ได้รับการยอมรับและนำมาใช้ กันมากทฤษฎีหนึ่ง คือ ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (The theory of planned behavior) ของเอจเซน (Ajzen, 1991) ซึ่งอธิบายถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคลและความตั้งใจใน การแสดงพฤติกรรม ด้วยแนวคิดว่าคุณคนจะแสดงพฤติกรรมต่อเมื่อบุคคลนั้นมีความตั้งใจที่จะ แสดงพฤติกรรมนั้นออกมาและรับรู้ว่าคุณคนสามารถควบคุมพฤติกรรมดังกล่าวได้ ดังนั้นการแสดง พฤติกรรมของบุคคลจึงถูกกำหนดโดยการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมและความ ตั้งใจ ซึ่งความตั้งใจของบุคคลเกิดจากปัจจัย 2 ประการ คือ ทศนคติต่อพฤติกรรมและการรับรู้ บรรทัดฐานของสังคมต่อพฤติกรรมนั้น ดังนั้นบุคคลจะมีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม และความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์มากยิ่งขึ้น เมื่อบุคคลประเมินแล้วว่ามีผลดี รับรู้ ว่าสังคมหรือผู้อื่นที่มีความสำคัญต่อตนคิดว่าควรแสดงพฤติกรรมนั้นและรับรู้ว่าคุณคนมี ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมดังกล่าวสูง จากแนวคิดดังกล่าวจะเห็นว่าคุณคนมีความสอดคล้อง ต่อการช่วยสร้างพฤติกรรมการแสดงออกที่ถูกต้องเหมาะสม เป็นที่พึงประสงค์ของสังคมให้กับเด็ก วัยเรียนได้

การได้รับสอนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตแต่เนิ่นๆ จะส่งผลดีต่อเด็กวัยนี้เป็นอย่างมาก การมี ทักษะชีวิตจะเปรียบเสมือนการมีเกราะกำบังตนเองจากสิ่งชั่วร้ายต่างๆ ที่เข้ามา ทำให้เด็กเข้มแข็งขึ้น

สามารถเผชิญกับปัญหาและแรงกดดันทางสังคมในปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้ต่อไป การใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมโดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญและใช้สื่อในการสอนก็เป็นสิ่งที่ดี ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพและประสิทธิผลของการสอน ก่อให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยเฉพาะสื่อประเภทหนังสือการ์ตูนที่น่าจะช่วยส่งเสริมการมีส่วนร่วมของนักเรียนได้เป็นอย่างดี ซึ่งยังไม่พบการศึกษาวิจัยที่ศึกษาถึงผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้สื่อการสอนเป็นหนังสือการ์ตูน ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 นอกจากนั้นการใช้หนังสือการ์ตูนยังทำให้นักเรียนมีการเข้าถึงสื่อได้ง่าย สะดวกในการใช้ มีความเหมาะสมกับบางโรงเรียนที่ยังขาดแคลนอุปกรณ์ที่ใช้กับสื่อบางประเภท เช่น โปรเจกเตอร์ จอภาพ เครื่องเล่นแผ่นวีซีดี ดีวีดี เป็นต้น อีกทั้งผลการศึกษาไม่เพียงแต่ใช้ประโยชน์สำหรับเป็นแนวทางในการดำเนินกิจกรรมการสอนยังคาดว่าจะ成为แนวทางในการเลือกใช้สื่อเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และยังสามารถนำผลการวิจัยเป็นข้อเสนอแนะสำหรับการสอนทักษะชีวิตอย่างเป็นรูปธรรมในหลักสูตรการศึกษาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น เพื่อพัฒนาให้เด็กไทยเป็นผู้ที่มีความพร้อมต่อการเผชิญกับปัญหาได้ในอนาคต

1.2 คำถามการวิจัย

โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน สามารถเพิ่มทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ได้หรือไม่ อย่างไร

1.3 วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

1.4 สมมติฐานการวิจัย

1.4.1 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนมีทักษะชีวิตหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลอง

1.4.2 หลังการทดลอง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนมีทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ไม่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน

1.5 กรอบแนวคิดที่ใช้ในงานวิจัย

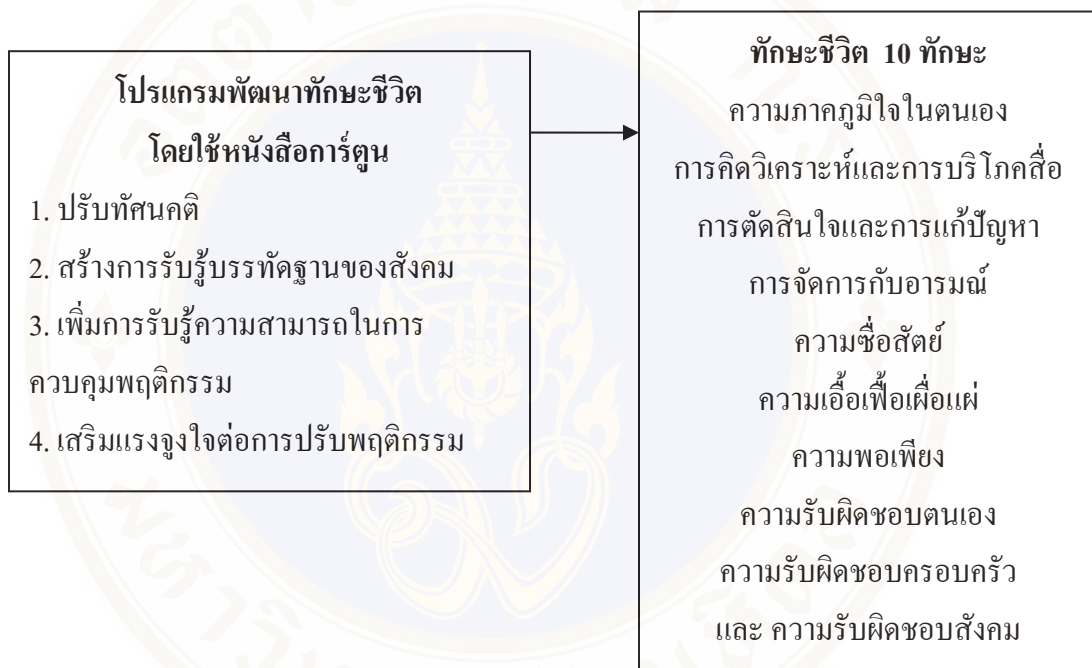
การศึกษานี้ ได้ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (Theory of planned behavior) ของเอจเซน (Ajzen, 1991) เป็นกรอบแนวคิดในการศึกษา โดยเอจเซนได้อธิบายถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคล (Behavior) และความตั้งใจ (Intention) ด้วยแนวคิดว่าคุณลักษณะแสดงพฤติกรรมต่อเมื่อคุณลักษณะมีความตั้งใจที่จะแสดงหรือปฏิบัติ และรับรู้ว่าคุณลักษณะสามารถควบคุมพฤติกรรม (Perceived behavioral control) ดังกล่าวได้ ดังนั้นการแสดงพฤติกรรมของบุคคลจึงถูกกำหนดโดยการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมและความตั้งใจ ซึ่งการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมได้รับอิทธิพลจากความเชื่อในการควบคุมตนเอง (Control beliefs) กล่าวคือ ถ้าบุคคลเชื่อว่าปัจจัยเอื้ออำนวยต่อการแสดงพฤติกรรมจะรับรู้การควบคุมพฤติกรรมนั้นสูง ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลเชื่อว่าปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อการแสดงพฤติกรรมจะรับรู้การควบคุมต่ำ และความตั้งใจได้รับอิทธิพลจากปัจจัย 2 ปัจจัย คือ 1) ทัศนคติของบุคคลต่อพฤติกรรมนั้น (Attitude toward the behavior) โดยได้รับอิทธิพลจากความเชื่อในพฤติกรรม (Behavior beliefs) กล่าวคือ ถ้าบุคคลเชื่อว่าการแสดงพฤติกรรมนั้นส่วนมากจะเกิดผลดี ก็จะมีทัศนคติที่ดีต่อพฤติกรรมดังกล่าว ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลเชื่อว่าการแสดงพฤติกรรมนั้นจะเกิดผลเสียก็จะทัศนคติที่ไม่ดีต่อพฤติกรรมนั้น และ 2) การรับรู้บรรทัดฐานของสังคม (Subjective norm) โดยได้รับอิทธิพลจากความเชื่อในบรรทัดฐานของสังคม (Normative beliefs) กล่าวคือ ถ้าบุคคลเชื่อว่าสังคมคิดว่าควรแสดงพฤติกรรมตามความคาดหวัง บุคคลก็จะมีบรรทัดฐานของสังคมด้านบวก ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลเชื่อว่าสังคมคิดว่าตนไม่ควรแสดงพฤติกรรม ก็จะมีบรรทัดฐานของสังคมด้านลบ ดังนั้นบุคคลจะมีความตั้งใจแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์มากยิ่งขึ้น เมื่อบุคคลประเมินแล้วว่าผลดี รับรู้ว่าคุณลักษณะหรือผู้อื่นที่มีความสำคัญต่อตนคิดว่าควรแสดงพฤติกรรมนั้น และรับรู้หรือเชื่อว่าตนเองมีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมดังกล่าวสูง ซึ่งปัจจัยทั้ง 3 นี้จะเกิดขึ้นได้ต้องมีความเชื่อของบุคคลเป็นพื้นฐานโดยทฤษฎีนี้มีความเชื่อว่า ความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรมเป็นปัจจัยสำคัญที่สามารถทำนายพฤติกรรมได้ (Ajzen, 1991)

ผู้วิจัยจึงมีแนวคิดการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน ให้เด็กวัยเรียนได้เรียนรู้ทักษะชีวิตโดยใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนเป็นกรอบแนวคิด เพื่อให้เด็กวัยเรียนมีการแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้โดยการเพิ่มการรับรู้ของนักเรียนว่ามีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม หรือมีปัจจัยเอื้ออำนวยในการแสดงพฤติกรรมนั้น ทำให้นักเรียนเชื่อว่าตนมีความสามารถหรือมีทักษะชีวิตนั้นได้ เสริมแรงจูงใจต่อการแสดงพฤติกรรมที่ดีหรือมีทักษะชีวิตดังกล่าว และเสริมสร้างปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจ คือ สร้างทัศนคติที่ดีต่อการมีพฤติกรรมแสดงออกที่ดี และสร้างการรับรู้บรรทัดฐานของสังคมว่าควรแสดงพฤติกรรมนั้น โดยพัฒนาเป็นกระบวนการพัฒนาทักษะชีวิต 4

ขั้นตอนตามลำดับในแต่ละทักษะชีวิต จนครบ 10 ทักษะ ร่วมกับการใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมผ่านกระบวนการกลุ่ม ประกอบด้วย เกมส์ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่มในใบงานที่กำหนด และการแสดงบทบาทสมมติ ในการดำเนินกิจกรรมในแต่ละกระบวนการต่างกันไป เพราะกิจกรรมเหล่านี้เน้นการมีส่วนร่วมของนักเรียน ทำให้นักเรียนสนใจ เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เพิ่มความเข้าใจและจดจำได้ดียิ่งขึ้น และยังมีการใช้สื่อในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มในโปรแกรมด้วย หนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตด้วย กระบวนการพัฒนาทักษะชีวิต 4 ขั้นตอนตามลำดับมีดังนี้ 1) ปรับทัศนคติ คือการทำให้ผู้เรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมหรือการมีทักษะชีวิตนั้นๆ โดยใช้กิจกรรมการเล่นเกมส์ เพราะเกมส์ทำให้นักเรียนได้เรียนรู้จากการได้รับประสบการณ์ตรง ผลตัดสินใจและการสรุปจากการเล่นเกมส์ทำให้เกิดการเปรียบเทียบกับตนเองและเกิดการสะท้อนคิดตาม การแสดงบทบาทสมมติสถานการณ์จำลองที่กำหนดให้ เพราะการแสดงทำให้เกิดการเรียนรู้ที่ลึกซึ้ง และเหมือนกับผู้เรียนได้ฝึกใช้ทักษะนั้นจริง ทำให้เกิดความมั่นใจที่จะนำไปปฏิบัติเมื่อได้เจอเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกัน การระดมสมองเพื่อแก้ปัญหา เพราะนักเรียนได้แสดงความคิดเห็นร่วมกันในกลุ่ม มีการแลกเปลี่ยนและรับฟังผู้อื่น เปรียบเทียบการแสดงความคิดเห็นต่อโจทย์เป็นการกระทำเพื่อให้ได้ผลนั้น ทำให้เกิดการเปรียบเทียบกับตนเองและเกิดการสะท้อนคิดตาม และให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงผลดีและผลเสียจากการที่นักเรียนมีหรือไม่มีทักษะนั้นตามสถานการณ์ของกิจกรรม และมีการสรุปประเด็นเน้นผลดีให้ผู้เรียนเกิดทัศนคติที่ดี 2) สร้างการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม คือ ทำให้ผู้เรียนรู้ว่าควรแสดงพฤติกรรมที่ดีและไม่ควรแสดงพฤติกรรมที่ไม่ดีตามความคาดหวังของบุคคลภายในสังคมที่มีความสำคัญต่อเด็ก โดยใช้สื่อหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตซึ่งเนื้อหาการ์ตูนในแต่ละทักษะจะมีการ์ตูนตัวเองและเพื่อนๆที่อยู่ในวัยเดียวกันกับนักเรียนเป็นตัวแทนแสดงพฤติกรรมทั้งที่ดีและไม่ดีใกล้เคียงกับสิ่งที่นักเรียนปฏิบัติในชีวิตประจำวัน และได้รับความรู้ลึกซึ้งของคนใกล้ชิดตัว เพื่อนหรือคนที่มีความสำคัญต่อการ์ตูนตัวเองจากการแสดงพฤติกรรมนั้นอย่างไร และใช้การอภิปรายกลุ่มตอบปัญหาจากคำถามท้ายเล่มหนังสือการ์ตูนในใบงาน ทำให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็น เกิดการเรียนรู้และสะท้อนความคิดตาม 3) เพิ่มการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม คือ ทำให้นักเรียนรู้ว่าเมื่อนักเรียนมีทักษะชีวิตนักเรียนจะมีปัจจัยเอื้ออำนวยต่อการแสดงพฤติกรรมที่ดีออกมา และทำให้นักเรียนเชื่อว่าตนมีความสามารถหรือมีทักษะชีวิตนั้นได้ โดยใช้การอภิปรายร่วมกันถึงวิธีพัฒนาตนเองให้มีทักษะชีวิต มีปัญหาหรืออุปสรรคใดต่อการพัฒนาตนเองให้มีทักษะชีวิตนั้นไม่ได้และมีแนวทางแก้ไขอย่างไร ใช้การยกตัวอย่างบุคคลที่เป็นที่ยอมรับหรือไม่เป็นที่ยอมรับของบุคคลในสังคมจากการมีหรือไม่มีทักษะชีวิตนั้น เพื่อให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็น เกิดการเรียนรู้และเกิดการสะท้อนความคิดตามมา และ 4) เสริมแรงใจต่อการปรับพฤติกรรม คือ เสริมแรงให้นักเรียน

รู้สึกมั่นใจ มีความมุ่งมั่นตั้งใจต่อการที่จะมีทักษะชีวิตนั้นและแสดงพฤติกรรมที่ดีออกมา โดยใช้การให้รางวัล ประเมิน ให้คำชมเชย ใช้การแสดงผลงานมีส่วนร่วมพร้อมกันให้คำสัตย์ต่อกัน

ดังนั้นกระบวนการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมผ่านกระบวนการกลุ่ม ตามกรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนจะช่วยให้เด็กวัยเรียนมีทัศนคติ มีการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม ต่อตนเอง มีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม มีทักษะชีวิต และมีความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ออกมาได้ (ดังแสดงในภาพที่ 1)



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

1.6 นิยามศัพท์

1.6.1 โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต หมายถึง กิจกรรมการเรียนการสอนที่จัดขึ้น สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เป็นกระบวนการเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มี 4 ขั้นตอนตามลำดับ ตามกรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของ เอจเซน (Ajzen, 1991) ได้แก่ 1) ปรับทัศนคติ 2) สร้างการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม 3) เพิ่มการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม 4) เสริมแรงจูงใจต่อการปรับพฤติกรรม ซึ่งกิจกรรมเน้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมผ่านกระบวนการกลุ่ม ประกอบด้วย เกมส์ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม และการแสดงบทบาทสมมติ ร่วมกับการใช้สื่อการสอนประเภทหนังสือการ์ตูน เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต 10 ทักษะ ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (จุฑา ภูไพบูลย์ และ

คณะ, 2553) ได้แก่ ทักษะความภูมิใจในตนเอง ทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ ทักษะการตัดสินใจและการแก้ปัญหา ทักษะการจัดการกับอารมณ์ ทักษะความซื่อสัตย์ ทักษะความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ทักษะความพอเพียง ทักษะความรับผิดชอบต่อตนเอง ทักษะความรับผิดชอบต่อครอบครัว และทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม

1.6.2 หนังสือการ์ตูน หมายถึง สื่อการสอน 2 มิติ ประกอบด้วยข้อความในเรื่องและภาพสีวาดประกอบบนกระดาษ ที่แสดงถึงลักษณะบุคคล ความคิด สถานที่ เขียนเป็นเรื่องราวต่อเนื่องกัน มีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต 10 ทักษะ มีจำนวน 10 เล่ม และบทนำหนังสือการ์ตูนจำนวน 1 เล่ม สร้างโดยโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553)

1.6.3 ทักษะชีวิต หมายถึง ความตั้งใจของนักเรียนที่จะแสดงออกถึงการมีพฤติกรรมต่อการปรับตัว จัดการกับปัญหาต่างๆ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้อย่างสร้างสรรค์ ด้วยการใช้ความคิดเชิงเหตุผล ในสถานการณ์จำลองเกี่ยวกับประสบการณ์ในชีวิตประจำวันและระหว่างการศึกษาเล่าเรียนของนักเรียน ซึ่งทักษะชีวิตของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ประกอบด้วย 10 องค์ประกอบ ดังนี้

1.6.3.1 ความภูมิใจในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าจากการรับรู้จุดดีหรือความสามารถในด้านต่างๆ ของตนเอง และยอมรับนับถือในตนเอง

1.6.3.2 การคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ หมายถึง ความสามารถที่จะคิดอย่างมีระบบ มีวิจารณญาณ กลั่นกรองการรับรู้ข้อมูลข่าวสารและสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจากสื่อได้อย่างรอบคอบบนฐานของความถูกต้องและความจริง

1.6.3.3 การตัดสินใจและการแก้ปัญหา หมายถึง ความสามารถในการใช้กระบวนการวางแผนเพื่อค้นหาทางเลือกที่ถูกต้องเหมาะสมและเป็นไปได้อย่างมีเหตุผล และจัดการวางแผนแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องและเกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

1.6.3.4 การควบคุมอารมณ์ หมายถึง ความสามารถที่จะจัดการความรู้สึกต่างๆ ของตนเองเพื่อยับยั้งการแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และมีการแสดงออกทั้งทางกริยาและอารมณ์อย่างเหมาะสม ในสถานการณ์ที่มีอารมณ์เป็นตัวก่อให้เกิดปัญหา

1.6.3.5 ความซื่อสัตย์ หมายถึง การประพฤติตรงและจริงใจ ไม่คิดทรยศ ไม่คดโกง ไม่โกหกหลอกลวง ไม่บิดเบือนความเป็นจริงทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

1.6.3.6 ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ หมายถึง การรู้จักให้ แบ่งปันน้ำใจและสิ่งของแก่ผู้อื่น โดยไม่หวังผลตอบแทนด้วยความรู้สึกเห็นอกเห็นใจและความเมตตา กรุณา

1.6.3.7 ความพอเพียง หมายถึง การใช้ง่ายและใช้ชีวิตอย่างสมดุล ตั้งอยู่บนความพอดี พอประมาณ ความมีเหตุผล และการมีความพร้อมต่อการรับการเปลี่ยนแปลง

1.6.3.8 ความรับผิดชอบต่อตนเอง หมายถึง ความสำนึกได้อยู่เสมอในการกระทำสิ่งที่ดี กับตนเอง เอาใจใส่ติดตามผลไม่ทอดทิ้ง ไม่ปิดความรับผิดชอบ

1.6.3.9 ความรับผิดชอบต่อครอบครัว หมายถึง ความสำนึกได้ว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวและกระทำสิ่งที่ดีแก่ครอบครัว มีส่วนร่วมในการเอาใจใส่ไม่ทอดทิ้งครอบครัว เพื่อความสุขและชื่อเสียงของครอบครัว ตามความสามารถของตน

1.6.3.10 ความรับผิดชอบต่อสังคม หมายถึง ความสำนึกได้ว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและกระทำสิ่งที่ดีต่อสังคม มีส่วนร่วมในการเอาใจใส่ดูแลสังคม ปฏิบัติตามสิทธิหน้าที่ และไม่ละเมิดสิทธิและหน้าที่ของผู้อื่นและข้อตกลงของสังคม

ประเมินโดยใช้แบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ที่ปรับจาก แบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ของธนพัชร แก้วปฐมา (2547) แบบวัดเป็นปรนัยเลือกตอบ 4 ตัวเลือก มีการให้คะแนนแต่ละตัวเลือกตามเกณฑ์การให้คะแนนที่กำหนด ตั้งแต่ 1-4 คะแนนในแต่ละข้อ คะแนนสูงหมายถึงนักเรียนมีทักษะชีวิตสูง คะแนนต่ำแสดงว่านักเรียนมีทักษะชีวิตต่ำ

1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.7.1 เป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนเพิ่มทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพื่อให้ครู พยาบาลในโรงเรียน นำไปใช้ได้

1.7.2 ผลการศึกษาสามารถใช้เป็นข้อเสนอแนะ หรือเป็นข้อมูลอ้างอิงให้แก่บุคลากรทางการศึกษา ในการจัดหลักสูตรการศึกษาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น

1.7.3 เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยทักษะชีวิตในประเด็นอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องต่อไป

บทที่ 2

ทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องตามลำดับ ดังนี้

- 2.1 วัยเด็กตอนปลาย
- 2.2 แนวคิดทักษะชีวิต
- 2.3 การเรียนรู้ทักษะชีวิตตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน
- 2.4 การประยุกต์ใช้การ์ตูนเป็นสื่อการสอนพัฒนาทักษะชีวิต

2.1 วัยเด็กตอนปลาย

2.1.1. พัฒนาการของวัยเด็กตอนปลาย

วัยเด็กตอนปลาย (Late childhood) มีอายุระหว่าง 10-12 ปี อยู่ในระยะเข้าเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายหรือเด็กวัยเรียนตอนปลาย เป็นช่วงที่มีความคาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กไปสู่วัยรุ่นแรกเริ่ม (Puberty) (นิตยา ไทยารมย์, 2555; สุชา จันทรธรม, 2543) เด็กในวัยนี้มีการเปลี่ยนแปลงหลายประการอย่างเห็นได้ชัดทั้งทางร่างกายและจิตใจ สรุปลักษณะพัฒนาการด้านต่างๆ ได้ดังนี้

2.1.1.1 พัฒนาการทางด้านร่างกาย (Physical development) เป็นแบบค่อยเป็นค่อยไป ช้าๆ แต่สม่ำเสมอ มีส่วนสูงเพิ่มขึ้นเฉลี่ยปีละ 5 เซนติเมตร หรืออยู่ในช่วง 127-162.6 เซนติเมตร น้ำหนักเพิ่มขึ้นเฉลี่ยปีละ 2-3 กิโลกรัม หรืออยู่ในช่วง 24.3-58 กิโลกรัม (Rodgers, 2007) เป็นระยะที่เด็กหญิงจะเจริญเติบโตเร็วกว่าเด็กชายวัยเดียวกันซึ่งจะคงอยู่จนกระทั่งย่างเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลาย ร่างกายขยายทางสูงมากกว่าทางกว้าง ลำตัวยาว แขนขายาวออก รูปร่างเริ่มเปลี่ยนแปลงเข้าลักษณะผู้ใหญ่ มีการพัฒนาการของกล้ามเนื้อ กระดูก ระบบประสาท อวัยวะภายในทำงานได้อย่างสมบูรณ์ ทำให้มีการเคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกายได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความคล่องตัวและทำกิจกรรมต่างๆ ได้ดี (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2549) มีการเจริญเติบโตทางเพศเข้าสู่วัยรุ่น เด็กหญิงจะมีอกขยายใหญ่ขึ้น ตะโพกผาย มีการเจริญของขนบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์และ

รักแรงแ และอาจเริ่มมีประจำเดือน ส่วนเด็กชายจะมีอวัยวะสืบพันธุ์เจริญเต็มที่ มีขนบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์ รักแรงแ และหน้าอก บางคนเริ่มมีหนวดเครา และมีเสียงแตกและห้าวขึ้น (สุชา จันทร์อม, 2543)

2.1.1.2 พัฒนาการด้านอารมณ์ (Emotional development) เด็กวัยนี้มีความหุนหุน กังวล ซึ่งมาจากการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่เกิดขึ้น มีการขัดแย้งทางด้านอารมณ์ บางครั้งทำตัวเป็นผู้ใหญ่ แต่บางครั้งก็ไม่กล้าทิ้งความเป็นเด็ก รักษาอารมณ์ได้ดีพอสมควร คือ ไม่โกรธง่ายและหายเร็วนัก มีการระมัดระวังไม่ทำให้ผู้อื่นกระทบกระเทือนใจมากขึ้น (สุชา จันทร์อม, 2543) ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน และครู ต้องการความอบอุ่นมั่นคงในหมู่คณะ จากเพื่อน ครอบครัว (สุชา จันทร์อม, 2543; กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2544) ซึ่งมีการศึกษาพบว่า หน้าที่ของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับการจัดการกับอารมณ์และความเครียดในเด็ก (เอี่ยมพร เทพแจ่มใส, 2550) และ ความสามารถของพ่อแม่ในการตอบสนองต่อปฏิกิริยาทางอารมณ์ของเด็กจะมีความสัมพันธ์กับการแสดงอารมณ์ทางบวกของเด็กด้วย (วิลาศลักษณ์ ชั่ววัลลี, 2543)

2.1.1.3 พัฒนาการด้านจิตสังคม (Psycho- social development) ตามทฤษฎีพัฒนาการบุคลิกภาพของมนุษย์ (Psychosocial stage) ของ อริคสัน (Erikson, 1963 อ้างใน ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2549) ซึ่งมีแนวคิดว่า ลักษณะสัมพันธภาพที่บุคคลมีกับกลุ่มบุคคลต่างๆ และข้อขัดแย้งทางสังคมจิตใจ 8 ขั้นตอน เป็นจุดกระตุ้นให้บุคคลมีพฤติกรรมและพัฒนาบุคลิกภาพในรูปแบบต่างๆ ตามลำดับ ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยสูงอายุ โดยจะต้องพัฒนาให้พึงมีพึงเป็นขึ้นในโครงสร้างของบุคลิกภาพอย่างสมดุล บุคคลจึงจะมีโครงสร้างบุคลิกภาพอย่างมั่นคง โดยวัยเด็กตอนปลายอยู่ในขั้นตอนที่ 4: ระยะเอาการเอางานแข่งกับปมด้อย (Industry vs. Inferiority stage) กล่าวคือ เด็กวัยนี้เข้าโรงเรียนและเริ่มรู้จักเรียนอย่างจริงจัง จังๆ เป็นช่วงเวลาที่เด็กมีความสามารถควบคุมกิจกรรมของตน รู้จักเคารพระเบียบวินัยของบ้าน ของโรงเรียน และของสังคม การเข้าโรงเรียนและเรียนหนังสืออย่างเป็นเรื่องเป็นราว ทำให้เด็กต้องพัฒนาคุณสมบัติเอาจริงเอาจัง เพื่อเป็นการปรับตัวต่อความคาดหวังของครู พ่อแม่ และเพื่อน เด็กต้องเล่นเกมเด็กทารกและเล่นผื่นๆ มาเป็นการเล่นที่มีกฎเกณฑ์ เด็กที่มีครู และพ่อแม่ช่วยเหลือ แนะนำการเรียน การเล่น ตั้งความคาดหวังกับเด็กพอสมควร และให้อภัยเมื่อเด็กทำไม่ได้ตั้งใจของตัวเองและผู้ใหญ่ เด็กจะเกิดกำลังใจ มุมานะที่จะหัดเรียน หัดเล่น และทำกิจกรรมต่างๆ ช่วงนี้จึงเป็นเวลาฝึกฝนกิจกรรมประเภททักษะต่างๆ ให้แก่เด็กได้อย่างดีเลิศ เช่น การดนตรี งานบ้าน และสุขนิสัยต่างๆ เล่น การรักษาความสะอาด ความเป็นระเบียบ ซึ่งจะติดตัวเด็กไปตลอดชีวิต ในทางกลับกัน เด็กที่ไม่มีผู้ใหญ่คอยแนะนำและให้กำลังใจหรือตั้งความหวังในตัวเด็กเกินความสามารถเฉพาะตัวของเด็ก จะทำให้เด็กรู้สึกท้อแท้ไร้ความสามารถ ถ้าความรู้สึกนี้มีมากๆ จะก่อให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีปมด้อยในแง่ใดแง่หนึ่ง ซึ่งใน

บางคนความรู้สึกนี้ฝังลึกในบุคลิกภาพจนตลอดชีพ ซึ่งมีการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาการด้านจิต-
สังคม ในเด็กอายุ 10-13 ปี พบว่ามีความสัมพันธ์กับการอบรมเลี้ยงดูด้านจิตสังคม ซึ่งหมายถึงการ
ตอบสนองความต้องการของเด็กวัยนี้ในด้านจิตใจ และสังคม ตลอดจนการอบรมสั่งสอนและ
ปลูกฝังค่านิยม และพฤติกรรมที่เป็นที่ยอมรับของสังคม (เบญจพร ปัญญาฯ, 2547)

2.1.1.4. พัฒนาการทางด้านสติปัญญา (Cognitive development) ตาม
ทฤษฎีของ เพียเจต์ (Piaget, 1969 อ้างใน นิติยา ษชภักดี, 2551) จำแนกพัฒนาการทางสติปัญญา
ของเด็กวัยนี้อยู่ในระยะการคิดอย่างใช้เหตุผลเชิงรูปธรรม (Concrete operational stage: 7-11 years)
คือ เด็กเริ่มรู้จักจัดระเบียบแนวคิดได้ตามลักษณะของสิ่งที่ป็นรูปธรรม สังเกต ทดลองและเรียนรู้ มี
การพัฒนาการรอบแนวคิดที่เป็นระบบมากขึ้นช่วยให้เด็กเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งต่างๆ ในภาวะ
แวดล้อมเพิ่มขึ้นโดยเฉพาะทางกายภาพ ทำให้เข้าใจความคงอยู่ของน้ำหนัก ปริมาตร มวลสาร และ
เห็นความต่อเนื่องของเหตุและผลเป็นภาพรวมได้ดีขึ้น อย่างไรก็ตามเด็กจะต้องลงมือกระทำด้วยตนเอง
หรือสัมผัสกับของจริง จึงจะเกิดการเรียนรู้อย่างแท้จริงและเมื่อมีประสบการณ์การเรียนรู้หลายครั้ง
จะเข้าใจแนวคิดและมีความแน่ใจได้ เด็กจึงมีความสนใจอยากเรียนรู้เหตุและผลสิ่งใหม่ๆ เพื่อ
ทดสอบความคิดและความสามารถของตน ประกอบกับความสามารถในการใช้ตาและมือ
ประสานกันมีความคล่องแคล่วแม่นยำขึ้น เด็กจึงพัฒนาทักษะใหม่ๆ ทั้งเรื่องการอ่าน การเขียน การ
วาด สิ่งประดิษฐ์ และพัฒนาความคิดเชิงวิทยาศาสตร์และศิลปะได้มาก หากได้มีประสบการณ์เรียนรู้
ฝึกการคิด แก้ปัญหา โดยมีผู้ชี้แนะและช่วยเหลืออย่างเหมาะสม ในช่วงกลางถึงช่วงปลายของระยะนี้
เด็กจะเริ่มคิดคำนวณในใจได้จากง่ายไปยากซับซ้อนขึ้น วาดรูปภาพแบบสามมิติต่างๆ ได้ พยายามใช้
เหตุผลมาอธิบายปรากฏการณ์และเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นแล้วสรุปเป็นหลักการทั่วไป (inductive
reasoning) ซึ่งมีการศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพัฒนาการด้านสติปัญญาของเด็กวัยเรียน อายุ
6-13 ปี พบว่า มีปัจจัยทั้งด้านตัวเด็ก ด้านครอบครัว และด้านสภาพแวดล้อม ได้แก่ การศึกษาของพ่อ
แม่ อาชีพของพ่อแม่ รายได้ครอบครัว ผู้เลี้ยงดูเด็ก จำนวนบุตร ความสัมพันธ์ของครอบครัว และ
ภาวะวิกฤติของครอบครัว (นิชรา เรืองคารากานนท์, 2547)

2.1.2 ลักษณะพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของวัยเด็กตอนปลาย ปัจจัยสาเหตุ และวิธีการป้องกัน

จากการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตสังคม และสติปัญญา ทำให้เด็กวัย
นี้มีความต้องการหรือมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาที่อาจพบได้ตามลักษณะของพัฒนาการดังที่กล่าว
มาแล้ว ซึ่งในเบื้องต้นอาจไม่ถือว่าเป็นปัญหาพฤติกรรมที่รุนแรง แต่หากไม่ได้รับความเข้าใจการ
ตอบสนองจากผู้ใหญ่ หรือคนใกล้ชิดอย่างเหมาะสมขณะที่เด็กมีปัญหา อาจนำไปสู่การเกิดปัญหา
พฤติกรรมที่รุนแรงตามมาได้

ลักษณะของพฤติกรรมที่เป็นปัญหาสามารถแบ่งออกเป็นกลุ่มของลักษณะพฤติกรรมใหญ่ ได้ทั้งหมด 7 กลุ่ม (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2536) ดังนี้

1. **พฤติกรรมที่เกี่ยวกับบุคลิกภาพ** พฤติกรรมที่เป็นปัญหาลักษณะนี้จะเกี่ยวข้องกับความรู้สึกวิตกกังวล ความกลัว รู้สึกมีปมด้อย หรือความท้อแท้สิ้นหวัง มีลักษณะของพฤติกรรมการถอยหนี หลีกเลียง เนื้อหา ขี้อาย อ่อนไหวง่าย เมื่ออยู่ในชั้นเรียนมักจะแสดงอาการวิตกกังวลมากเกินไป เหตุ หลีกเลียงที่จะปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้น ไม่ยอมพูดหรือถกเถียงในกลุ่ม ไม่ยอมออกไปเขียนกระดานดำ หรือไม่อ่านหนังสือต่อหน้าเพื่อนร่วมชั้น เป็นต้น

2. **พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับปัญหาการแสดงออก** ลักษณะของพฤติกรรมประเภทนี้จะเกี่ยวกับการแสดงออกในทางก้าวร้าวต่อต้านสังคมจนเป็นเหตุให้เกิดความขัดแย้งกับครู เพื่อน หรือแม้กระทั่งผู้ปกครอง จะเห็นได้จากการชกต่อย การไม่เชื่อฟัง การรบกวนผู้อื่น การทำซ้ำหลายของเรียกร้องความสนใจ ขี้อัจฉริยะ ใช้ภาษาที่หยาบคาย ชอบแสดงตัวเองเป็นเจ้านาย เด็กกลุ่มนี้จะไม่รู้ตัวเองว่ากระทำความผิดหรือรบกวนผู้อื่นอยู่ และจะโทษผู้อื่นว่าเป็นเหตุทำให้เขาต้องแสดงพฤติกรรมรบกวนผู้อื่น

3. **พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมกับวุฒิภาวะ** เด็กพวกนี้ไม่สามารถที่จะเข้าสังคมกับเด็กวัยเดียวกับตนเองได้ เนื่องจากการพัฒนานั้นไม่เหมาะสมกับอายุ เช่น แก้ปัญหาหรือหาทางออกในลักษณะที่ง่าย ๆ เนื่องจากขาดทักษะที่เหมาะสมในช่วงเวลานั้น มีพฤติกรรมที่ชอบเล่นกับเด็กที่เล็กกว่า เนื่องมาจากการที่ตนเองไม่มีทักษะเพียงพอที่จะไปมีปฏิสัมพันธ์กับเด็กรุ่นเดียวกันได้ เด็กจะถูกเพิกเฉย และแยกตัวออกจากหมู่เพื่อน

4. **พฤติกรรมที่เกิดจากการอยู่ในสภาพที่ไม่เหมาะสม** เห็นได้จากเด็กที่มีในลักษณะของชิวาอาณูชญากร โดยที่ไม่ได้มีปัญหาพฤติกรรมทางด้านบุคลิกภาพ หรือการปรับตัวเข้าสังคมเลย รวมทั้งไม่มีปัญหาด้านอารมณ์ด้วย แต่เพราะเด็กกลุ่มนี้อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม เช่น อยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีการตัดสินปัญหาด้วยความรุนแรง อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่ชอบขโมยของ เด็กกลุ่มนี้จะมีการลอกเลียนพฤติกรรมในสังคมนั้นๆ พร้อมทั้งมีโอกาสที่ได้รับการเสริมแรงและการยอมรับจากคนในสภาพสังคมเหล่านั้นอีกด้วย

5. **พฤติกรรมที่เนื่องมาจากความแปรปรวนทางอารมณ์** อาจเป็นการแสดงอาการเห็นภาพหลอน แสดงพฤติกรรมแปลกๆ ที่เด็กวัยนี้ไม่ทำกัน เช่น การปีนป่ายและวิ่งไปมาในห้องเรียนตลอดเวลา อาจมีการแสดงลักษณะของความคิดที่สับสนไม่สามารถที่จะเชื่อมโยงสิ่งต่างๆได้ บางครั้งมีเดินไปและพูดกับตัวเอง คิดว่าตนเองมีอำนาจและพยายามที่จะแสดงพฤติกรรมที่บอกว่าตนเองมีอำนาจ ตลอดจนไม่สามารถแยกแยะระหว่างความจริงกับความฝันได้

6. พฤติกรรมที่เกี่ยวกับความผิดพลาดในการรับรู้สิ่งเร้าในสังคม แสดงให้เห็นจากการที่เด็กไม่สามารถที่จะรับรู้และเข้าใจคำสนทนาหรือคำพูดผู้อื่นได้ ไม่สามารถแยกแยะได้ว่าเมื่อไหร่ควรจะพูด และเมื่อไหร่ควรจะหยุดพูด ไม่สามารถเข้าใจภาษาท่าทางได้ และไม่สามารถแสดงออกในสังคมได้อย่างเหมาะสม พฤติกรรมเหล่านี้ทำให้มีผลต่อการเรียน แสดงออกโดยการหนีโรงเรียน หรือมักบ่นว่าเพื่อนๆ ไม่ชอบเขา และชอบประณามตนเองตลอดเวลา

7. พฤติกรรมที่เป็นเหตุทำให้ไม่สามารถที่จะเรียนรู้ในสภาพห้องเรียนได้ ลักษณะของพฤติกรรมกลุ่มนี้มักเกี่ยวข้องกับช่วงความสนใจของเด็กที่มีระดับต่ำกว่าปกติ ไม่สามารถนั่งเฉยๆได้ เป็นระยะเวลานานพอสมควร เด็กกลุ่มนี้มักมีระดับสติปัญญาปานกลาง แต่ไม่มีความผิดปกติทางหูหรือตา

จากลักษณะของพฤติกรรมที่เป็นปัญหาข้างต้น ยังไม่สามารถหาข้อสรุปที่แน่ชัดของสาเหตุของการเกิดลักษณะของพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในเด็กวัยเรียนได้ แต่ก็มีแนวความคิดกว้างๆ ของสาเหตุของพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และวิธีการป้องกันเป็น 2 ประเด็นใหญ่ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2536) คือ

1. พันธุกรรม เป็นแนวความคิดที่ได้รับการยอมรับมากในอดีต แต่ในปัจจุบันยังไม่มีการศึกษายืนยันแน่ชัดหรือข้อมูลที่ชี้ให้เห็นว่าพฤติกรรมของมนุษย์เป็นผลมาจากพันธุกรรม ซึ่งนักจิตวิทยามีความเห็นว่าการพันธุกรรมเป็นปัจจัยสาเหตุของพฤติกรรมที่เป็นปัญหาจริง ก็ไม่สามารถแก้ไขหรือป้องกันได้ จึงไม่มุ่งประเด็นสนใจศึกษาปัจจัยด้านนี้และให้ความสนใจปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมมากกว่า

2. สิ่งแวดล้อม จากแนวคิดที่ว่ามนุษย์เป็นสัตว์สังคม ทำให้มนุษย์พยายามปรับตัวเพื่อที่จะสามารถอยู่ในสังคมให้ได้อย่างมีความสุข และถ้าไม่สามารถปรับตัวได้ก็จะทำให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาขึ้นมา ซึ่งสภาพแวดล้อมที่มนุษย์ต้องสัมผัสกันตลอดเวลาสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 สภาพการณ์ต่างกัน คือ

2.1 สภาพในครอบครัว จัดได้ว่าเป็นสภาพแวดล้อมแรก และมีอิทธิพลมากที่สุดต่อลักษณะพฤติกรรมของเด็ก เด็กที่มาจากครอบครัวอบอุ่นจะเป็นเด็กที่มีความมั่นคงในอารมณ์สูง สามารถปรับตัวได้ดีในสังคมทั่วไป เด็กที่มาจากครอบครัวแตกแยกมักมีพฤติกรรมที่ก้าวร้าว ไม่มีความมั่นคงในอารมณ์ และไม่สามารถปรับตัวในสังคมได้อย่างเหมาะสม เด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่คิดว่าทุกครั้งที่เด็กถาม เด็กจะมีพฤติกรรมถดถอยหนีและไม่กล้าแสดงออก ดังนั้นการป้องกันคือต้องเริ่มจากครอบครัว พ่อแม่ต้องให้ความสนใจในพฤติกรรมแสดงออกของเด็ก เมื่อพบการแสดงออกในทางที่เป็นปัญหาให้ควรใช้วิธีการให้ผลกรรมที่ไม่พึงพอใจต่อพฤติกรรมนั้น พฤติกรรมดังกล่าวก็จะยุติไป เช่น หากพื้ดื้อ พ่อแม่ก็ให้งดดูทีวีในวันนี้ และเมื่อเด็กแสดง

พฤติกรรมที่เหมาะสม ก็ควรริบให้ผลกรรมที่พึงพอใจทันทีเช่นกัน จะทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ว่า พฤติกรรมใดที่ควรแสดงออกหรือไม่ควร และไม่ควรใช้การลงโทษเพียงอย่างเดียวเพราะจะทำให้เด็กพยายามที่จะหลีกเลี่ยงและอาจไปแสดงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาด้านอื่นอีก

2.2 สภาพในโรงเรียน โรงเรียนจัดได้ว่าเป็นบ้านหลังที่สองของเด็ก มีหน้าที่ในการสร้างพลเมืองที่ดีของชาติ แต่อาจพบได้ว่าเด็กที่มีปัญหาพฤติกรรมเป็นผลเนื่องมาจากสภาพในโรงเรียน คือมักให้สิ่งที่ไม่พึงพอใจแก่เด็กตลอดเวลา เช่น ใช้การลงโทษเมื่อเด็กไม่ทำตามที่ครูสั่ง การแข่งขันในเรื่องวิชาการ การดูค่า การพูดจาถากถาง การหัวเราะเยาะหรือการดูถูก เป็นต้น ทำให้เด็กอย่างหนีออกจากสภาพที่ไม่พึงพอใจเหล่านี้ เด็กที่สามารถหลีกเลี่ยงได้โดยการอ่านหนังสือ ทำการบ้านตลอดเวลา จนทำให้สอบได้คะแนนดี ก็จัดได้ว่าไม่เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา แต่มีเด็กอีกส่วนหนึ่งที่หลีกเลี่ยงโดยการหนีโรงเรียน แสดงพฤติกรรมก้าวร้าว ลาออกจากโรงเรียน และกลายเป็นยุวอาชญากรในที่สุด ประสิทธิภาพการเรียนการสอน สื่ออุปกรณ์การเรียนการสอน สิ่งแวดล้อมเชิงกายภาพในโรงเรียน ดังนั้นการป้องกันและทำให้เด็กมีความกระตือรือร้นที่จะอยากเรียนหนังสือ โรงเรียนควรจะต้องเปลี่ยนตัวเองให้เป็นสภาพสังคมที่น่าอยู่ และให้ผลกรรมที่พึงพอใจต่อเด็กทุกคนที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยการเน้นที่ความสำเร็จของแต่ละคนเป็นหลัก แทนที่จะให้การแข่งขันกันและให้คุณค่าของคนเก่ง เด็กก็มีกำลังใจที่จะเรียนรู้ต่อไป

2.3 สภาพของสังคม เนื่องจากความเจริญทางด้านเทคโนโลยี และสื่อต่างๆ ในยุคปัจจุบัน สภาพสังคมภายนอกบ้านจึงมีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมของเด็กโดยตรง โดยที่สื่อเป็นตัวกลางที่เสนอตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมแก่เด็ก เกิดพฤติกรรมการลอกเลียนแบบ ทำให้เด็กมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเหล่านั้น การป้องกันอาจต้องเริ่มที่การผลิตสื่อ ผู้ผลิตต้องนึกถึงและมีความรับผิดชอบต่อสังคม ในการนำเสนอสิ่งต่างๆ ผ่านสื่อ

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2544) ได้กล่าวถึงปัญหาพฤติกรรมที่พบได้ในเด็กวัยเรียน บังคับสาเหตุ และวิธีการป้องกันไว้ดังนี้

1. พุดสร้างเรื่องที่ไม่เป็นจริง เนื่องจากเด็กวัยนี้ยังเรียนมีจินตนาการ ไม่กล้าทั้งความเป็นเด็ก อาจมีการแต่งเรื่องราวขึ้นมาเองซึ่งเป็นเพียงการแสดงออกตามจินตนาการ เพื่อให้ได้รับความสนใจ ผู้ใหญ่อาจมองว่าเด็กกำลังพูดโกหก ซึ่งการถูกมองว่าโกหกจะทำให้เด็กเสียความภาคภูมิใจในตนเอง ผู้ใหญ่ควรรับฟังเรื่องที่เด็กเล่า แล้วสรุปให้เด็กเข้าใจว่านั่นเป็นจินตนาการ หากเด็กพูดโกหก ไม่ควรคาดคั้น เพราะเด็กมักไม่กล้ารับผิดชอบโดยเฉพาะถ้าเคยมีประสบการณ์ถูกทำโทษ ควรช่วยให้เด็กแก้ไขโดยช่วยเสริมให้เด็กกล้าที่จะรับผิดชอบและยินดีที่จะแก้ไข เมื่อเด็กทำผิดและกล้าหาญที่จะบอก ควรกล่าวคำชมและพูดคุยชักชวนกันหาทางแก้ไข นอกจากนี้ ผกา สัตยธรรม (2551) กล่าวว่าสาเหตุที่เด็กพูดโกหกมาจากผู้ปกครองมีความเข้มงวดมากเกินไป เด็กกลัวที่จะไม่สำเร็จตาม

ความคาดหวัง หรือขาดความรักความอบอุ่น จากครอบครัว ขาดเพื่อนหรือไม่สนิทกับพี่ ทำเพื่อให้ได้รับความสนใจ

2. การหยิบของผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต เด็กวัยนี้ยังไม่เข้าใจเรื่องสิทธิของตนเองและผู้อื่นอย่างเต็มที่ ขาดความรับผิดชอบต่อสิ่งของของตนเอง บางครั้งเด็กจะหยิบของผู้อื่นโดยมิได้ขออนุญาต โดยไม่ได้มีความตั้งใจที่จะขโมย แต่หากไม่ได้รับการแก้ไขจนกลายเป็นนิสัยที่ชอบขโมยของ มักมีสาเหตุจากขาดการอบรมสั่งสอน รู้จักไม่ห้ามปรามแก้ไข หรือมีตัวอย่างจากที่บ้าน เด็กขาดความยับยั้งชั่งใจ หรือต้องการสนองความต้องการของตนเอง เช่น มีฐานะยากจน (ผกา สัตยธรรม, 2551)

3. การพูดคำหยาบหรือคำสแลง เด็กวัยนี้มักจดจำหรือเลียนแบบสิ่งที่ได้ยิน โดยไม่เข้าใจแล้วนำมาพูด พูดตามแบบเพื่อนจากต้องการการยอมรับในกลุ่มเพื่อน อาจเพื่อเรียกร้องความสนใจเมื่อผู้ใหญ่ห้าม ไม่ควรตำหนิเด็ก ดูหรือว่าเด็กอย่างเดียว ควรอธิบายให้เด็กทราบความหมายของคำไม่สุภาพ แนะนำคำพูดอื่นที่เหมาะสมกว่า

4. ความอยากรู้อยากเห็นเกี่ยวกับเพศ เด็กวัยนี้เริ่มสนใจความแตกต่างระหว่างเพศ เรียนรู้จักเพศของตนและอยากรู้ความแตกต่างของเพศตรงข้าม ควรเปิดโอกาสให้เด็กเรียนรู้ความแตกต่างระหว่างเพศ ภายใต้คำแนะนำของผู้ใหญ่ซึ่งเด็กต้องการคำตอบที่ไม่ลึกซึ้งมากนัก แต่ต้องการคำตอบที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องเพศ

5. การไม่เชื่อฟัง เนื่องจากเด็กวัยนี้มีความต้องการเป็นของตัวเองประกอบกับมีความคล่องแคล่วว่องไวมากขึ้น ทั้งอยากรู้อยากเห็น ต้องการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ทำให้เด็กมีลักษณะไม่เชื่อฟังสิ่งหนึ่งที่สำคัญในพัฒนาการของเด็กวัยนี้ คือต้องการมีความสามารถทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง แม้ได้รับคำอธิบายแล้วก็ตาม แต่เด็กก็พยายามจะเรียนรู้สิ่งต่างๆด้วยวิธีการของตนเอง ผู้ใหญ่ควรสนับสนุนให้เด็กเป็นตัวของตัวเองโดยมีกติกา และฝึกให้เด็กยอมรับกติกา ยอมรับการอยู่ร่วมกับผู้อื่น รู้จักยืดหยุ่นประนีประนอม ไม่เอาความคิดของตนเองเป็นใหญ่

สรุปได้ว่าการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการด้านต่างๆ ที่เกิดขึ้นของเด็กวัยนี้ ทำให้เด็กมีความต้องการตามลักษณะของพัฒนาการของแต่ละบุคคล ซึ่งครอบครัว ผู้ใหญ่ หรือคนใกล้ชิดต้องมีความรู้ ความเข้าใจ พัฒนาการของเด็ก ยอมรับการเปลี่ยนแปลง ให้ความรัก ความอบอุ่น ให้กำลังใจ และความช่วยเหลือ เพื่อช่วยให้เด็กมีพัฒนาการตามวัยได้อย่างปกติสุขผ่านไปสู่พัฒนาการในขั้นต่อไปของวัยได้ ไม่เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหารุนแรงตามมา ซึ่งจากปัจจัยสาเหตุของการเกิดปัญหาพฤติกรรมของเด็กวัยนี้ดังที่กล่าวมา จะเห็นว่าวิธีการป้องกันการเกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาที่ดีที่สุดเพื่อไม่ก่อให้เกิดเป็นปัญหาพฤติกรรมที่รุนแรงตามมา ควรเริ่มต้นที่ตัวเด็กเอง โดยได้รับการปลูกฝังและพัฒนาทักษะชีวิตในด้านต่าง ๆ จากบุคคลใกล้ชิด ไม่ว่าจะเป็นครอบครัว นั่นคือพ่อแม่ หรือ

โรงเรียนซึ่งก็คือครู เปรียบได้กับการสร้างภูมิคุ้มกันหรือเกราะกำบังเล็กๆ จากสภาพสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่เป็นปัจจัยสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาดังกล่าว นอกจากนั้นวัยเด็กตอนปลายซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ถือเป็นช่วงเปลี่ยนผ่านกำลังจะก้าวเข้าสู่การเป็นวัยรุ่นตอนต้นและเพื่อรับการศึกษาต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษาชั้นนั้น ต้องมีการเผชิญกับปัญหาทั้งจากสภาพภายในโรงเรียน และสัมผัสกับสภาพสังคมภายนอก ทำให้มีความยุ่งยากซับซ้อนในการดำเนินชีวิตมากขึ้น นับว่าเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมและจำเป็นมากในการปลูกฝังและพัฒนาทักษะชีวิต ซึ่งตามลักษณะของพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ พบว่าเด็กวัยนี้มีความพร้อมและเหมาะสมต่อการส่งเสริมและการปลูกฝังทักษะชีวิตเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะทักษะการคิดที่ถูกต้องเสริมสร้างลักษณะนิสัยให้รู้จักคิดเป็น มีความรู้ ความเข้าใจในสภาพความเป็นจริงของปัญหา มีความเชื่อและค่านิยมที่ถูกต้อง เป็นแนวทางในการปฏิบัติต่อชีวิตของตนเอง และต่อสภาพแวดล้อม สังคม วัฒนธรรม รวมทั้งทางวัตถุ และเทคโนโลยี เพื่อให้เด็กสู้กับสภาพปัญหา รู้จักคิดแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในการทำงาน และการดำรงชีวิต เป้าหมายเพื่อนำมาซึ่งความสุขที่แท้จริงแก่ตนเองและผู้อื่นสามารถเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีได้ต่อไป

2.1.3 บทบาทพยาบาลในการสร้างเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียน

พยาบาลเป็นบุคคลหนึ่งในทีมสุขภาพที่ให้การดูแลบุคคล ทำการสร้างเสริมสุขภาพให้มีความสมดุลทั้งในภาวะปกติและเจ็บป่วย เป็นผู้ที่ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของบุคคล ครอบครัว และชุมชน และพยาบาลเป็นกลุ่มวิชาชีพทางสุขภาพที่สามารถจะให้ความรู้ ให้คำแนะนำปรึกษา ดูแล ชี้แนะแก่ประชาชนเพื่อสร้างเสริมสุขภาพได้อย่างเต็มที่ ดังนั้นพยาบาลจะต้องมีความสามารถเข้าใจธรรมชาติของเด็ก ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และเข้าใจว่าเด็กมีการรับรู้ต่อสุขภาพของตนเองอย่างไร พยาบาลจึงต้องวิเคราะห์ สังเคราะห์ ความรู้เกี่ยวกับเด็กมาใช้ในการประเมิน วางแผนและดูแลสุขภาพเด็ก โดยการปฏิบัติการพยาบาลตั้งอยู่บนพื้นฐานของความรู้เรื่อง การดูแลระดับปฐมภูมิ การสร้างเสริมสุขภาพ การคงอยู่ซึ่งสุขภาพที่สมดุล การรักษา และฟื้นฟูสุขภาพที่เจ็บป่วย การพยาบาลต้องเอื้อให้เกิดการตัดสินใจ รวมทั้งมิติของครอบครัว ชุมชน ตามพัฒนาการเด็ก พยาบาลต้องพิจารณาถึงวัฒนธรรม และวิถีชีวิตของเด็กขณะนั้น นอกจากนั้นพยาบาลต้องมีความสามารถในการสื่อสาร และรู้จักใช้กลยุทธ์ต่างๆ ในการสร้างเสริมสุขภาพเด็กได้อย่างเหมาะสม การสร้างเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียนปฏิบัติได้ดังนี้ (นิตยา ไทยภิรมย์, 2555)

1. รวบรวมข้อมูล โดยการประเมินพฤติกรรมสุขภาพเด็ก ได้แก่ โภชนาการ การออกกำลังกาย พฤติกรรมเสี่ยง พฤติกรรมความรับผิดชอบต่อสุขภาพของเด็ก สัมพันธภาพกับบุคคลอื่น การจัดการกับความเครียด คัดกรองสุขภาพทางกายและสุขภาพทางจิตใจ อารมณ์ สังคมของเด็ก

ได้แก่ การตรวจสุขภาพทางกาย การถูกทำร้ายทั้งทางร่างกายและจิตใจ และรวบรวมข้อมูลความรู้ความสามารถของผู้ปกครองในการดูแลเด็ก

2. แปลผลข้อมูลที่รวบรวมได้ว่าเด็กมีความเสี่ยงต่อสุขภาพระดับใด

3. หาแนวทางแก้ไขความเสี่ยงต่อสุขภาพ ดังนี้

3.1 ระดับความเสี่ยงต่ำ พยาบาลทำการส่งเสริมสุขภาพโดยกระตุ้นให้ปฏิบัติพฤติกรรมที่ดีต่อไป ให้แนวทางในการดูแลสุขภาพ

3.2 ระดับความเสี่ยงปานกลาง ให้วิเคราะห์ปัญหาที่แท้จริงว่าเกิดจากอะไร ประเมินความพร้อมของเด็ก พ่อแม่หรือผู้ดูแล ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดปัญหาเพื่อการแก้ไขร่วมกัน พุดคุยปรึกษาวิธีการแก้ปัญหาร่วมกันกับเด็กและครอบครัว ส่งเสริมสมรรถนะของเด็ก และพ่อแม่ หรือผู้ดูแล จากนั้นลงมือปฏิบัติ และติดตามประเมินผล

3.3 ระดับความเสี่ยงสูง ให้ส่งผู้เชี่ยวชาญเพื่อแก้ปัญหา และติดตามประเมินผล

4. ลงมือปฏิบัติส่งเสริมสุขภาพ เช่น ให้ภูมิคุ้มกันโรคต่อเนื่อง ให้คำปรึกษา ให้แนวทางการปฏิบัติทางสุขภาพทั้งด้านร่างกาย และจิตใจที่เหมาะสม เช่น การรับประทานอาหาร การจัดการความเครียด โดยใช้กลยุทธ์ต่างๆ

นอกจากนั้น สุวรรณิ พุทธิศรี (2547) ได้กล่าวถึงบทบาทของบุคลากรทีมสุขภาพเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพจิตในโรงเรียนสำหรับเด็กวัยเรียน โดยเน้นการป้องกันปัญหาทางสุขภาพจิต และการส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดีให้กับเด็กๆ แบ่งเป็น 3 ระดับคือ ปฐมภูมิ ทุติภูมิ และตติภูมิ ซึ่งบทบาทของพยาบาลที่สามารถกระทำได้คือการป้องกันระดับปฐมภูมิ ได้แก่ ส่งเสริมพัฒนาการรอบด้าน คือพัฒนาการทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และจริยธรรม รวมถึงค้นหาเด็กกลุ่มเสี่ยงและให้การช่วยเหลือเบื้องต้นโดยเร็ว และลดปัจจัยเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพจิตและเพิ่มปัจจัยในการสร้างเสริมสุขภาพที่ดี โดยอาจกระทำดังนี้

1. การปรับเปลี่ยนทัศนคติผู้บริหาร

2. การให้ความรู้ ครู พ่อแม่ ในเรื่องราวทักษะการเลี้ยง การพัฒนาเด็ก ทักษะการค้นหาเด็กกลุ่มเสี่ยง

3. การจัดกิจกรรมสร้างทักษะชีวิตในด้านต่างๆ

4. การสร้างกลุ่มเครือข่ายพ่อแม่

2.2 แนวคิดทักษะชีวิต (Life skill)

ได้มีผู้ให้คำนิยามและจัดองค์ประกอบทักษะชีวิตแตกต่างกันไปไว้มากมาย คำว่า ทักษะชีวิต ทักษะการดำรงชีวิต ทักษะการเรียนรู้ชีวิต และทักษะการดำเนินชีวิต เป็นความหมายที่สอดคล้องตรงกับคำว่า Life skills ซึ่งองค์การอนามัยโลก (World Health Organization ; WHO) เป็นผู้บัญญัติศัพท์นี้รวมทั้งให้ความหมายขององค์ประกอบของความสามารถในด้านนี้ด้วย (วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี, 2546) และเริ่มต้นนำมาเผยแพร่ ส่งเสริมการสอนทักษะชีวิต โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้คนรู้จักดูแลตนเองทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ ซึ่งจะส่งผลให้คนมีสภาพการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมด้วยตนเองได้โดยไม่เป็นภาระของสังคม โดยสอดคล้องกับแนวคิดในการปฏิบัติตนในการรักษาสุขภาพ แต่เน้นความสำคัญของบุคคลให้รู้จักการปรับตัวพร้อมการเผชิญในการเปลี่ยนแปลงทางสังคม (WHO, 1997)

2.2.1 ความหมายของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ได้ให้ความหมายของ ทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นความสามารถในการปรับตัวของบุคคลต่อความต้องการของตนเอง สิ่งที่ต้องเผชิญในสังคม และสิ่งแวดล้อมต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมในชีวิตประจำวัน

กรมสุขภาพจิต (2544) กล่าวว่า เป็นความสามารถอันประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในการจัดการกับความกดดัน ความบีบคั้น ปัญหาต่างๆ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเพศ สารเสพติด บทบาทชายหญิง ชีวิตครอบครัว สุขภาพ อิทธิพลสื่อ สิ่งแวดล้อม จริยธรรมและปัญหาสังคม

สำหรับนักวิชาการและนักการศึกษาก็ได้ให้ความหมายไว้คล้ายคลึงกัน เช่น

วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี (2546) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิต ไว้ดังนี้

1. ความสามารถของมนุษย์ที่มีติดตัวมาแต่กำเนิด
2. ความสามารถที่มนุษย์สามารถเรียนรู้จากตนเองและผู้อื่น ซึ่งรวมถึงสภาพแวดล้อมทั้งทางธรรมชาติและทางสังคมที่มนุษย์เป็นผู้สร้างขึ้น
3. ความสามารถที่ประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะการจัดการกับชีวิตของตนเอง กับปัญหา กับสภาพแวดล้อมต่างๆ ได้
4. ความสามารถที่มนุษย์ควรจะพัฒนาได้จนบรรลุจุดสูงสุดในชีวิต คือความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ตามศักยภาพของแต่ละบุคคล

เทพ สงวนกิตติพันธ์ (2545) ได้ให้ความหมายคือ ความรู้ ความสามารถ ความเชี่ยวชาญ ที่จะช่วยให้ความเป็นอยู่ หรือการดำเนินกิจกรรมต่างที่เกี่ยวข้องกับร่างกาย สังคม และจิตใจ ของบุคคลให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิต

สมากรณ์ แผนสมบุรณ์ (2548) กล่าวว่า เป็นความสามารถภายในตัวบุคคล ประกอบด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะ ที่จะจัดการกับปัญหารอบ ๆ ตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต เพื่อที่จะสามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากความหมายดังกล่าวข้างต้นจึงสรุปได้ว่า ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการปรับตัว จัดการกับปัญหาต่าง ๆ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้อย่างสร้างสรรค์ ด้วยการใช้ความคิดเชิงเหตุผล

2.2.2 องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์ประกอบของทักษะชีวิตตามแนวทางซึ่งองค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ได้ศึกษา กล่าวว่าองค์ประกอบของทักษะชีวิตในแต่ละประเทศ แต่ละวัฒนธรรมจะมีความแตกต่างกันไปตามสถานการณ์ แต่ก็สามารถวิเคราะห์ออกมาได้ว่ามีทักษะชีวิตพื้นฐานหรือทักษะชีวิตหลัก (core set of skills) ที่ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพและความผาสุกสำหรับเด็กและวัยรุ่นเป็น 10 องค์ประกอบ คือ

1. ทักษะการตัดสินใจ (Decision Making) หมายถึง เป็นทักษะที่จะช่วยให้บุคคลมีการตัดสินใจในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ในชีวิต ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ภายใต้หลักของเหตุและผล คือ มีการประเมินทางเลือก และประเมินผลของการตัดสินใจเลือกทางนั้น ๆ

2. ทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving) หมายถึง เป็นทักษะที่จะช่วยให้บุคคลสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต และส่งผลทำให้เกิดภาวะตึงเครียดทั้งร่างกายและจิตใจของเขา

3. การมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ (Creative Thinking) เป็นส่วนที่จะสนับสนุนการตัดสินใจและแก้ปัญหาจากการค้นหาทางเลือกต่าง ๆ และผลที่เกิดขึ้นในแต่ละทางเลือก โดยสามารถนำเอาประสบการณ์มาใช้ในการปรับตัวในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม แม้ว่าบางครั้งจะยังไม่มี การตัดสินใจและแก้ไขปัญหาที่ตาม ความคิดสร้างสรรค์ยังช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวให้เข้ากับ สถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้

4. การมีความคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical Thinking) เป็นความสามารถของบุคคล ในการวิเคราะห์ สังเคราะห์ แยกแยะข้อมูลข่าวสาร และประเมินปัจจัยต่าง ๆ จากปัญหาและ สถานการณ์ต่าง ๆ ที่อยู่แวดล้อมตัวเรา และปัจจัยแวดล้อมที่มีอิทธิพลจากสื่อชนิดต่าง ๆ ที่มีผลต่อ การดำเนินชีวิตของบุคคล

5. ทักษะการสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Effective Communication) เป็นความสามารถในการใช้คำพูด ทำทาง เพื่อแสดงความรู้สึกนึกคิดของตนได้อย่างถูกต้องเหมาะสมต่อชนบทรรมนิยมประเพณี วัฒนธรรมและสถานการณ์ต่าง ๆ โดยสามารถที่จะแสดงความคิดเห็น ความต้องการ การขอร้อง การตักเตือน การช่วยเหลือและการปฏิเสธอีกทั้งสามารถรับรู้ถึงความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่ายได้ด้วย

6. ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal Relationship Skills) เป็นความสามารถของบุคคลในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้อย่างเหมาะสม สามารถที่จะรักษาเพื่อให้ดำรงไว้ซึ่งความสัมพันธ์ที่ดี ซึ่งจะนำไปสู่การอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุขและรวมถึงแรงสนับสนุนทางสังคมที่ได้จากการรักษาสัมพันธภาพที่ดีของบุคคลในครอบครัว

7. ความสามารถที่จะตระหนักรู้ในตนเอง (Self - Awareness) เป็นความสามารถของบุคคลในการเข้าใจจุดดี - จุดด้อยของตนเอง อะไรที่ตนเองต้องการ และอะไรที่ตนเองไม่ต้องการ และเข้าใจในความแตกต่างระหว่างบุคคล ไม่ว่าจะในแง่ของความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา หรืออาชีพ นอกจากนี้ยังส่งผลต่อการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลอีกด้วย

8. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการที่จะเข้าใจถึงความเหมือน หรือความแตกต่างระหว่างบุคคล ถึงแม้จะไม่คุ้นเคยก็จะช่วยให้เราเข้าใจและยอมรับในความแตกต่างของบุคคลอื่น ไม่ว่าในแง่ของความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ฯลฯ โดยเฉพาะบุคคลที่ต้องการได้รับความช่วยเหลือและการดูแลเป็นพิเศษจากสังคม

9. การจัดการเกี่ยวกับภาวะอารมณ์ (Coping with Emotions) เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ การรู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น อีกทั้งรู้วิธีการจัดการกับอารมณ์ซึ่งจะทำให้สามารถตอบสนองและแสดงพฤติกรรมออกมาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

10. การจัดการเกี่ยวกับความเครียด (Coping with stress) เป็นความสามารถของบุคคลในการรับรู้ถึงสาเหตุและรู้วิธีการผ่อนคลายความเครียด และแนวทางในการควบคุมระดับความเครียด เพื่อให้เกิดการเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสม

สำหรับในประเทศไทยได้มีการนำทักษะชีวิตมาใช้ในการเรียนการสอน และเริ่มแพร่หลายตั้งแต่ พ.ศ. 2538 (วุฒิพงษ์ ลิ้มปวีโรจน์, 2553) โดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข และกระทรวงศึกษาธิการ ได้มีการนำทักษะชีวิตไปใช้ในการจัดการเรียนการสอน และการจัดกิจกรรมการป้องกันแก้ไขปัญหายาเสพติด และได้มีการปรับเปลี่ยนและจัดองค์ประกอบทักษะชีวิตใหม่ให้เหมาะสมกับสภาพสังคมและวัฒนธรรมไทย ทั้งนี้เพื่อให้สอดคล้องเหมาะสมกับบริบทของสังคมไทยที่สภาพการณ์มีความรุนแรงในกระแสเจตคติและค่านิยมที่ผิดๆ ตลอดจนการละเลยหรือขาดความรับผิดชอบต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นต่อสังคม และง่ายต่อการจัดการเรียนการสอนและพัฒนา

วิธีการสอนของครู ซึ่งได้กำหนดองค์ประกอบของทักษะชีวิตตามพฤติกรรมการเรียนรู้แบ่งเป็น 3 ด้าน คือ ด้านพุทธิพิสัย ด้านจิตพิสัย และด้านทักษะพิสัย มี 12 องค์ประกอบ โดย 2 องค์ประกอบที่เพิ่มเติมจากของ WHO เป็นองค์ประกอบทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย คือ ความภาคภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบสังคม มีรายละเอียดองค์ประกอบทักษะชีวิตตามรายด้านดังนี้ (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2547)

1. องค์ประกอบทักษะชีวิตด้านพุทธิพิสัย มี 1 คู่ ได้แก่

- การคิดวิเคราะห์วิจารณ์ (Critical Thinking) เป็นความสามารถในการวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหา และสถานการณ์ต่างๆ อย่างมีจุดหมาย

- ความคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) เป็นความสามารถในการคิด ไตร่ตรองที่หลากหลาย ไม่ยึดติดอยู่ในกรอบ

2. องค์ประกอบทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย มี 2 คู่ ได้แก่

- ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self awareness) เป็นความสามารถในการรับรู้และเข้าใจความรู้สึกความคิด และอารมณ์ของตนเองได้ตามความเป็นจริง และสามารถควบคุมอารมณ์ และความรู้สึกของตนเองได้

- ความเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการรับรู้และอารมณ์ความต้องการของผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา สามารถแสดงออกอย่างเหมาะสม

- ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self Esteem) เป็นความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ค้นพบและภูมิใจในความสามารถด้านต่างๆ ของตน มีความเชื่อมั่นและนำสิ่งเหล่านี้มาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นได้

- ความรับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility) เป็นความตระหนักว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและพยายามทำหน้าที่ให้สำเร็จและได้ผลดี และรับผิดชอบต่อผลที่เกิดขึ้น

3. องค์ประกอบทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัย มี 3 คู่ ได้แก่

- การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร (Interpersonal Communication) เป็นความสามารถในการติดต่อหรือสัมพันธ์กับผู้อื่นเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดี และความสามารถในการแสวงหาความร่วมมือ

- การตัดสินใจและการแก้ปัญหา (Decision making and Problem solving) เป็นความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุ ทางเลือก และลงมือปฏิบัติอย่างถูกต้องเหมาะสม

- การจัดการกับอารมณ์และความเครียด (Coping with emotion and Stress) เป็นความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม

ในด้านองค์ประกอบทักษะชีวิตของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รจก ภูไพบูลย์, 2553) ซึ่งได้จัดและให้คำนิยามขององค์ประกอบทักษะชีวิตที่จำเป็นสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา โดยการจัดการประชุมเชิงปฏิบัติการ มีการระดมสมองจากกุมารแพทย์ นักจิตวิทยา นักการศึกษา พยาบาลเด็ก พยาบาลอนามัยโรงเรียน ผู้บริหารโรงเรียน และผู้แทนผู้ปกครองนักเรียน กำหนดทักษะชีวิตที่จำเป็นซึ่งควรได้รับการสอนและพัฒนาอย่างเร่งด่วนในนักเรียนชั้นประถมศึกษาตามบริบทของสภาพสังคมและวัฒนธรรมไทยในปัจจุบัน เป็น 10 องค์ประกอบ ดังนี้

1. ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าจากการรับรู้จุดดีหรือความสามารถในด้านต่างๆ ของตนเอง และยอมรับนับถือในตนเอง
2. การคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ หมายถึง ความสามารถที่จะคิดอย่างมีระบบ มีวิจารณญาณ กรั่นกรองการรับรู้ข้อมูลข่าวสารและสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจากสื่อได้อย่างรอบคอบ บนฐานของความถูกต้องและความจริง
3. การตัดสินใจและการแก้ปัญหา หมายถึง ความสามารถในการใช้กระบวนการวางแผนเพื่อค้นหาทางเลือกที่ถูกต้องเหมาะสมและเป็นไปได้อย่างมีเหตุผล และจัดการวางแผนแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องและเกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น
4. การควบคุมกับอารมณ์ หมายถึง ความสามารถที่จะจัดการความรู้สึกต่างๆ ของตนเองเพื่อยับยั้งการแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และมีการแสดงออกทั้งทางกิริยาและอารมณ์อย่างเหมาะสม ในสถานการณ์ที่มีอารมณ์เป็นตัวก่อให้เกิดปัญหา
5. ความซื่อสัตย์ หมายถึง การประพฤติตรงและจริงใจ ไม่คิดทรยศ ไม่คดโกง ไม่โกหกหลอกลวง ไม่บิดเบือนความเป็นจริงทั้งต่อตนเองและผู้อื่น
6. ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ หมายถึง การรู้จักให้ แบ่งปันน้ำใจและสิ่งของแก่ผู้อื่น โดยไม่หวังผลตอบแทนด้วยความรู้สึกเห็นอกเห็นใจและความเมตตากรุณา
7. ความพอเพียง หมายถึง การใช้จ่ายและใช้ชีวิตอย่างสมดุล ตั้งอยู่บนความพอดี พอประมาณ ความมีเหตุผล และการมีความพร้อมต่อการรับการเปลี่ยนแปลง
8. ความรับผิดชอบต่อตนเอง หมายถึง ความสำนึกได้อยู่เสมอในการกระทำสิ่งที่ดี กับตนเอง เอาใจใส่ติดตามผลไม่ทอดทิ้ง ไม่ปัดความรับผิดชอบ
9. ความรับผิดชอบต่อครอบครัว หมายถึง ความสำนึกได้ว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวและกระทำให้เกิดสิ่งที่ดีแก่ครอบครัว มีส่วนร่วมในการเอาใจใส่ไม่ทอดทิ้งครอบครัว เพื่อความสุขและชื่อเสียงของครอบครัว ตามความสามารถของตน

10. ความรับผิดชอบต่อสังคม หมายถึง ความสำนึกได้ว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และกระทำสิ่งที่ดีต่อสังคม มีส่วนร่วมในการเอาใจใส่ดูแลสังคม ปฏิบัติตามสิทธิหน้าที่ และไม่ละเมิดสิทธิและหน้าที่ของผู้อื่นและข้อตกลงของสังคม

2.2.3 ทักษะชีวิตกับการป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) กล่าวว่าทักษะชีวิตเป็นความสามารถทางจิตสังคม (Psychosocial competence) เสมือนตัวกระตุ้นที่เชื่อมโยงความรู้ ทักษะ และค่านิยมของบุคคล ก่อให้เกิดเป็นพฤติกรรมสุขภาพทางบวก โดยการถ่ายทอดความรู้ ทักษะ และค่านิยมของตนเองออกมาว่า “จะทำอะไรและได้อย่างไร” (what to do and how to do it) กล่าวคือเมื่อบุคคลมีทักษะชีวิตแล้วโอกาสในการเกิดความสามารถทางจิตสังคมก็จะเร็วขึ้น ซึ่งหมายถึงความสามารถในการปรับตัวต่อความต้องการของตนเอง การเผชิญปัญหาในสังคม และจัดการกับสิ่งแวดล้อมรอบตัวได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้อยู่รอดและสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ซึ่งความสามารถดังกล่าวเปรียบเป็นตัวป้องกันแบบปฐมภูมิ เหมือนภูมิคุ้มกันที่ช่วยลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหามา ดังแสดงในภาพที่ 2.1



ภาพที่ 2.1 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหา (WHO, 1997. *Life skills education for Children and adolescents in school*. Retrieved February 10, 2011, from: http://www.asksourc.info/pdf/31181_lifeskillsed_1994.pdf)

บุคคลอาจมีพื้นฐานความรู้ ทักษะ และค่านิยมเดิมหรืออาจมีการได้มาซึ่งความรู้ใหม่ และเมื่อมีการฝึกฝนหรือได้รับการส่งเสริมทักษะชีวิตหรือส่งเสริมให้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จะส่งผลให้เกิดพฤติกรรมสุขภาพที่ดีและก่อให้เกิดพฤติกรรมป้องกันการปัญหาทางสุขภาพหรือการป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตามมาด้วย ซึ่งการส่งเสริมการสอนทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลกได้เป็นที่ยอมรับอย่างแพร่หลาย แต่อย่างไรก็ตามองค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) กล่าวว่า ในปัจจุบันได้มีการเปลี่ยนแปลงทางสังคม วัฒนธรรม และรูปแบบการดำเนินชีวิตไป ทำให้เด็ก ๆ ขาดการส่งเสริมการสอนทักษะชีวิตที่จำเป็นที่จะช่วยพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตให้พวกเขาเผชิญกับสถานการณ์ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าว และความต้องการที่มากขึ้น ซึ่งอาจเกิดจากปัจจัยหลายประการ เช่น ปัจจัยทางด้านครอบครัว ปัจจัยทางด้านวัฒนธรรม อีกทั้งอิทธิพลจากการได้รับสื่อต่างๆ ส่งผลให้มีการเติบโตขึ้นมาในสังคม หรือสถานการณ์ที่มีความหลากหลายทางชนชาติและวัฒนธรรม ดังนั้นเด็ก ๆ ในยุคนี้จึงมีการดำเนินชีวิต ความคาดหวัง การให้คุณค่า และโอกาสต่างๆ ในชีวิตของพวกเขาแตกต่างจากรุ่นของพ่อแม่ ทั้งนี้การสอนและการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตจึงต้องคำนึงถึงความแตกต่างทางปัจจัยสิ่งแวดล้อมวัฒนธรรมและปัจจัยทางครอบครัว หรือแบบแผนของการดำเนินชีวิตในยุคปัจจุบันที่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมด้วย

ทักษะชีวิตจากองค์การอนามัยโลก ในเวลาต่อมาได้มีการเผยแพร่การศึกษาเรื่องทักษะชีวิตไปยังหน่วยงานต่างๆ ทั่วโลก และมีการนำทักษะชีวิตไปประยุกต์ใช้อย่างกว้างขวาง รวมถึงประเทศไทยด้วยเช่นกัน ซึ่งการนำทักษะชีวิตไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพจะส่งเสริมให้บุคคลเกิดการมีสุขภาพจิตที่ดี ส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมได้ ดังรายงานผลการศึกษาของ ของ ชูติมา ไชยแสน (2547) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการปรับตัวของนักศึกษาปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี จำนวน 340 คน พบว่า ทักษะชีวิตในทุกด้านและการปรับตัวด้านการเรียน มีความสัมพันธ์กันในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสนับสนุนการศึกษาของ Rahmati, Adibrad, Tahmasian, & Saleh sedghpour (2010) ซึ่งศึกษาประสิทธิภาพของการฝึกทักษะชีวิตต่อการปรับตัวทางสังคม ในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 20 คน พบว่า การฝึกทักษะชีวิตช่วยลดพฤติกรรมทางสังคมที่ไม่เหมาะสมและส่งเสริมการปรับตัวทางสังคมในกลุ่มทดลองมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) นอกจากนี้ยังพบว่าการมีทักษะชีวิต ยังสามารถช่วยลดการเกิดอาการทางจิตเวชและเพิ่มความภาคภูมิใจในตนเองได้ ดังรายงานการศึกษาของ Sobhi-Gharamaleki & Rajabai (2010) ที่ทำศึกษาประสิทธิภาพของการฝึกทักษะชีวิตต่อการเพิ่มขึ้นของสุขภาพจิตที่ดีและความภาคภูมิใจในตนเอง ในนักเรียนมหาวิทยาลัย จำนวน 37 คน ที่สงสัยว่ามีสุขภาพจิตผิดปกติ พบว่า การฝึกทักษะชีวิตมีประสิทธิภาพในการลดอาการทางจิตเวช (วิตกกังวล ซึมเศร้า และเครียด) และเพิ่มความภาคภูมิใจในตนเอง ในกลุ่มทดลองมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติ ($p < .005$) นอกจากนั้นยังช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้ ดังรายงานการศึกษาของ สมภรณ์ แผนสมบุรณ์ (2548) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมสร้างการทักษะชีวิตเพื่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดจันทรสโมสร จำนวน 40 คน พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$)

การมีทักษะชีวิตนอกเหนือจากช่วยส่งเสริมการมีสุขภาพจิตที่ดีดังกล่าวแล้ว ยังช่วยส่งเสริมการมีสุขภาพกายที่ดีด้วย จากการได้รับการส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมป้องกันปัญหาทางสุขภาพ หรือลดพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ นั้นเอง เช่น สามารถช่วยป้องกันเอชไอวี/เอดส์ ดังรายงานการศึกษาของ Visser (2005) ที่ทำการศึกษการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันเอชไอวี/เอดส์ ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ประเทศแอฟริกาใต้ จำนวน 5 โรงเรียน นักเรียน 667 คน พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความรู้ ทักษะคิดต่อการป้องกัน เอชไอวี/เอดส์ เพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) หรือสามารถช่วยป้องกันการสูบบุหรี่ได้ ดังรายงานการศึกษาของ ปัญญารัตน์ ลาภวงศ์วัฒนา, สุณีย์ ละกำป็น, ทศนีย์ นนทะสร, และปรญา นันทสุคนธ์ (2547) ที่ทำการศึกษประสิทธิผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตต่อการป้องกันการสูบบุหรี่ ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 86 คน พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่เพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .0001$) นอกจากนั้นยังสามารถช่วยป้องกันการเสพติดได้ เป็นต้น ดังรายงานการศึกษาของ ประณยา ปันปิ่น (2551) ที่ทำการศึกษาโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพติด ในนักเรียนชั้นประถมศึกษา จังหวัดเชียงราย จำนวน 48 คน พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมป้องกันการเสพติดเพิ่มขึ้นสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$)

2.2.4 ความสำคัญของทักษะชีวิตสำหรับเด็กวัยเรียน

จากการทบทวนวรรณกรรม จะเห็นว่าการมีทักษะชีวิต เปรียบเสมือนการมีภูมิคุ้มกันที่ช่วยลดหรือป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตามมา และมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งสุขภาพทางร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาสุขภาพที่เกี่ยวข้องจากพฤติกรรมเสี่ยงของบุคคล จากการต้องเผชิญกับความเครียดและแรงกดดันในชีวิตประจำวัน ซึ่งปัญหาเหล่านี้ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมา ดังนั้นการส่งเสริมความสามารถเชิงจิตสังคมจึงมีส่วนช่วยในการส่งเสริมพฤติกรรมทางบวกของบุคคลเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งองค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) กล่าวว่าวิธีการที่ดีและเหมาะสมในการส่งเสริมความสามารถเชิงจิตสังคม คือการช่วยให้บุคคลมีแหล่งประโยชน์ภายในตนเองและจากสังคม ที่จะช่วยในการจัดการกับปัญหา หรือการสอนและจัดกิจกรรมพัฒนา

ทักษะชีวิตสำหรับเด็กภายในโรงเรียนนั่นเอง นอกจากนั้นยังกล่าวอีกว่า การสอนทักษะชีวิตในทางอุดมคติแล้ว ควรมีการส่งเสริมให้ได้รับการสอนทักษะชีวิตตั้งแต่วัยเด็ก ก่อนที่จะได้รับรูปแบบของพฤติกรรมและการมีปฏิสัมพันธ์ในทางลบเกิดขึ้น

มีการศึกษาวิจัยเพื่อการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กและเยาวชนในประเทศไทยเป็นจำนวนมาก ซึ่งมากกว่าร้อยละ 80 เป็นการสอนและจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กภายในโรงเรียน ซึ่งองค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) มีแนวคิดว่ามีวิธีการในการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนที่เหมาะสมที่สุด ก็คือ ควรเริ่มพัฒนาทักษะชีวิตขึ้นในระบบโรงเรียน ซึ่งโรงเรียนเป็นสถานที่ที่เหมาะสมสำหรับเริ่มต้นการสอนทักษะชีวิต เนื่องจาก เด็กส่วนใหญ่อยู่ในระบบโรงเรียนซึ่งจะเข้าถึงได้ง่าย มีโครงสร้างพื้นฐานในเรื่องการพัฒนาเด็กที่ชัดเจน จึงคุ้มค่าต่อการสอน ครูมีประสบการณ์ในการสอนอยู่แล้ว ผู้ปกครองและสมาชิกในชุมชน มีความเชื่อถือและไว้วางใจ และสามารถติดตามประเมินผลได้ทั้งในระยะสั้นและยาว

2.2.5 แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กวัยเรียน

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง พบว่าการสอนทักษะชีวิตตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) เปรียบได้กับการสอนทักษะในการใช้ชีวิตประจำวันทั่วไป ที่มีพื้นฐานจากการสอนทักษะชีวิตเพื่อการพัฒนาพฤติกรรมบุคคลให้เกิดการส่งเสริมสุขภาพจิตและสุขภาพกายที่ดี หรืออาจสอนเพิ่มเติมเพื่อการจัดการกับปัญหาเฉพาะด้าน เช่น การจัดการกับแรงผลักดันของเพื่อนในการชักนำไปใช้ยาเสพติดหรือไปมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน เป็นต้น ซึ่งบทเรียนในการสอนควรมีการผสมผสานข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพหรือวิธีการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นร่วมด้วย เช่น พัฒนาเป็นโปรแกรมที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงของปัจจัยทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมที่จะมีผลต่อสุขภาพและการพัฒนาของเด็กและเยาวชน อีกทั้งในกระบวนการเรียนการสอน เด็กๆ ควรต้องมีส่วนร่วมด้วย ซึ่งวิธีการที่ใช้เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วม ได้แก่ การทำงานเป็นกลุ่มขนาดเล็กและเป็นคู่ การระดมสมอง การแสดงบทบาทสมมุติ เกมส์ และการได้วาที่ บทเรียนอาจเริ่มจากผู้สอนเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นหรือองค์ความรู้ของนักเรียนเกี่ยวกับการจัดการหรือการใช้ทักษะใดในสถานการณ์ที่เฉพาะเจาะจง จากนั้นผู้สอนอาจตั้งประเด็นเพื่อให้นักเรียนอภิปรายกันเป็นกลุ่มย่อยหรือเป็นคู่ร่วมกัน หรือการให้แสดงบทบาทสมมุติตามสถานการณ์ที่กำหนดให้สั้นๆ เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดการฝึกฝนอย่างแท้จริงในการใช้ทักษะในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน สุดท้ายผู้สอนอาจมอบหมายงานหรือการบ้านให้นักเรียนเพื่อสามารถนำไปร่วมอภิปรายและฝึกฝนทักษะชีวิตกับเพื่อนและครอบครัวต่อไป

นอกจากนั้น วนิตา ขาวมงคล เอกแสงศรี (2546) ได้กล่าวถึงหลักการที่ผู้สอนและ
สำนักการศึกษาสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางเบื้องต้นในการจัดกิจกรรมและการสอนเพื่อพัฒนา
ทักษะชีวิตได้ ซึ่งพบว่ามีคุณสมบัติบางอย่างประการตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลกเช่นกัน
หลักการจัดกิจกรรมและการสอนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มีดังนี้

1. กำหนดวัตถุประสงค์และแนวการสอน รวมทั้งการจัดกิจกรรมที่เน้นในด้านการ
ปฏิบัติอย่างชัดเจนที่สามารถวัดและประเมินผลได้
2. จัดกิจกรรมการสอนที่เหมาะสมกับวัยและวุฒิภาวะ ความสนใจ ความถนัด และ
ความสามารถของผู้เรียนตามหลักจิตวิทยาศึกษา และภูมิหลังหรือสภาพที่สอดคล้องกับความเป็น
จริงในชีวิตของผู้เรียน
3. ใช้กระบวนการกลุ่ม และกระบวนการเรียนรู้ ที่มีผู้เรียนเป็นศูนย์กลางในการจัด
ประสบการณ์ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้และเกิดทักษะที่จะนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม
และต่อเนื่อง
4. บูรณาการองค์ความรู้กับทักษะชีวิตเพื่อให้ผู้เรียนได้เห็นคุณค่าของความรู้ใน
สาระความรู้ที่มีความจำเป็นต่อการพัฒนาทักษะชีวิตอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต
5. จัดโอกาสให้เกิดความร่วมมือระหว่างสถานศึกษา พ่อ แม่ ผู้ปกครอง และชุมชน
ต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น การจัดประชุมในรูปแบบต่างๆ ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการระหว่าง
บ้านและโรงเรียน การจัดงานหรือนิทรรศการเกี่ยวกับทักษะชีวิตที่เป็นที่น่าสนใจของบุคคลทั่วไป
6. จัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับเวลา สถานที่ และสอดคล้องกับวิถีชีวิต วัฒนธรรม และ
ความเป็นจริงของบุคคลและเป้าหมายของสถานศึกษานั้นๆ
7. มีการประเมินผลอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง
8. นำผลที่ประเมินได้จากการจัดการในข้างต้นมาวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ โดย
กระบวนการที่เหมาะสม เพื่อให้เกิดการพัฒนาทักษะชีวิตที่อยู่ในระดับสูงขึ้นต่อไป

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับแนวคิดทักษะชีวิตที่กล่าวมาทั้งหมดจะเห็นว่า มี
ผู้สนใจศึกษาวิจัย ให้คำนิยาม จัดองค์ประกอบทักษะชีวิตที่แตกต่างกันไปตามแต่แนวคิด มีหลักการ
และแนวทางในการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กวัยเรียนได้หลายประการ ผู้วิจัยจึงสรุปแนวทางใน
การพัฒนาทักษะชีวิต ตามการจัดองค์ประกอบทักษะชีวิตเป็น 10 ทักษะ ของโครงการพัฒนา
ศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์,
2553) ซึ่งโครงการฯ ได้จัดโอกาสให้เกิดความร่วมมือระหว่างพ่อแม่ ผู้ปกครอง สถานศึกษา และ
ชุมชน จัดประชุมเชิงปฏิบัติการกำหนดลักษณะของพฤติกรรมที่พึงประสงค์ซึ่งก็คือทักษะชีวิตที่

จำเป็น ที่เหมาะสมกับสภาพสังคมของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาในปัจจุบัน โดยการพัฒนาทักษะชีวิตที่คำนึงถึงการมุ่งพัฒนาลักษณะพฤติกรรมที่สำคัญและจำเป็นต่อการใช้ชีวิตตามสภาพแวดล้อมทางสังคม และภูมิหลังของผู้เรียนนั้น ถือเป็นตัวแปรสำคัญในการจัดกิจกรรมการสอนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตซึ่งจะทำให้เกิดการพัฒนาทักษะชีวิตอย่างต่อเนื่อง และเกิดประสิทธิภาพอย่างสูงสุด (วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี, 2546) และการจัดกิจกรรมดังกล่าว ผู้วิจัยเน้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมของนักเรียนผ่านกระบวนการกลุ่ม โดยใช้กิจกรรมประกอบด้วย เกมส์ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่ม และการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลอง เพื่อให้เกิดการเรียนรู้และเกิดทักษะที่จะนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมและต่อเนื่องยิ่งขึ้น

2.3 การเรียนรู้ทักษะชีวิตตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

แนวคิดในการสร้างหรือการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคล ที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมการป้องกันปัญหาสุขภาพหรือการป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหา (Prevention of health problems) ขององค์การอนามัยโลกดังที่กล่าวไปแล้ว พบว่ามีทักษะชีวิตเป็นเสมือนตัวกระตุ้นที่เชื่อมโยงความรู้ ทักษะ และค่านิยมของบุคคลกับการสร้างหรือการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคล จนก่อให้เกิดเป็นพฤติกรรมสุขภาพทางบวก ซึ่งเปรียบเสมือนเป็นตัวป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาแบบปฐมภูมิตามมา

แนวคิดทฤษฎีที่ใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ได้รับยอมรับ และมีรายงานวิจัยแสดงข้อมูลเชิงประจักษ์มากมายอีกทฤษฎีหนึ่ง คือ ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (The theory of planned behavior) ของเอจเซน (Ajzen, 1991) เป็นทฤษฎีที่ขยายมาจากทฤษฎีการกระทำอย่างมีเหตุผล (Theory of reasoned action) ของเอจเซน (Ajzen) และฟิชไบน์ (Fishbein) ในปี ค.ศ. 1975 และ 1980 (Ajzen, 1988) เพื่ออธิบายถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคล (Behavior) และความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรม (Intention) ด้วยแนวคิดว่าคุณคนจะแสดงพฤติกรรมต่อเมื่อบุคคลนั้นมีความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรมนั้นออกมา และรับรู้ว่าคุณคนสามารถควบคุมพฤติกรรม (Perceived behavioral control) ดังกล่าวได้ ดังนั้นการแสดงพฤติกรรมของบุคคลจึงถูกกำหนดโดยการรับรู้ความสามารถในการควบคุมและความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรม ซึ่งความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรม เกิดจาก 2 ปัจจัย คือ ทักษะคติของบุคคลต่อพฤติกรรมนั้น (Attitude toward the behavior) และการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม (Subjective norm) โดยปัจจัยที่ก่อให้เกิดความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรม 2 ปัจจัยนี้เกิดขึ้นได้โดยมีความเชื่อเป็นพื้นฐาน กล่าวคือ ได้รับอิทธิพลจากความเชื่อของบุคคล 2 ประการ ได้แก่ 1) ความเชื่อในพฤติกรรม (Behavior beliefs) ซึ่งส่งผลถึงทักษะคติของบุคคลต่อพฤติกรรม กล่าวคือถ้าบุคคลเชื่อว่าการแสดงพฤติกรรมนั้นส่วนมากจะเกิดผลดี ก็จะมีทักษะคติที่ดีต่อพฤติกรรมดังกล่าว ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลเชื่อว่าการ

แสดงพฤติกรรมนั้นจะเกิดผลเสียก็จะทัศนคติที่ไม่ดีต่อพฤติกรรมนั้น 2) ความเชื่อในบรรทัดฐานของสังคม (Normative beliefs) ซึ่งส่งผลถึงการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม กล่าวคือ ถ้าบุคคลเชื่อว่าสังคมคิดว่าควรแสดงพฤติกรรมตามความคาดหวัง บุคคลก็จะมีบรรทัดฐานของสังคมด้านบวกในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลเชื่อว่าสังคมคิดว่าตนไม่ควรแสดงพฤติกรรม ก็จะมีบรรทัดฐานของสังคมด้านลบ นอกจากนั้น เอย์เซนยังได้อธิบายเพิ่มเติมว่าการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมก็ได้รับอิทธิพลจากความเชื่อของบุคคลเช่นกัน คือ ความเชื่อในการควบคุมตนเอง (Control beliefs) กล่าวคือ ถ้าบุคคลเชื่อว่ามีความจำเป็นต่อการแสดงพฤติกรรมจะรับรู้การควบคุมพฤติกรรมนั้นสูง ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลเชื่อว่ามีความจำเป็นต่อการแสดงพฤติกรรมจะรับรู้การควบคุมพฤติกรรมนั้นต่ำ ดังนั้นบุคคลจะมีความตั้งใจแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์มากยิ่งขึ้น เมื่อบุคคลประเมินแล้วว่ามีความจำเป็น รับรู้ว่าสังคมหรือผู้อื่นที่มีความสำคัญต่อตนคิดว่าควรแสดงพฤติกรรมนั้น และรับรู้หรือเชื่อว่าตนเองมีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมดังกล่าวสูง ซึ่งปัจจัยทั้ง 3 นี้จะเกิดขึ้นได้ต้องมีความเชื่อเป็นพื้นฐาน

จากแนวคิดทฤษฎีดังกล่าว สามารถอธิบายคำนิยามของมโนคติหลักในทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ได้ดังนี้ (Ajzen, 1991 อ้างใน รุจาทูไพบูลย์, 2549)

1. ทัศนคติ (Attitude) หมายถึง ความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมนั้นๆ ซึ่งอาจเป็นทัศนคติเชิงลบหรือเชิงบวก สามารถประเมินได้โดยตรงหรือโดยอ้อม การประเมินทางตรงเป็นการประเมินความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมนั้นโดยรวมว่าเป็นสิ่งที่ตนเห็นด้วยหรือไม่ และสามารถประเมินทางอ้อมโดยถามความเชื่อที่ว่าพฤติกรรมนั้นมีผลกระทบต่อตนหรือไม่ รวมทั้งคำถามที่มีกับผลลัพธ์ของการกระทำนั้นๆ เช่น การประเมินว่าบุคคลเชื่ออย่างไรเกี่ยวกับการมีความซื่อสัตย์ ประเมินทัศนคติได้โดยตรงจากการที่เขาเห็นด้วยกับพฤติกรรมดังกล่าวมากน้อยเพียงใด และประเมินทางอ้อมจากความคิดว่าการมีความซื่อสัตย์มีผลดีหรือเสียอย่างไรกับตัวเขา

2. บรรทัดฐาน (Subject norm) หมายถึงการเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมนั้นๆ ว่าเป็นที่ยอมรับสำหรับคนทั่วไปหรือไม่ เป็นองค์ประกอบด้านสังคมหรือการรับรู้แรงผลักดันของสังคมที่ทำให้กระทำหรือไม่ให้กระทำ สามารถประเมินได้โดยตรง เช่น ถามว่าการมีความซื่อสัตย์เป็นพฤติกรรมที่คนทั่วไปยอมรับหรือไม่ การประเมินทางอ้อมโดยการระบุนความเชื่อเกี่ยวกับบุคคลที่มีความสำคัญต่อเขาว่ายอมรับพฤติกรรมนั้นหรือไม่ บุคคลเหล่านั้นมักเป็นบุคคลที่มีอิทธิพลทางความคิดต่อเขาและคาดว่าบุคคลเหล่านั้นอาจจะเป็นเพื่อน บิดามารดา ครู เป็นต้น

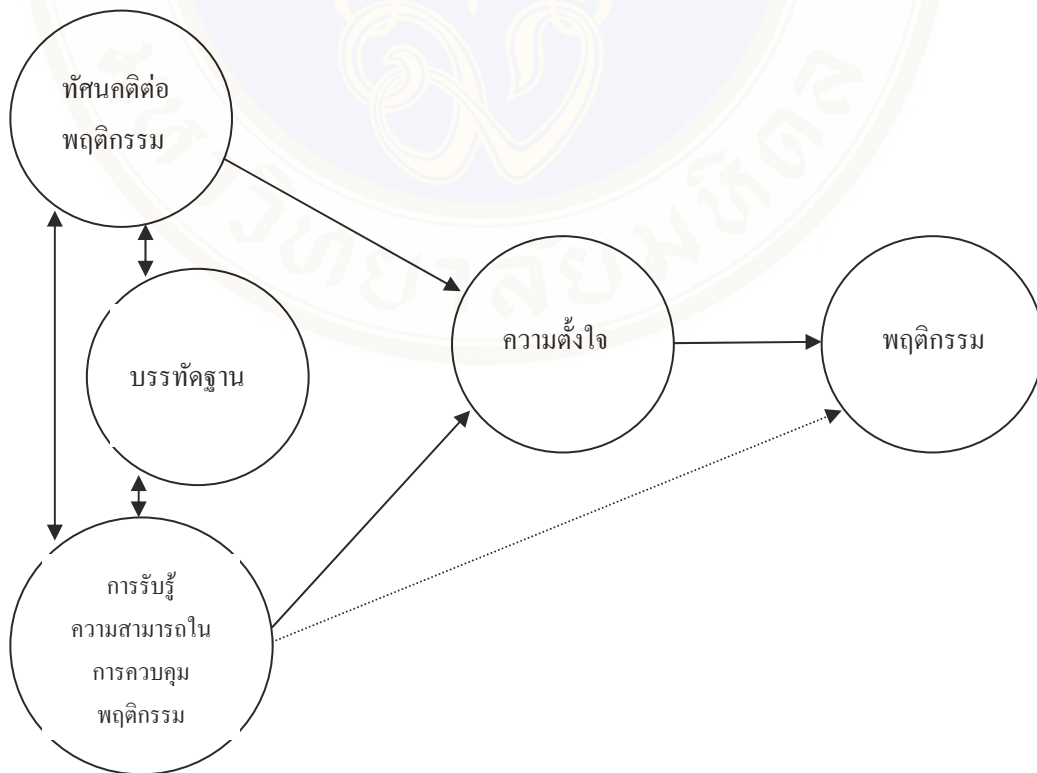
3. การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม (Perceive behavioral control) หมายถึง ความเชื่อว่าตนจะสามารถควบคุมการที่จะปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติกิจกรรมได้หรือไม่ โดยถามการรับรู้ได้โดยตรงจากการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมโดยรวมหรือโดยอ้อม

สามารถประเมินจากความเชื่อเกี่ยวกับการควบคุมและการรับรู้พลังอำนาจของตน เป็นการรับรู้โอกาสที่จะเกิดขึ้นในสถานการณ์ต่างๆ ที่อาจเสริมหรือยับยั้ง เช่น แหล่งประโยชน์ของตน มีเวลา มีเงิน มีทักษะชีวิต มีโอกาสที่จะทำ ซึ่งจะมีผลต่อการรับรู้ความสามารถในการควบคุม รับรู้ผลกระทบของสถานการณ์ต่างๆ ที่จะทำให้การกระทำพฤติกรรมนั้นๆ ยากหรือง่าย

4. ความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรม (Intension) หมายถึง การรับรู้โอกาสของการกระทำพฤติกรรมของตนว่าจะทำหรือไม่ทำพฤติกรรมในอนาคต เช่น ประเมินความตั้งใจว่าต่อไปตนจะมีความซื่อสัตย์หรือไม่

5. พฤติกรรม (Behavior) หมายถึง การกระทำกิจกรรมภายใต้เงื่อนไขของบริบทเฉพาะให้ตอบสนองการปฏิบัติจริง โดยเป็นการถามสิ่งที่เกิดขึ้นแล้ว เช่น ในช่วง เดือนที่ผ่านมา ท่านเคยหยิบยืมของผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาตบ่อยเพียงใด

จากคำนิยามและแนวคิดทฤษฎีที่อธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างมโนคติหลัก 4 ประการที่มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคล สามารถอธิบายได้ว่ามีผลทำให้บุคคลมีความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรมและแสดงออกมาจริง โดยทฤษฎีนี้มีความเชื่อว่า ความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรมเป็นปัจจัยสำคัญที่สามารถทำนายพฤติกรรมได้ ดังแสดงในภาพที่ 2.2



ภาพที่ 2.2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวมโนคติในทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (Ajzen, I. 1991. The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Social Human Decision Processes*, 50, 182.)

มีการศึกษาวิจัย ที่ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างมโนคติต่างๆในทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ซึ่งช่วยสนับสนุนว่าแนวคิดและความสัมพันธ์ระหว่างมโนติดังกล่าวมีผลทำให้บุคคลมีความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรมและแสดงออกมาจริง เช่น จาการรายงานการศึกษาของจอห์นสัน (Johnson, 2004) ที่ทำการศึกษความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตสังคมกับพฤติกรรมความตั้งใจในการเก็บรักษาอาวุธปืนให้ปลอดภัย ในกลุ่มตัวอย่างผู้หญิงที่แต่งงานแล้วและมีบุตรอยู่ที่บ้าน จำนวน 185 คน พบว่า ทักษะคิด บรรทัดฐานทางสังคม (จากสามี) และการรับรู้ความสามารถในการเก็บรักษาอาวุธให้ปลอดภัย มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญกับพฤติกรรมการเก็บรักษาอาวุธปืนให้ปลอดภัย อีกรายงานการศึกษาของ แอลแวร์ และคณะ (Alvarez, Villarruel & Zhou, 2010) ที่ทำการศึกษาปัจจัยทำนายการใช้ถุงยางอนามัย ในกลุ่มวัยรุ่นเม็กซิกัน อายุระหว่าง 17-21 ปี จำนวน 157 คน พบว่า ทักษะคิด และการรับรู้ความสามารถในการควบคุม สามารถทำนายพฤติกรรมความตั้งใจในการใช้ถุงยางอนามัยได้อย่างมีนัยสำคัญ สำหรับในประเทศไทย ศิริวรรณ โพธิ์วัน (2546) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตนาในการกระทำพฤติกรรมบริโภคอาหารเพื่อการออกกำลังกาย และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมกับพฤติกรรมบริโภคอาหารเพื่อการออกกำลังกาย ในนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษาระดับสูง แห่งหนึ่ง จำนวน 315 คน พบว่า เจตคติ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมบริโภคอาหารเพื่อการออกกำลังกาย มีความสัมพันธ์กับทางบวกอย่างมีนัยสำคัญกับเจตนาในการบริโภคอาหารเพื่อการออกกำลังกาย และเจตนาในการบริโภคอาหาร และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมบริโภคอาหารเพื่อการออกกำลังกายมีความสัมพันธ์กับทางบวกอย่างมีนัยสำคัญกับพฤติกรรมบริโภคอาหารเพื่อการออกกำลังกาย อีกรายงานการศึกษาของ อึ้งเจริญ (Ungcharoen, 2009) ที่ทำการศึกษาการทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ ในนักเรียนอาชีวศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 652 คน พบว่า ทักษะคิด การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้การควบคุมพฤติกรรม สามารถทำนายความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ได้ร้อยละ 9.8

นอกจากนั้น ยังมีการศึกษาวิจัยที่แสดงข้อมูลเชิงประจักษ์ของการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมในทางที่ดีและพึงประสงค์ หรือการป้องกันและปรับลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล ดังรายงานการศึกษาของ ฟิงพิศ โตอ่อน (2553) ที่ทำการศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการพัฒนาพฤติกรรมเพื่อป้องกันโรคฟันผุในนักเรียน ชั้น ป.3-4 จำนวน 96 คน พบว่า กลุ่มทดลองมีทัศนคติต่อพฤติกรรมการป้องกันโรคฟันผุ ความตั้งใจที่จะป้องกันโรคฟันผุ และการปฏิบัติตัวในการป้องกันโรคฟันผุสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญ สอดคล้องกับการศึกษาของ อติศักดิ์ พลະສາ (2553) ที่ทำการศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุข

ศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 82 คน พบว่า กลุ่มทดลองมีทัศนคติเกี่ยวกับการรับรู้ประโยชน์ของการไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การรับรู้ในการควบคุมพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ และความตั้งใจ สูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญ และสอดคล้องกับการศึกษาของ ศิริพร ชาวสุรินทร์ (2553) ที่ทำการศึกษา ผลของโปรแกรมการวางแผนพฤติกรรมต่อทัศนคติ บรรทัดฐาน การรับรู้ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจ และพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น จำนวน 170 คน พบว่า กลุ่มทดลองมีทัศนคติ บรรทัดฐาน และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ดีกว่ากลุ่มควบคุม มีความตั้งใจในการดื่มแอลกอฮอล์ และพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์น้อยกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญ

2.3.1 โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตตามกรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

จากแนวคิดทฤษฎีที่ช่วยอธิบายถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมและความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมของบุคคล การศึกษาวิจัยที่สนับสนุนแนวคิดและความสัมพันธ์ระหว่างมโนคติทั้ง 4 ประการในทฤษฎีที่มีผลทำให้บุคคลมีความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรมและแสดงออกมาจริง และข้อมูลเชิงประจักษ์ของการประยุกต์ใช้ทฤษฎีซึ่งแสดงถึงความสำเร็จในการป้องกันและลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา หรือเสริมสร้างพฤติกรรมในทางที่ดีและพึงประสงค์ เปรียบได้กับการมีทักษะชีวิต ซึ่งเป็นภูมิคุ้มกันที่ช่วยป้องกันหรือลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตามมานั่นเอง ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจพัฒนาแนวทางในการช่วยให้เด็กวัยเรียนมีความตั้งใจที่จะแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ออกมา โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ร่วมกับการใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมผ่านกระบวนการกลุ่ม ประกอบด้วย เกมส์ การระดมสมอง การอภิปรายในชั้นเรียน การอภิปรายกลุ่มในใบงานที่กำหนด และการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลองที่กำหนดให้ แตกต่างกันไปในการเรียนรู้แต่ละทักษะชีวิต ดังนี้

1. ปรับทัศนคติเกี่ยวกับการมีทักษะชีวิต ใช้เวลา 10 นาที โดยให้นักเรียนทำกิจกรรมเป็นกลุ่มดังนี้

1.1 เล่นเกมส์ เช่น เกมส์ “คนตาบอดขาเสีย” ในกิจกรรมพัฒนาทักษะความภาคภูมิใจในตนเองโดยให้ตัวแทนนักเรียนปิดตาเป็นคนตาบอด และผูกขาหนึ่งข้างให้เดินไม่ได้ เดินตามทางที่กำหนดให้ และให้นักเรียนกล่าวถึงความรู้สึกเมื่อมองไม่เห็น และเดินไม่ได้ ซึ่งจะทำให้ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้จากการได้รับประสบการณ์ตรง เกิดการเปรียบเทียบและสะท้อน

คิดเห็นคุณค่าของตนเอง จากนั้นให้นักเรียนสรุปกิจกรรมและอภิปรายร่วมกันถึงผลดี ผลเสียจากการมีหรือไม่มีทักษะความภาคภูมิใจเพื่อให้เกิดความคิดรวบยอด

1.2 แสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลองที่กำหนดให้ เช่น ในกิจกรรมพัฒนาทักษะความซื่อสัตย์ โดยให้นักเรียนจับสลากเลือกสถานการณ์แล้วแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ว่านักเรียนจะอย่างไรระหว่าง 1) เมื่อเก็บธนบัตรใบละ 500 บาท ได้ในตลาดสด ในขณะที่นักเรียนยังขาดเงินอีก 200 บาท เพื่อนำไปซื้อของขวัญวันเกิดสำหรับแม่ หรือ 2) เมื่อนักเรียนทำแจกันราคาแพงในห้องพักรูดกแตก แต่ไม่มีใครเห็น และให้นักเรียนสรุปการแสดงผลพฤติกรรมแต่ละกลุ่มว่ามีความซื่อสัตย์หรือไม่ซื่อสัตย์อย่างไร ผลดี ผลเสียจากการมีหรือไม่มีทักษะความซื่อสัตย์ ทำให้นักเรียนเกิดความคิดรวบยอด มีความเข้าใจและเกิดการเรียนรู้ที่ลึกซึ้ง และเกิดความมั่นใจที่จะนำไปปฏิบัติเมื่อได้เจอเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกัน

1.3 การระดมสมอง เช่น กิจกรรม “โลกสวยด้วยมือเรา” ในกิจกรรมพัฒนาทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม โดยให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกันแสดงความคิดเห็นว่าอยากให้โรงเรียน ป่าไม้ อากาศ และน้ำในสังคมของนักเรียนเป็นอย่างไร แล้วให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มวาดรูปและระบายสีลงไปบนกระดาษ ทำให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนและรับฟังความคิดเห็นผู้อื่น จากนั้นเปรียบเทียบความคิดเห็นของการอยากให้สังคมของตนเองสวยอย่างไรก็ต้องลงมือทำอย่างที่ได้คิด ซึ่งทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้จากการสะท้อนความคิด และให้นักเรียนสรุปกิจกรรมและอภิปรายร่วมกันถึงผลดี ผลเสียจากการมีหรือไม่มีทักษะความรับผิดชอบต่อสังคมเพื่อให้เกิดความคิดรวบยอด

1.4 การอภิปราย เช่น กิจกรรมพัฒนาทักษะความพอเพียง โดยให้นักเรียนทุกคนช่วยกันอภิปรายถึงความหมายของความพอเพียง และให้นักเรียนสรุปความหมาย ซึ่งทำให้นักเรียนได้คิด เกิดจดจำได้ดีกว่าการสอนหรือบอกให้จำความหมาย และอภิปรายร่วมกันถึงผลดี ผลเสียจากการมีหรือไม่มีทักษะความพอเพียงเพื่อให้เกิดความคิดรวบยอด

2. สร้างการรับรู้บรรทัดฐานของสังคมต่อนักเรียนเกี่ยวกับการมีทักษะชีวิต ใช้เวลา 30 นาที โดยมีขั้นตอนดังนี้

2.1 ให้นักเรียนฟังหรืออ่านหนังสือการ์ตูนเรื่องที่เกี่ยวข้องกับทักษะนั้นๆ ใช้เวลา 3 นาที

2.2 ให้นักเรียนในกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์และอภิปรายปัญหาจากคำถามท้ายเล่มหนังสือการ์ตูนในใบงาน เช่น ถ้านักเรียนเป็นเด็กหญิงแป๊ะ เมื่อของหายจะรู้สึกอย่างไร การเป็นที่มีความพอเพียง เป็นสิ่งที่สังคมยกย่องหรือไม่ เป็นต้น ซึ่งทำให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นและสะท้อนความคิด เกิดการเรียนรู้

2.3 ให้นักเรียนอภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับการรับรู้ความคิดเห็นของบุคคลที่มีความสำคัญต่อนักเรียน เช่น พ่อแม่ของนักเรียนจะรู้สึกอย่างไรถ้านักเรียนไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ และมีเรื่องชกต่อยกับเพื่อน เพื่อนของนักเรียนจะรู้สึกอย่างไรถ้านักเรียนขโมยของเพื่อน และคิดว่าการมีเรื่องชกต่อยกับเพื่อน การขโมยของผู้อื่นเป็นพฤติกรรมที่ดีหรือไม่ พ่อแม่ เพื่อน หรือคนทั่วไปยอมรับพฤติกรรมนั้นหรือไม่ เป็นต้น ซึ่งทำให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นและเกิดสะท้อนความคิด เกิดการเรียนรู้และรับรู้ถึงการยอมรับหรือไม่ยอมรับพฤติกรรมใดของตนจากบุคคลใกล้ชิด

2.4 ให้นักเรียนสรุปกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้เกิดความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการรับรู้บรรทัดฐานของสังคมต่อนักเรียน

3. เพิ่มการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม ใช้เวลา 10 นาที โดยให้นักเรียนอภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับวิธีพัฒนาตนเองให้มีทักษะชีวิต มีปัญหาหรืออุปสรรคใดต่อการพัฒนาตนเองให้มีทักษะชีวิตนั้นไม่ได้และมีแนวทางแก้ไขอย่างไร ให้นักเรียนยกตัวอย่างบุคคลที่เป็นที่ยอมรับหรือไม่เป็นที่ยอมรับของบุคคลในสังคมจากการมีหรือไม่มีทักษะชีวิตนั้น เพื่อให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นและเกิดสะท้อนความคิด เกิดการเรียนรู้และรับรู้ว่าคุณเองสามารถมีทักษะชีวิตนั้นได้เหมือนกับคนอื่น ซึ่งเป็นที่ยอมรับในสังคมด้วย และให้นักเรียนสรุปกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้เกิดความคิดรวบยอด

4. เสริมแรงจูงใจต่อการปรับพฤติกรรม ใช้เวลา 10 นาที โดยมีขั้นตอนดังนี้

4.1 กล่าวคำชมเชยและให้นักเรียนปรบมือให้กับตนเองและกลุ่มที่อภิปรายปัญหาจากคำถามท้ายเล่มหนังสือการ์ตูนในใบงานซึ่งแสดงถึงการมีพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสม

4.2 ให้คะแนนเป็นสติ๊กเกอร์รูปดาวติดลงบอร์ดสะสมคะแนนของแต่ละกลุ่ม ตามการอภิปรายปัญหาจากคำถามท้ายเล่มหนังสือการ์ตูนในใบงานซึ่งแสดงถึงการมีพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมตามลำดับจากสามดาวถึงหนึ่งดาว

4.3 ชักชวนให้นักเรียนตั้งใจพัฒนาตนเองให้มีทักษะชีวิต ในช่วง 1 สัปดาห์ก่อนถึงการทำกิจกรรมครั้งต่อไป โดยการทำกิจกรรมในครั้งหน้าจะให้นักเรียนได้ออกมาเล่าถึงการแสดงพฤติกรรมการมีทักษะชีวิตนั้นและให้ได้รับรางวัล

4.4 ให้นักเรียนประสานมือเป็นวงกลมข้างหน้าภายในกลุ่ม และให้ท่องคำสัญญาร่วมกัน เช่น “พวกเราสัญญาว่าจะรู้จักควบคุมอารมณ์ตนเองให้ได้” และให้นักเรียนชูมือพร้อมกันขึ้นบนศีรษะพร้อมกับส่งเสียง “เฮ้” ดังๆ เพื่อเสริมแรงให้นักเรียนมีความมุ่งมั่นตั้งใจต่อการมีพฤติกรรมที่ดี หรือมีทักษะชีวิตนั้น

2.4 การประยุกต์ใช้การ์ตูนเป็นสื่อการสอนพัฒนาทักษะชีวิต

ในปัจจุบันโลกแห่งการเรียนรู้ได้เปลี่ยนแปลงไปตามกระแสโลกาภิวัตน์ ดังนั้นรูปแบบของการเรียนรู้จึงได้เปลี่ยนไป เกิดแรงกดดันให้มนุษย์ต้องคิดค้นนวัตกรรมการศึกษาใหม่ๆ เพื่อใช้เวลาการเรียนรู้ให้กระชับ ปรับรูปแบบการเรียนรู้ให้เหมาะสม แต่ให้ประสิทธิภาพและประสิทธิผลต่อการเรียนรู้ของมนุษย์ได้สูงสุดตามศักยภาพของแต่ละบุคคล (ถวัลย์ มาศจรัส และพรพต เจนสุวรรณ, 2551) นวัตกรรมการศึกษาประเภทสื่อการสอนเพื่อพัฒนาการเรียนรู้สำหรับเด็กวัยเรียนที่ดีมีคุณภาพประเภทหนึ่งก็คือ สื่อการสอนประเภทหนังสือการ์ตูน

2.4.1 ความหมายของการ์ตูน

คำว่า การ์ตูน ในภาษาไทยนั้น เป็นคำที่มาจากภาษาต่างประเทศ ดันกำเนิดประวัติความเป็นมา ความหมายดั้งเดิม และลักษณะที่ผันแปรไปตามยุคสมัยต่างๆ ล้วนแล้วแต่อุบัติขึ้นในกลุ่มประเทศแถบซีกโลกตะวันตกและอเมริกาแทบทั้งสิ้น ดังนั้นในการให้ความหมายหรือคำนิยามของการ์ตูน จึงขอยกอ้างอิงจากแหล่งอ้างอิงต่างๆ เช่น Webster's New Twentieth Century Dictionary, Encyclopedia Britannica และ Encyclopedia Americana สรุปได้ว่า การ์ตูนมาจากคำ Cartoon ซึ่งต้นกำเนิดมาจากคำละตินว่า Charta และแตกแขนงออกเป็นภาษาฝรั่งเศสว่า Carton (จิตนา ไบกาซูยี, 2537) และภาษาอิตาลีว่า Cartone หมายถึง ภาพวาดบนกระดาษแข็งที่เป็นภาพล้อเลียน วาดอยู่ในกรอบ แสดงเหตุการณ์ที่เข้าใจง่าย ชัดเจน มีคำบรรยายสั้นๆ (จิตนา ไบกาซูยี, 2537; ถวัลย์ มาศจรัส และพรพต เจนสุวรรณ, 2551)

สรุปความหมายว่าการ์ตูน ของ จิตนา ไบกาซูยี (2537) หมายถึง

1. ภาพวาดที่แสดงการล้อเลียน เสียดสี เกี่ยวกับเหตุการณ์ทางการเมือง หรือชีวิตประจำวันซึ่งส่วนมากพบในหนังสือพิมพ์ วารสาร นิตยสาร และหนังสือ
2. ภาพที่เขียนแสดงลักษณะต่างๆ ให้ผิดเพี้ยนจากความจริง โดยเน้นที่ลักษณะใดลักษณะหนึ่ง ที่ผู้วาดต้องการนำไปเปรียบเทียบ
3. ภาพวาดโง่ๆ เข้ๆ ที่ไม่เหมือนของจริง ไม่ว่าจะเป็นรูปสัตว์ คน หรือสิ่งของที่วิกลวิการ ผิดไปจากภาพธรรมดา
4. งานศิลปะ ซึ่งสามารถแสดงรูปร่างและลักษณะการเขียน ซึ่งเป็นลักษณะธรรมชาติหรือลักษณะเรขาคณิต หรือลักษณะอิสระอย่างใดอย่างหนึ่ง มีจุดมุ่งหมายเพื่อการบรรยาย หรือการแสดงออก หรือการตกแต่งอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือหลายๆ อย่างรวมกัน

อาจสรุปสั้นๆ ได้ว่า การ์ตูนก็คือ ภาพวาดง่ายๆ ซึ่งมักไม่เหมือนภาพธรรมชาติทั่วไป อาจมีรูปร่างตามลักษณะธรรมชาติ ตามรูปทรงเรขาคณิต หรือรูปทรงอิสระอย่างไรก็ตามแต่ แต่มักมีรูปร่างเกินเลย หรือลดรายละเอียดของภาพที่ไม่จำเป็นออกไปเสีย เพื่อจุดมุ่งหมายในการบรรยาย หรือการแสดงออก หรือมุ่งหวังให้เกิดความตกชบขัน ล้อเลียน เสียดสีการเมืองและสังคม หรืออาจใช้ในการโฆษณาประชาสัมพันธ์ หรือใช้ประกอบในการเล่าเรื่องทั้งบันเทิงคดีและสารคดี

2.4.2 การ์ตูนการศึกษา (Educational Cartoon) กับการจัดการเรียนรู้สำหรับเด็กวัยเรียน

ตามแนวคิดของ ถวัลย์ มาศจรัส และพรพุด เจนสุวรรณ (2551) กล่าวว่า ญี่ปุ่นเป็นประเทศผู้นำในแถบเอเชียที่ใช้การ์ตูนเพื่อความบันเทิง และเพื่อการศึกษาอย่างได้ผล ซึ่งมีทั้งที่เป็นภาพยนตร์ หนังสือการ์ตูน สื่อการเรียนรู้ด้วยการ์ตูน เช่น การ์ตูนชุดโดเรมอน ด้วยแนวคิดดังกล่าว ครู นักการศึกษา นักวิชาการ จึงนำการ์ตูนมาพัฒนาเป็นนวัตกรรมเพื่อการศึกษา ประเภทการ์ตูนเพื่อการศึกษาตามแต่ความต้องการของแต่ละคน ซึ่งบางคนนำไปพัฒนาในเรื่องของการจัดการเรียนรู้ และจัดทำเป็นผลงานวิชาการไปพร้อมๆ กัน ทั้งโลกต่างยอมรับว่าการ์ตูนเป็นสื่อที่ครองใจทั้งเด็กและผู้ใหญ่เสมอมา ไม่ว่ารูปแบบใด และเป็นสื่อการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพและมีประสิทธิผลมาอย่างยาวนาน รูปแบบของการพัฒนาการเรียนรู้ผู้เรียนด้วยการใช้การ์ตูนมาเป็นนวัตกรรมเพื่อพัฒนาการเรียนรู้มีหลากหลายรูปแบบ ดังนี้

1. การ์ตูนประกอบเอกสารการเรียนรู้ เป็นการสร้างตัวการ์ตูนที่มีลักษณะที่ผู้สอนออกแบบขึ้นมาเป็นพิเศษ แล้วนำตัวการ์ตูนนั้นเข้ามาเป็นส่วนประกอบของเนื้อหาสาระการเรียนรู้ในแต่ละเรื่องที่ต้องการให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ในเรื่องที่ตนต้องการ ซึ่งตัวการ์ตูนจะมีลักษณะเฉพาะเป็นเสมือนตัวเอกของเรื่อง ผู้เรียนจะจำได้ดี เช่น มณฑิรา มาลารักษ์ (2546) ได้ศึกษาผลของการใช้เทคนิคแม่แบบในการพัฒนาทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัย เพื่อป้องกันการเสพติดสารเสพติด ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนกิ่งเพชร กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัยเพื่อป้องกันการเสพติดตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 28 คน กลุ่มทดลองได้รับการสอนโดยใช้เทคนิคแม่แบบซึ่งเป็นหนังสือภาพประกอบคำบรรยาย โดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัยเพื่อป้องกันการเสพติด กลุ่มควบคุมได้รับการสอนตามปกติ พบว่า ไม่พบความแตกต่างระหว่างการสอนโดยใช้เทคนิคแม่แบบและการสอนตามปกติ ซึ่งผู้วิจัยได้ตั้งข้อสังเกตไว้หลายประการ เช่น ระยะเวลาที่ใช้การทดลอง ลักษณะของตัวแบบ รูปแบบในการนำเสนอ รวมถึงการเสริมแรงที่เหมาะสมแก่ตัวแบบ และเล็งเห็นว่าปัจจัยต่างๆ เหล่านี้มีความสำคัญ

2. การ์ตูนประกอบสาระการเรียนรู้ เป็นการ์ตูนที่มีความพิเศษกว่าแบบแรกคือ ตัวการ์ตูนมีบทบาทในการช่วยสรุปสาระการเรียนรู้ให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจมากยิ่งขึ้น ดังรายงานการศึกษาของ พรทิพย์ เทพบางจาก (2550) ได้ศึกษาผลของการให้ข้อมูลผ่านหนังสือการ์ตูนต่อความรู้ในการป้องกันการติดเชื้อของเด็กวัยเรียน กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาคือ เด็กอายุ 9-10 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 144 ราย พบว่า กลุ่มทดลองมีความรู้มากกว่ากลุ่มควบคุม หลังได้รับข้อมูล ทันทีและภายหลัง 2 สัปดาห์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับการศึกษาของ กลอยใจ มีเครือรอด (2544) ได้ศึกษาผลของการให้ข้อมูลประกอบภาพการ์ตูนต่อพฤติกรรมการเผชิญความเครียดในเด็กวัยก่อนเรียนขณะได้รับสารน้ำทางหลอดเลือดดำ ในเด็กอายุ 4-6 ปี ที่เข้ารับการรักษานในหอผู้ป่วยกุมารเวชกรรม โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช จำนวน 40 ราย กลุ่มทดลองได้รับการให้ข้อมูลประกอบภาพการ์ตูน ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ พบว่า 1) เด็กกลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการค้นหาข้อมูลและมีส่วนร่วมในการให้สารน้ำทางหลอดเลือดดำ ทั้งในระยะก่อนแทงเข็ม ระยะแทงเข็ม และระยะหลังแทงเข็มให้สารน้ำ แตกต่างกับกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 2) เด็กกลุ่มทดลองมีคะแนนพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการป้องกันตนเอง ทั้งในระยะก่อนแทงเข็ม และระยะหลังแทงเข็มให้สารน้ำ แตกต่างกับกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3. การ์ตูนประกอบเนื้อหาสาระการเรียนรู้ เป็นการ์ตูนที่เข้ามามีบทบาทในการนำเสนอเนื้อหาสาระการเรียนรู้อย่างละเอียดผ่านตัวการ์ตูนอย่างเต็มรูปแบบในลักษณะของสื่อการเรียนที่สมบูรณ์ เช่น การ์ตูนภาพยนต์วิทยาศาสตร์ประกอบการสอน ที่มีเนื้อหาสาระทั้งหมดผ่านการบอกเล่าของตัวการ์ตูนให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างครบถ้วนสมบูรณ์

2.4.3 บทบาทและคุณค่าของสื่อการสอน

สื่อการสอน (Instructional media) หมายถึง ตัวกลางหรือช่องทางที่สามารถสื่อสารระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน ให้เข้าใจเนื้อหาสาระ ข้อมูลต่างๆ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้าน พุทธพิสัย ทักษะพิสัย จิตพิสัย และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ตรงจุดประสงค์ที่ผู้สอนกำหนดไว้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสื่อการสอนนับว่ามีบทบาท ความสำคัญอย่างมากต่อการจัดการเรียนสอนของไทย ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน การเรียนการสอนสมัยก่อนยึดครูเป็นศูนย์กลาง แต่ในปัจจุบันการเรียนการสอนยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ ดังนั้นบทบาทของสื่อจะเข้ามาช่วยในเรื่องการสร้างองค์ความรู้ ทำให้สอนได้ง่ายขึ้น ประหยัดเวลา ช่วยถ่ายทอดความคิดความรู้ระหว่างครูกับนักเรียน สร้างความเป็นรูปธรรมให้ผู้เรียน ช่วยให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอนมากขึ้น ทำให้การเรียนบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ (กิตติคุณ ชลวิถี, 2553)

นอกจากนั้น จินตนา ไบกาซูยี (2537) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการ์ตูนในการเรียนการสอนไว้ดังนี้

1. ใช้เป็นหนังสือเสริมประสบการณ์ เพื่อสร้างเสริมนิสัยการรักการอ่าน หนังสือภาพการ์ตูนที่มีเนื้อหามุ่งเน้นบันเทิงคดี โดยแทรกคติเตือนใจนั้น มีส่วนเร่งเร้าความสนใจในการอ่าน หนังสือของเด็กอยู่มาก เมื่อเด็กเกิดความสนใจอยากอ่านก็เกิดทักษะในการอ่าน เกิดความชำนาญในการอ่าน ทักษะความเข้าใจในการอ่านทั้งด้านการอ่านในใจ และอ่านเก็บใจความสำคัญ รวมทั้งการอ่านอย่างพินิจพิจารณาได้รับการกระตุ้นจนเกิดความชำนาญกลายเป็นเด็ก “อ่านเก่ง” และเมื่ออ่านเก่ง อ่านคล่อง ชอบอ่านมากก็เกิดนิสัยการอ่านกลายเป็น “นักอ่าน” ไป
2. ใช้เป็นหนังสืออ่านเพิ่มเติมหรือประกอบการเรียนการสอนในวิชาต่างๆ ซึ่งจะช่วยให้เด็กผู้อ่านได้ทั้งความรู้ และความเพลิดเพลินชวนอ่าน เพราะมีภาพประกอบคำบรรยายทำให้เข้าใจเนื้อหาได้ง่าย และในขณะที่อ่านยังมีความเพลิดเพลินไปกับภาพด้วย
3. ใช้เป็นหนังสือเรียนในการเรียนแต่ละวิชาในสภาพความเป็นจริงในปัจจุบัน นักเรียนจะต้องเรียนหนังสือเรียนที่ผลิตขึ้นเอง หรือได้รับรองจากกรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ ดังนั้นในขณะนี้จึงมีความเป็นไปได้ที่จะใช้หนังสือภาพการ์ตูนตลอดทั้งเล่ม เป็นหนังสือเรียนประจำวิชาใดวิชาหนึ่ง แต่ทั้งนี้และทั้งนั้นจะปฏิเสธโดยเด็ดขาดว่า นักเรียนไม่สามารถใช้หนังสือภาพการ์ตูนเป็นหนังสือเรียนก็ไม่ได้อย่างร้อยเปอร์เซ็นต์ทั้งนี้เพราะในหนังสือเรียนบางวิชา เช่น หนังสือเรียนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้น ป.6 ได้มีการนำรูปแบบหนังสือภาพการ์ตูนเข้ามาใช้ในบางหน่วย เช่น หน่วยประชาธิปไตย เป็นต้น

ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้นำหนังสือการ์ตูนมาเป็นสื่อในการสอนร่วมกับ การจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต เพื่อให้เกิดความเป็นรูปธรรมของทักษะชีวิตที่ต้องการส่งเสริมมากขึ้น ซึ่งมีความเหมาะสมกับระดับพัฒนาการทางด้านร่างกาย ด้านสติปัญญา และด้านจิตสังคมของเด็กวัยนี้อีกด้วยและมีความเหมาะสมกับวัย วุฒิภาวะ และความสนใจของผู้เรียนตามหลักการจัดกิจกรรมและการสอนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต โดยสื่อหนังสือการ์ตูนดังกล่าวเป็นสื่อการสอนในโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต10 ประการ ที่สร้างขึ้นโดยคณะกรรมการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ซึ่งประกอบไปด้วย อาจารย์พยาบาล พยาบาลอนามัยโรงเรียน และนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา โดยมีเนื้อหาการ์ตูนสอดคล้องตามทักษะชีวิต 10 ทักษะที่จำเป็นสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ที่ได้จากผลการสรุป การระดมสมองระหว่างกุมารแพทย์ นักจิตวิทยา นักการศึกษา พยาบาลเด็ก พยาบาลอนามัยโรงเรียน ผู้บริหารโรงเรียน และผู้แทนผู้ปกครองนักเรียน มีจำนวน 11 เล่ม ดังนี้

1. มารู้จักชุดหนังสือการรู้ตนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพ (บทนำ)
2. หนูภูมิใจในตนเอง (ทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง)
3. มันแย่เพราะ....? (ทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ)
4. ทำไมผมต้องเลือก? (ทักษะการตัดสินใจและการแก้ปัญหา)
5. เออ..! เพื่อนที่ทุกคนต้องถอยหนี (ทักษะการควบคุมอารมณ์)
6. ของใครนี่? (ทักษะความซื่อสัตย์)
7. มีน้ำใจกันหรือเปล่า (ทักษะความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่)
8. ความพอเพียงที่เพียงพอ (ทักษะความพอเพียง)
9. หน้าที่ของใคร 1 (ทักษะความรับผิดชอบต่อตนเอง)
10. หน้าที่ของใคร 2 (ทักษะความรับผิดชอบต่อครอบครัว)
11. หน้าที่ของใคร 3 (ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม)

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง จะพบว่า เด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 นั้น เป็นวัยที่มีเหมาะสมที่ได้รับการฝึกฝน พัฒนาทักษะชีวิตที่จำเป็น เพื่อสามารถเผชิญกับแรงกดดันต่างๆ รอบตัวในอนาคตได้ มีความพร้อมในพัฒนาการทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งนักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมการสอนเพื่อการพัฒนาทักษะชีวิตสามารถ พัฒนาตนเองเป็นเด็กที่นอกจากเก่งแล้ว ยังเป็นคนดี และมีความสุข จะสามารถเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ ไม่เป็นภาระของสังคม ช่วยพัฒนาประเทศชาติบ้านเมืองให้เจริญก้าวหน้ามากขึ้น ผู้วิจัยจึงได้พัฒนาโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการรู้ตน โดยประยุกต์การจัดกิจกรรมตามแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมวางแผน และเน้นการมีส่วนร่วมของนักเรียน เพื่อใช้เป็นแนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

3.1 รูปแบบการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็น การวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ชนิดรูปแบบสองกลุ่ม ทำการทดสอบก่อน-หลัง การทดลอง (Two groups pre-post test design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรของการศึกษาค้างนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ศึกษาในโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้างนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ศึกษาในโรงเรียนแห่งหนึ่ง ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร มีเกณฑ์ของการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

เกณฑ์การคัดเลือกเข้า

1. กำลังศึกษาอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
2. ไม่เคยเข้าร่วมเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาการได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต
3. สามารถฟัง พูด อ่าน และเขียนภาษาไทยได้
4. ผู้ปกครองอนุญาตและนักเรียนยินดีเข้าร่วมในการทำวิจัย

เกณฑ์การคัดออก

1. นักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีระยะเวลาในการเข้าร่วมการดำเนินการวิจัยได้น้อยกว่าร้อยละ 80 ของระยะเวลาในการดำเนินการวิจัยทั้งหมด

ขนาดกลุ่มตัวอย่าง การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี ได้กำหนดระดับนัยสำคัญเท่ากับ .05 อำนาจการทดสอบเท่ากับ .92 ขนาดอิทธิพลอ้างอิงจากผลการศึกษาเรื่อง ประสิทธิภาพของโปรแกรมการสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของอมรรัตน์ ชอบธรรมดี (2551) คำนวณขนาดอิทธิพลตามสูตรของ เฮดจ์ และ โอลกิน (Hedges & Olkin 1985) ได้ขนาดอิทธิพลเท่ากับ .94

หมายถึงมีขนาดอิทธิพลขนาดใหญ่ เมื่อนำไปเทียบกับตาราง power สำหรับ สถิติ Independent t-test, one- tailed (Cohen, 1988) พบว่าต้องใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวนกลุ่มละ 30 คน ทั้งนี้เพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่าง จึงเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างอีกกลุ่มละ 20 % (attrition rate) เป็นจำนวนกลุ่มละ 6 คน รวมเป็นกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 36 คน

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนแห่งนี้มีจำนวนห้องทั้งหมด 4 ห้อง แต่ละห้องมีนักเรียนจำนวน 39-41 คน ผู้วิจัยจึงใช้วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดย คัดเลือกนักเรียนมาทั้งห้องด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) ด้วยการนำเลขห้องทุกห้องมาทำการสุ่มแบบไม่แทนที่โดยการจับสลากเพื่อเลือกห้องเรียนให้ได้จำนวน 2 ห้อง จากจำนวนห้องเรียนทั้งหมด 4 ห้อง หลังจากนั้นได้ทำสุ่มโดยการนำเลขห้องที่ได้ 2 ห้องมาจับสลากเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 1 ห้อง และกลุ่มควบคุมจำนวน 1 ห้อง เพื่อป้องกันไม่ให้อำนาจของกลุ่มตัวอย่างที่ถูกคัดเลือกเพียงบางส่วนเกิดความรู้สึกว่าตนเองแตกต่าง ซึ่งอาจทำให้ผลการวิจัยเกิดความคลาดเคลื่อนได้ เมื่อจับสลากแบ่งกลุ่มแล้วได้กลุ่มทดลอง 1 ห้อง มีนักเรียนจำนวน 40 คน และกลุ่มควบคุม 1 ห้อง มีจำนวนนักเรียน 39 คน ดังนั้นขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้การศึกษารั้งนี้จึงมีจำนวนทั้งหมด 79 คน

3.3 สถานที่ดำเนินการศึกษา

สถานที่ดำเนินการศึกษาเป็นโรงเรียนประถมศึกษาแห่งหนึ่ง ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เปิดสอนตั้งแต่ชั้นเตรียมอนุบาล ถึงประถมศึกษาชั้นปีที่ 6 มีจำนวนนักเรียนทั้งหมดประมาณ 1,200 คน ซึ่งผู้บริหารโรงเรียน ครู เห็นความสำคัญ และให้ความร่วมมือตลอดทุกขั้นตอนของการวิจัย และดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ในช่วงเวลาเรียนการสอนวิชาแนะแนว ที่ห้องสมุดของโรงเรียน ซึ่งในเวลาเรียนไม่มีการเปิดให้บริการจึงมีความเป็นส่วนตัว เหมาะสมสำหรับการดำเนินกิจกรรม

3.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ เครื่องมือในการดำเนินการวิจัย และเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย ประกอบด้วย

1.1 โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน เป็นกิจกรรมการเรียนการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยปรับจากโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนของ จีราภรณ์ ธรรมบุตร (2555) และได้ศึกษาจากตำรา เอกสาร และงานวิจัยเพิ่มเติม นำมาพัฒนาเป็นโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตดำเนินการภายใต้กรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของ เอจเซน (Ajzen, 1991)

ซึ่งมีกระบวนการทั้งหมด 4 ขั้นตอนตามลำดับคือ ปรับทัศนคติต่อการแสดงพฤติกรรม สร้างการรับรู้ บรรทัดฐานของสังคม เพิ่มการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม และเสริมแรงจิตใจในการปรับพฤติกรรม ร่วมกับการใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมผ่านกระบวนการกลุ่ม ประกอบด้วย เกมส์ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่มในใบงานที่กำหนด และการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลองที่กำหนดให้ และมีการใช้สื่อในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มในโปรแกรมด้วยชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ซึ่งมีการดำเนินกิจกรรมทั้งหมด 12 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ โดยมีหัวข้อเรื่องการดำเนินกิจกรรมดังนี้

- ครั้งที่ 1 การปฐมนิเทศและการสร้างสัมพันธภาพ
- ครั้งที่ 2 กิจกรรมพัฒนาทักษะความภูมิใจในตนเอง
- ครั้งที่ 3 กิจกรรมพัฒนาทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ
- ครั้งที่ 4 กิจกรรมพัฒนาทักษะการตัดสินใจและการแก้ปัญหา
- ครั้งที่ 5 กิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการกับอารมณ์
- ครั้งที่ 6 กิจกรรมพัฒนาทักษะความซื่อสัตย์
- ครั้งที่ 7 กิจกรรมพัฒนาทักษะความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่
- ครั้งที่ 8 กิจกรรมพัฒนาทักษะความพอเพียง
- ครั้งที่ 9 กิจกรรมพัฒนาทักษะความรับผิดชอบต่อตนเอง
- ครั้งที่ 10 กิจกรรมพัฒนาทักษะความรับผิดชอบต่อครอบครัว
- ครั้งที่ 11 กิจกรรมพัฒนาทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม
- ครั้งที่ 12 การปัจฉิมนิเทศและตอบแบบวัดทักษะชีวิต

1.2 ชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา สร้างขึ้นโดยคณะกรรมการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ซึ่งประกอบไปด้วย อาจารย์พยาบาล พยาบาลอนามัยโรงเรียน และนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา มีจำนวน 14 เล่ม ประกอบด้วยหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะสุขภาพจำนวน 3 เล่ม มีชื่อเรื่องได้แก่ 1) หนูไม่รู้ 2) หนูแข็งแรง 3) ฉลาดกิน ฉลาดซื้อ และหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตซึ่งนำมาใช้เป็นสื่อในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มในโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต จำนวน 11 เล่ม (10 ทักษะ) ซึ่งหนังสือการ์ตูน 1 เล่ม ใช้เป็นสื่อในการดำเนินกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต 1 ทักษะ มีชื่อเรื่องดังนี้ 1) มา

รู้จักชุดหนังสือการดูแลพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพ (บทนำ) 2) หนูภูมิใจในตนเอง (ทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง) 3) มันแย่มาก...? (ทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ) 4) ทำไมผมต้องเลือก? (ทักษะการตัดสินใจและการแก้ปัญหา) 5) เออ..! เพื่อนที่ทุกคนต้องถอยหนี (ทักษะการควบคุมอารมณ์) 6) ของใครนี่? (ทักษะความซื่อสัตย์) 7) มีน้ำใจกันหรือเปล่า (ทักษะความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่) 8) ความพอเพียงที่เพียงพอ (ทักษะความพอเพียง) 9) หน้าที่ของใคร 1 (ทักษะความรับผิดชอบต่อตนเอง) 10) หน้าที่ของใคร 2 (ทักษะความรับผิดชอบต่อครอบครัว) 11) หน้าที่ของใคร 3 (ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม) โดยเนื้อหาในหนังสือการดูแลมีภาพวาดประกอบสวยงาม สีสันสดใส มีตัวการ์ตูนตัวเอกและเพื่อนๆ ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ดำเนินเนื้อเรื่องโดยมีการแสดงความคิด ลักษณะพฤติกรรมทั้งที่ดีและไม่ดี และการได้รับผลที่ตามมาจากการกระทำนั้นๆ มีการสอดแทรกแง่คิด และแนวทางการปฏิบัติตนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในแต่ละทักษะ นอกจากนั้นในท้ายเล่มของหนังสือการดูแลแต่ละเล่มยังมีคำถามท้ายบทเกี่ยวกับเนื้อเรื่องในการ์ตูน ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาใช้ในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มในโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต โดยนำไปสร้างเป็นใบงานให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นและอภิปรายภายในกลุ่มย่อย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของนักเรียนส่วนนี้ประกอบด้วย ข้อมูลด้านเพศ อายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ลักษณะการอยู่ร่วมกันของบิดา มารดา ระดับการศึกษาของบิดา มารดา ฐานะทางเศรษฐกิจในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับสมาชิกในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ลักษณะของแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปเป็นแบบให้เติมคำและแบบให้เลือกตอบ (check list)

ส่วนที่ 2 แบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (จุฬา ภู่วิบูลย์ และคณะ, 2553) ที่ปรับจาก แบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ของ ธนพัชร แก้วปฏิมา (2547) ซึ่งพัฒนามาจากแนวคิดการสอนทักษะชีวิตในโรงเรียน ของกรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ พ.ศ. 2544 ลักษณะของแบบวัดเป็นข้อคำถามจำนวน 46 ข้อ วัดทักษะชีวิต 10 องค์ประกอบ คือ ความภูมิใจในตนเอง การคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ การตัดสินใจและการแก้ปัญหา การจัดการกับอารมณ์ ความซื่อสัตย์ ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความพอเพียง ความรับผิดชอบต่อตนเอง ความรับผิดชอบต่อครอบครัว และความรับผิดชอบต่อสังคม ข้อคำถามมีลักษณะเป็นสถานการณ์จำลองเกี่ยวกับประสบการณ์ในชีวิตประจำวันและระหว่างการศึกษาเล่าเรียนของนักเรียน โดยให้นักเรียนพิจารณาว่า หากนักเรียนต้องพบเหตุการณ์ดังเช่นสถานการณ์จำลองที่กำหนดให้ นักเรียนจะเลือกปฏิบัติต่อสถานการณ์นั้นอย่างไร โดยพิจารณาจากตัวเลือกที่กำหนดซึ่ง

เป็นแบบปรนัยเลือกตอบ 4 ตัวเลือก และมีเกณฑ์การพิจารณาให้คะแนนในแต่ละข้อคำถามซึ่งแตกต่างกันในแต่ละประเด็น ตามเกณฑ์การประเมิน ดังนี้

ให้ 1 คะแนน หากนักเรียนเลือกแสดงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องเหมาะสม และเป็นการกระทำที่ส่งผลด้านลบทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

ให้ 2 คะแนน หากนักเรียนเลือกแสดงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องเหมาะสม และเป็นการกระทำที่ไม่เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

ให้ 3 คะแนน หากผู้เรียนสามารถเลือกแสดงพฤติกรรมได้ แต่ไม่เหมาะสม และเป็นการกระทำที่เกิดประโยชน์เฉพาะตนเองเท่านั้น

ให้ 4 คะแนน หากผู้เรียนเลือกแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสม และเป็นการกระทำที่เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและส่วนรวม

ตารางที่ 3.1 ตัวอย่างเกณฑ์การประเมินให้คะแนน

ข้อ	ตัวเลือก	คะแนน	เกณฑ์การประเมิน
1. “เพื่อนต้อง ลือแน่ๆ เลยว่า เราตัวเตี้ย แล้ว เราจะทำ อย่างไรดีนะ”	ประเด็น		สามารถรับรู้คุณค่าตนเองโดยการบรรจุเป้าหมาย ความสามารถ
	ก	4	เชื่อมั่นและภาคภูมิใจในความสามารถโดยไม่ใส่ใจ รูปร่างหน้าตา
	ข	1	ไม่เชื่อมั่นในตนเองและหลีกเลี่ยงการถูกประเมิน
	ค	2	ไม่เชื่อมั่นไม่ภูมิใจในตนเองโดยใส่ใจรูปร่างหน้าตา เป็นสำคัญและใช้วิธีการที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ
	ง	3	สร้างความมั่นใจให้ตนเองได้ แต่วิธีไม่เหมาะสม

ดังนั้นจะมีคะแนนรวมทักษะชีวิต ได้ตั้งแต่ 46-184 คะแนน การแปลผลคะแนนคือ
คะแนนรวมมากหมายถึงการมีทักษะชีวิตสูง

3.5 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

3.5.1 การตรวจสอบความตรง (Validity)

3.5.1.1 ความตรงตามเนื้อหาของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต ผู้วิจัยได้นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบจำนวน 3 ท่าน คือ อาจารย์พยาบาลด้านการพยาบาลเด็ก 1 ท่าน อาจารย์พยาบาลด้านการพยาบาลอนามัยเด็กและชุมชน 1 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญด้านการประถมศึกษา 1 ท่าน ตรวจสอบความเหมาะสมของภาษา ความครอบคลุมของเนื้อหา ความเหมาะสมของการจัดลำดับเนื้อหา กิจกรรมและระยะเวลาในการสอน จากนั้นนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไขเพิ่มเติมให้เกิดความเหมาะสมของภาษา ความครอบคลุมในเนื้อหาการสรุปประเด็นแนวทางการอภิปรายเกี่ยวกับผลดี ผลเสียจากการมีหรือไม่มีทักษะชีวิต บังคับอุปสรรคในการพัฒนาตนเองให้เป็นคนมีทักษะชีวิต และนำไปทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มนักเรียนที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง หลังจากนั้นนำมาวิเคราะห์ปัญหาและอุปสรรคที่พบ แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขอีกครั้ง โดยปรับความเหมาะสมของภาษา ลดระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรมขึ้นสร้างการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม และนำไปใช้จริงกับกลุ่มทดลองต่อไป

3.5.1.2 ความตรงตามเนื้อหาของชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพ ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ความเหมาะสมของภาพการ์ตูนและภาษาที่ใช้ และได้ผ่านการปรับปรุงเนื้อหาและความเหมาะสมตามที่ได้รับคำแนะนำ โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน

3.5.1.3 ความตรงตามเนื้อหาของแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปและแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ที่ปรับจากวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ของ ธนพัชร แก้วปฏีมา (2547) โดยคัดเลือกข้อคำถามเดิมมาจำนวน 22 ข้อ และสร้างข้อคำถามใหม่เพิ่มเติมจนได้จำนวน 50 ข้อ ได้ผ่านการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา และได้ผ่านการปรับปรุงแก้ไขตามความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ โดยตัดข้อคำถามที่มีความตรงน้อยออกไป 4 ข้อ จนเหลือข้อคำถามทั้งหมด 46 ข้อ

3.5.2 การตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือ

ผู้วิจัยและคณะทำงานของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รจก ภู'ไพบูลย์ และคณะ, 2553) ได้นำแบบวัดทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งมีลักษณะ คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยศึกษาจำนวน 30 คน คำนวนค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ แอลฟา ครอนบาค ได้เท่ากับ .80 และในการศึกษาครั้งนี้ได้เท่ากับ .82

3.6 การเตรียมผู้ช่วยวิจัย

ผู้ช่วยวิจัยจำนวน 2 คน เป็นนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต (การพยาบาลเด็ก) มหาวิทยาลัยมหิดล โดยก่อนทำการเก็บรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยได้ชี้แจงรายละเอียดของขั้นตอนและวิธีการดำเนินการวิจัยให้ผู้ช่วยวิจัยทราบให้มีความเข้าใจตรงกัน หลังจากนั้นชี้แจงหน้าที่ผู้ช่วยวิจัยในการแจกและเก็บแบบสอบถาม เป็นผู้ช่วยในการดำเนินกิจกรรม ในโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต และเป็นพี่เลี้ยงดูแลการทำกิจกรรมของนักเรียน และได้ฝึกเป็นผู้ช่วย ในการดำเนินกิจกรรมและเป็นพี่เลี้ยงดูแลการทำกิจกรรมของนักเรียนเมื่อผู้วิจัยนำโปรแกรมพัฒนา ทักษะชีวิตไปทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มนักเรียนที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

3.7 การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้พิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างโดย งานวิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณาอนุมัติการทำ วิจัยในคน จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน (Institutional Review Board: IRB) คณะ แพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล และก่อนดำเนินการเก็บข้อมูล กลุ่มตัวอย่าง และผู้ปกครองได้รับการชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ และขั้นตอนการเก็บข้อมูล พร้อมทั้งขอความร่วมมือ ในการทำวิจัย โดยชี้แจงว่ากลุ่มตัวอย่างสามารถถอนตัวออกจากการวิจัยได้ตลอดเวลาที่ต้องการ โดยไม่ ก่อให้เกิดผลเสียหรือผลกระทบใดๆ ต่อกลุ่มตัวอย่าง และข้อมูลที่ได้จะถูกเก็บเป็นความลับ การ นำเสนอข้อมูลจะถูกนำเสนอในภาพรวม และจะเปิดเผยเฉพาะในรูปที่สรุปผลการวิจัย

3.8 การดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัยถึงผู้อำนวยการโรงเรียนของกลุ่ม ตัวอย่าง เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขอความอนุเคราะห์ในการดำเนินการวิจัย และการเก็บ รวบรวมข้อมูล

2. เมื่อได้รับอนุญาตแล้วผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าพบและแนะนำตัวต่อผู้อำนวยการโรงเรียน และครูที่เกี่ยวข้องและขอความร่วมมือ
3. คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยการจับสลากคัดเลือกนักเรียนมาทั้งห้องด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายให้ได้จำนวนห้องเรียน 2 ห้องจากจำนวน 4 ห้อง และหลังจากนั้นทำการสุ่มโดยการนำเลขห้องที่ได้ 2 ห้องมาจับสลากเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 1 ห้องและกลุ่มควบคุมจำนวน 1 ห้อง
4. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม แนะนำตัว ขอความร่วมมือและชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ขั้นตอนการรวบรวมข้อมูล และการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง ส่งหนังสือถึงผู้ปกครองนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง เพื่อชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ และขั้นตอนการเก็บข้อมูล พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการทำวิจัย และชี้แจงการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง ให้ลงลายมืออนุญาตในการเข้าร่วมวิจัยและทำแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปร่วมกับนักเรียน และให้ส่งคืนที่ครูประจำชั้น
5. ดำเนินการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างและการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย 2 คน ดังนี้

กลุ่มควบคุม

1. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ให้กลุ่มควบคุมทำแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาพร้อมกับกลุ่มทดลอง (pretest) โดยใช้เวลา 60 นาที และนัดหมายกับนักเรียนในการเข้ารับการสอนสุขภาพทั่วไปและการเรียนการสอนตามปกติ
2. ให้กลุ่มควบคุมได้รับการสอนสุขภาพทั่วไปจำนวน 3 ครั้ง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที รวมเป็นเวลา 3 สัปดาห์ติดต่อกัน และหลังจากนั้นให้ได้รับการเรียนการสอนตามปกติจนกลุ่มทดลองดำเนินกิจกรรมครบ 12 ครั้ง ซึ่งการสอนสุขภาพทั่วไปประกอบด้วย แผนการดำเนินการสอนเรื่องสุขภาพทั่วไป 3 หัวข้อ ร่วมกับการใช้สื่อการสอนเป็นหนังสือการ์ตูนให้นักเรียนอ่าน หัวข้อละ 1 เรื่อง ดังนี้ การดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลและการป้องกันโรค (เรื่องหนูไม่รู้) การออกกำลังกาย (เรื่องหนูแข็งแรง) และการรับประทานอาหารที่เหมาะสม (เรื่องฉลาดกิน ฉลาดซื้อ)
3. ให้กลุ่มควบคุมทำแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาอีกครั้งพร้อมกับกลุ่มทดลอง เมื่อกลุ่มทดลองดำเนินกิจกรรมครบ 12 ครั้ง โดยใช้เวลา 60 นาที และบอกสิ้นสุดการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่าง

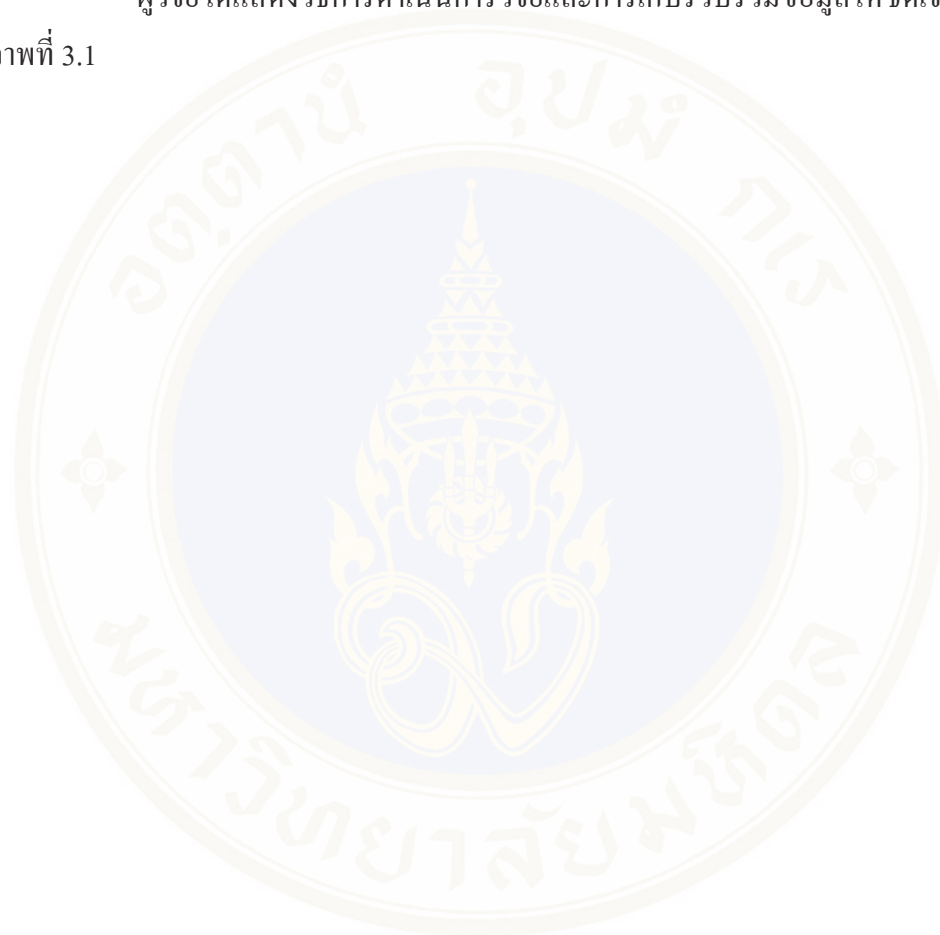
กลุ่มทดลอง

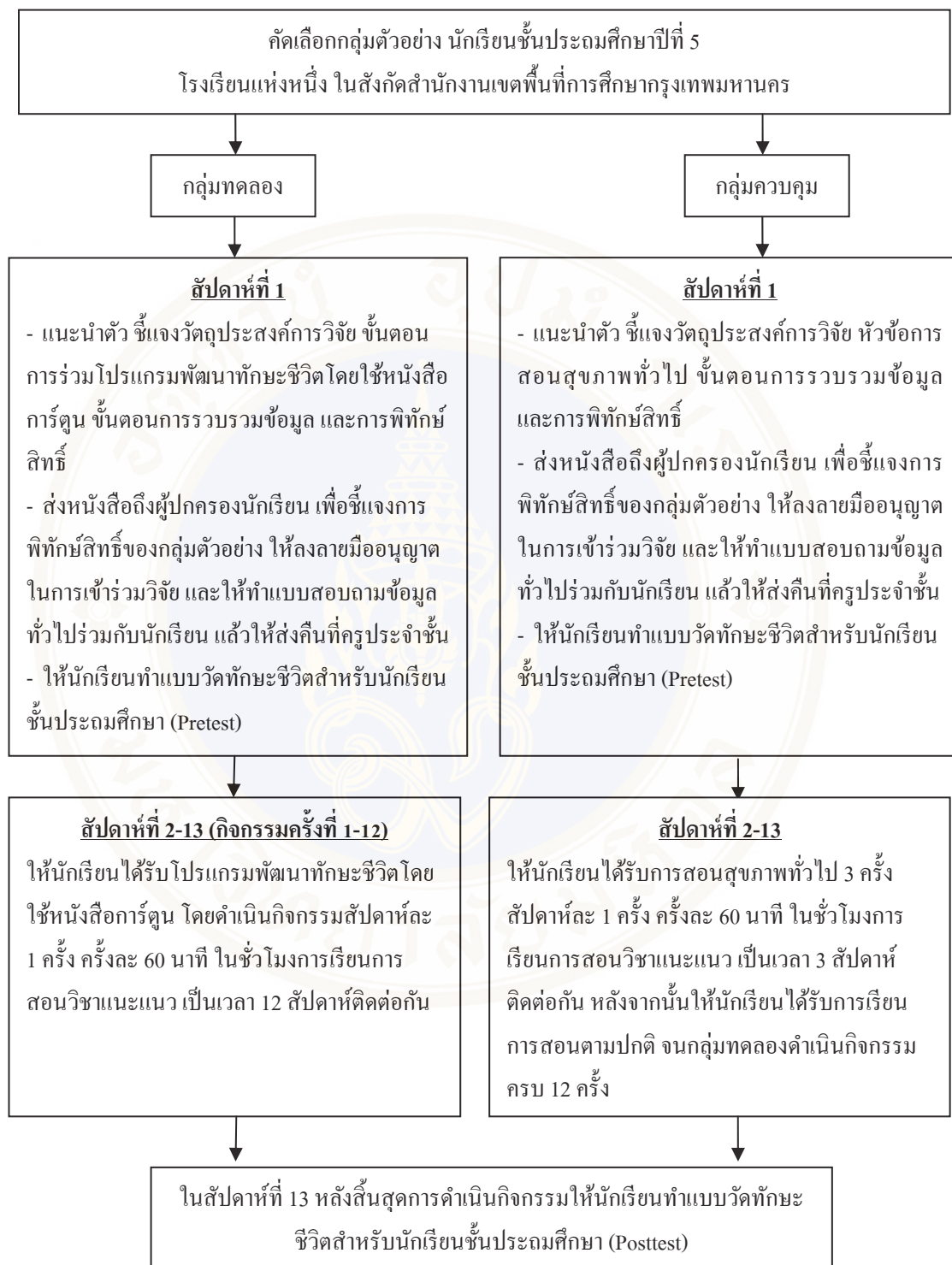
1. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ให้กลุ่มทดลองทำแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาพร้อมกับกลุ่มควบคุม (pretest) โดยใช้เวลา 60 นาที และนัดหมายกับนักเรียนในการเข้ารับการสอนตามโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน

2. ให้กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนจำนวน 12 ครั้ง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที รวมเป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ติดต่อกัน

3. และในครั้งที่ 12 ให้กลุ่มทดลองทำแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาอีกครั้งพร้อมกลุ่มควบคุม โดยใช้เวลา 60 นาที และบอกสิ้นสุดการวิจัย

ผู้วิจัยได้แสดงวิธีการดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูลให้ชัดเจน ดังแสดงในภาพที่ 3.1





ภาพที่ 3.1 ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.9 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์โดยใช้สถิติบรรยาย คือ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย พิสัย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความแตกต่างของข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองโดยใช้สถิติ Independent t-test และ Chi-square
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิตก่อนได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนก่อน ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองโดยใช้สถิติ Independent t-test
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนทักษะชีวิต ระหว่างก่อนและหลังได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยใช้สถิติ Paired t-test

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ชนิดรูปแบบสองกลุ่ม ทำการทดสอบก่อน-หลัง การทดลอง (Two Groups Pre-Post Test Design) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นครั้งนี้คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ศึกษาในโรงเรียนแห่งหนึ่ง ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากทม. ซึ่งผู้วิจัยได้สุ่มเลือกห้องเรียนเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแบบยกชั้นเรียนจำนวน 2 ห้อง แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้อง มีนักเรียนจำนวน 40 คน มีการคัดออกจากการศึกษาจำนวน 4 คน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามไม่ครบ และแบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 1 ห้อง มีนักเรียนจำนวน 39 คน มีการคัดออกจากการศึกษาจำนวน 8 คน เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามไม่ครบ ดังนั้นจึงเหลือกลุ่มตัวอย่างจำนวน 67 คน เป็นกลุ่มทดลองจำนวน 36 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 31 คน ซึ่งกลุ่มทดลองคือกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน และกลุ่มควบคุมคือกลุ่มที่ได้รับการสอนสุขภาพสุขภาพทั่วไปและการเรียนการสอนตามปกติ เมื่อดำเนินการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูลตามที่กำหนดไว้แล้ว ผู้วิจัยนำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยวิธีทางสถิติและนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 2 ส่วน ดังนี้

4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

4.2 ผลการทดสอบสมมติฐาน

4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวนทั้งหมด 67 คน เป็นกลุ่มทดลองจำนวน 36 คน เป็นเพศหญิงร้อยละ 52.8 เพศชายร้อยละ 47.2 และกลุ่มควบคุมจำนวน 31 คน เป็นเพศชายร้อยละ 51.6 เพศหญิงร้อยละ 48.4 กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มมีอายุระหว่าง 10-11 ปี (กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของอายุเท่ากับ 10.33 ปี และในกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของอายุเท่ากับ 10.61 ปี) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของทั้งสองกลุ่มพบว่าในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ระหว่าง 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 แต่ในกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีมารดาเป็นผู้อบรม ดูแลมากที่สุดขณะอยู่ที่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 41.9 กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มโดยส่วนใหญ่มีบิดา มารดา จบการศึกษาระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า-ปริญญาตรี ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 55.6 และ 66.7 ตามลำดับ ในกลุ่มควบคุมคิดเป็นร้อยละ 51.6 และ 54.8 ตามลำดับ ในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีรายได้ในครอบครัวอยู่ระหว่าง 200,001-40,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 58.3 และในกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีรายได้ในครอบครัวน้อยกว่า 20,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 32.3 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีสัมพันธภาพในครอบครัวแบบรักใคร่ช่วยเหลือกันดี ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 55.6 และในกลุ่มควบคุมคิดเป็นร้อยละ 51.6 มีสัมพันธภาพกับครูส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 94.4 และในกลุ่มควบคุมคิดเป็นร้อยละ 96.8 และมีสัมพันธภาพกับเพื่อนๆ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีเช่นกัน ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 94.4 และในกลุ่มควบคุมคิดเป็นร้อยละ 96.8 และเมื่อทดสอบความแตกต่างของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยสถิติ chi-square และ independent t-test พบว่า ทั้งสองกลุ่มมีเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สถานภาพการอยู่ร่วมกันของบิดา-มารดา ผู้อบรม-ดูแลขณะอยู่ที่บ้านมากที่สุด ระดับการศึกษาของบิดาและมารดา รายได้ในครอบครัว สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับครู และสัมพันธภาพกับเพื่อน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$) ยกเว้น ค่าเฉลี่ยอายุ พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ดังแสดงในตารางที่ 4.1 และ 4.2

ตารางที่ 4.1 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างแยกตามกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และเปรียบเทียบข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Chi-Square

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n = 36)		กลุ่มควบคุม (n = 31)		χ^2	p
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
เพศ						
ชาย	17	47.2	16	51.6	0.01	0.91
หญิง	19	52.8	15	48.4		
ผลการเรียน						
เกรด < 2.00 – 2.99	9	25	6	19.4	5.18	0.08
เกรด 3.00 – 3.49	8	22.2	15	48.4		
เกรด 3.50 – 4.00	19	52.8	10	32.3		
ลักษณะการอยู่ร่วมกันของบิดา มารดา						
อยู่ด้วยกัน	31	86.1	24	77.4	0.22	0.47
ไม่ได้อยู่ด้วยกัน	5	2.8	7	9.7		
ผู้อบรม ดูแลขณะอยู่ที่บ้านมากที่สุด						
บิดา มารดา	18	50	12	38.7	1.27	0.53
มารดา	14	38.9	13	41.9		
อื่นๆ	4	11.1	6	19.4		
ระดับการศึกษาของบิดา						
ประถมศึกษา –	11	30.6	8	25.8	0.88	0.64
มัธยมศึกษาตอนปลาย						
อนุปริญญาหรือ	20	55.6	16	51.6		
เทียบเท่า – ปริญญาตรี						
อื่นๆ	5	13.9	7	22.6		
ระดับการศึกษาของมารดา						
ประถมศึกษา –	7	19.4	9	29	1.07	0.58
มัธยมศึกษาตอนปลาย						
อนุปริญญาหรือ	24	66.7	17	54.8		
เทียบเท่า – ปริญญาตรี						
อื่นๆ	5	13.9	5	16.1		

ตารางที่ 4.1 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างแยกตามกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และเปรียบเทียบข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Chi-Square (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n = 36)		กลุ่มควบคุม (n = 31)		χ^2	p	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ			
รายได้ในครอบครัว (บาท/เดือน)							
<20,000	7	19.4	10	32.3	7.24	0.07	
20,001 – 40,000	21	58.3	8	25.8			
40,001 – 60,000	4	11.1	6	19.4			
>60,000	4	11.1	7	22.6			
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับสมาชิกในครอบครัว							
รักใคร่ช่วยเหลือกันดี	20	55.6	16	51.6	0.01	0.93	
ทะเลาะกันบ้างบางครั้ง	16	44.4	15	48.4			
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู							
ดี	34	94.4	30	96.8	0.21	0.56	
ไม่ค่อยดี	2	5.6	1	3.2			
					(fisher exact test)		
สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน							
ดี	34	94.4	30	96.8	0.21	0.56	
ไม่ค่อยดี	2	5.6	1	3.2			
					(fisher exact test)		

ตารางที่ 4.2 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างแยกตามกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และเปรียบเทียบข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Independent t-test

ข้อมูลทั่วไป	กลุ่มทดลอง (n = 36)			กลุ่มควบคุม (n = 31)			t	p
	Min-Max	$\bar{X}$	SD	Min-Max	$\bar{X}$	SD		
อายุ	10-11	10.33	0.48	10-11	10.61	0.50	2.35	0.02

4.2 ผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานการวิจัยครั้งนี้ คือ

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนมีทักษะชีวิตหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลอง
2. หลังการทดลองนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนมีทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ไม่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน

ก่อนการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานโดยใช้สถิติ t-test ผู้วิจัยได้ทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นเกี่ยวกับความเท่าเทียมกันของลักษณะข้อมูลทั่วไปในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจากการศึกษาพบว่า ลักษณะข้อมูลทั่วไปในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$) เมื่อทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติ t-test พบว่าข้อมูลจากการวิจัย สามารถทดสอบโดยใช้ สถิติ t-test ได้ (รายละเอียดตามภาคผนวก จ)

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 พบว่า กลุ่มทดลองซึ่งได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนจำนวน 36 คน มีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตก่อนทดลองเท่ากับ 156.67 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 15.33 คะแนน และมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตหลังทดลองเท่ากับ 165.14 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 7.82 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตก่อนและหลังทดลองด้วยสถิติ paired t-test พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนหลังทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) ส่วนกลุ่มควบคุม ซึ่งได้รับโปรแกรมการสอนทักษะสุขภาพโดยใช้หนังสือการ์ตูนและการสอนตามปกติ จำนวน 31 คน มีคะแนนทักษะชีวิตก่อนทดลองเท่ากับ 157.25 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 14.70 คะแนน และมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตหลังทดลองเท่ากับ 158.26 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 14.87 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตก่อนและหลังทดลองด้วยสถิติ paired t-test พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมการสอนทักษะสุขภาพโดยใช้หนังสือการ์ตูนก่อนทดลองและทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$) ดังแสดงในตารางที่ 4.3

ตารางที่ 4.3 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตระหว่างก่อนทดลองและหลังทดลอง ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Paired t-test

กลุ่ม	N	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t	p
		$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
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

ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองซึ่งได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนจำนวน 36 คน มีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตหลังการทดลองเท่ากับ 165.14 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 7.92 คะแนน ในกลุ่มควบคุมซึ่งได้รับการสอนสุขภาพทั่วไปและการเรียนการสอนตามปกติ จำนวน 31 คน มีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตหลังการทดลองเท่ากับ 158.26 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 14.87 คะแนน เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยสถิติ Independent t-test พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตหลังการทดลองในกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ดังแสดงในตารางที่ 4.4

ตารางที่ 4.4 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตก่อนการทดลองและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Independent-test

กลุ่ม	N	คะแนนทักษะชีวิต		t	p
		$\bar{X}$	SD		
ก่อนการทดลอง					
กลุ่มทดลอง	36	156.67	15.33	0.20	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		

บทที่ 5

การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลสามารถนำมาอภิปรายผลตามสมมติฐานการวิจัยได้ดังนี้

5.1 ผลการทดสอบข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่ามีการวิจัยเฉพาะบุคคล และปัจจัยทางสังคมสิ่งแวดล้อมหลายปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาทักษะชีวิตของเด็กวัยเรียนให้มีความแตกต่างกันได้ เช่น เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การอบรมเลี้ยงดู สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพในครอบครัว ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียนหรือสภาพแวดล้อมทางการเรียน ดังนั้นการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ควบคุมการเกิดความคลาดเคลื่อนในการศึกษาวิจัย โดยการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้วิธีการจับสลากสุ่มห้องเรียนจากจำนวนห้องเรียนทั้งหมด และการใช้สถิติเพื่อทดสอบความคล้ายคลึงกันของกลุ่มตัวอย่าง ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติไคร้สแควร์ (chi-square) และสถิติทดสอบที (t-test) พบว่าข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$) ยกเว้น อายุของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) (ตารางที่ 4.1 และตารางที่ 4.2) ซึ่งทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างกำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทั้งหมด และอยู่ในช่วงวัยเดียวกันคือมีระดับพัฒนาการของวัยเป็นระยะของวัยเด็กตอนปลาย (ช่วงอายุ 10-12 ปี) ใกล้เคียงกันจึงไม่มีผลต่อการศึกษาวิจัยครั้งนี้ และจากการประเมินคะแนนทักษะชีวิตก่อนการวิจัยพบว่า คะแนนทักษะชีวิตของทั้งสองกลุ่มไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$) (ตารางที่ 4.4) ฉะนั้นผลการศึกษาในครั้งนี้ เป็นผลการศึกษาที่ส่งผลมาจากกิจกรรมที่จัดกระทำให้ คือ โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน

5.2 ผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานข้อที่ 1 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต โดยใช้หนังสือการ์ตูนมีทักษะชีวิตหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลอง

สมมติฐานข้อที่ 2 หลังการทดลองนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนมีทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ไม่ได้โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน

เมื่อสิ้นสุดศึกษาพบว่า หลังได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) (ตารางที่ 4.3 และ 4.4) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ทั้งสองข้อ สามารถอธิบายได้ว่า การพัฒนาทักษะชีวิตตามโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ทำให้นักเรียนมีการพัฒนาทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นและดีกว่าไม่ได้รับโปรแกรม เพราะโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน มีขั้นตอนดำเนินการที่ส่งเสริมให้นักเรียนเชื่อว่าการมีพฤติกรรมที่ดี ถูกต้องเหมาะสม จะเกิดผลดีกับนักเรียนตามมาหรือหากนักเรียนมีพฤติกรรมที่ไม่ดี ไม่ถูกต้อง ก็จะเกิดผลเสียกับนักเรียน ทำให้นักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการแสดงพฤติกรรมไปในทางที่ดี ถูกต้องเหมาะสม หรือทำให้นักเรียนมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการแสดงพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดผลเสียตามมา และทำให้นักเรียนเชื่อว่าสังคมหรือบุคคลที่มีความสำคัญต่อนักเรียน เช่น พ่อแม่ คุณครู เพื่อนสนิท มีความคาดหวังหรือคิดว่านักเรียนควรมีการแสดงพฤติกรรมที่ดี ถูกต้องเหมาะสมออกมา หรือพฤติกรรมใดไม่ควรแสดงออกมา นอกจากนั้นยังหาแนวทางแก้ไขและจัดอุปสรรคร่วมกันต่อการพัฒนาตนเองให้เป็นคนมีทักษะต่างๆ ส่งเสริมและหาแนวทางร่วมกันในการให้นักเรียนพัฒนาตนเองให้เป็นคนมีทักษะนั้นๆ ให้ได้ ทำให้นักเรียนเชื่อและรับรู้ว่าคุณเองมีความสามารถในการควบคุมการแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมได้ และเสริมแรงจูงใจให้นักเรียนมีการแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมออกมา โดยการให้รางวัล คำชมเชย และให้มีการทอคำสัญญาร่วมกันระหว่างกลุ่มเพื่อนว่าจะพัฒนาตนเองให้มีการแสดงพฤติกรรมในทางที่ดีหรือมีทักษะนั้นๆ ในตนเอง ส่งผลให้นักเรียนมีความพยายามและความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมนั้นมากยิ่งขึ้น และก็จะทำให้เกิดการยังคิดต่อการแสดงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องเหมาะสมออกมาด้วย

ผลการศึกษาสนับสนุนแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน (Ajzen, 1991) ที่อธิบายถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจและการแสดงพฤติกรรมของบุคคล ด้วยแนวคิดว่าคุณคนจะแสดงพฤติกรรมต่อเมื่อบุคคลนั้นมีความตั้งใจที่จะแสดงหรือปฏิบัติ และรับรู้ว่าคุณคนสามารถควบคุมพฤติกรรมนั้นได้ ซึ่งความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรม เกิดจาก 2 ปัจจัย คือ ทัศนคติของบุคคลต่อพฤติกรรมนั้น และการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม ดังนั้นบุคคลจะมีความตั้งใจแสดง

พฤติกรรมที่พึงประสงค์มากยิ่งขึ้น หรือมีพฤติกรรมป้องกันและลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เมื่อบุคคลประเมินแล้วว่าผลดีหรือไม่ดี รับรู้ว่าสังคมหรือผู้อื่นที่มีความสำคัญต่อตนคิดว่าควรแสดงพฤติกรรมนั้นหรือไม่ และรับรู้ว่าตนเองมีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมดังกล่าวสูง

นอกจากนั้นในแต่ละขั้นตอนดำเนินการของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต ผู้วิจัยใช้กระบวนการเรียนรู้ทักษะชีวิตโดยเน้นการมีส่วนร่วมของนักเรียนผ่านกระบวนการกลุ่ม โดยมีการแบ่งกลุ่มย่อย เล่นเกมส์ ระดมสมอง แสดงบทบาทสมมติ และอภิปรายกลุ่ม ร่วมกับการใช้สื่อเป็นหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตที่มีภาพวาดประกอบสวยงาม สีสันสดใส มีเนื้อหาในหนังสือการ์ตูนด้วยตัวการ์ตูนตัวเอกและเพื่อนๆ ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ดำเนินเนื้อเรื่องโดยมีการแสดงความคิด ลักษณะพฤติกรรมทั้งที่ดีและไม่ดี และการได้รับผลที่ตามมาจากการกระทำนั้นๆ มีการสอดแทรกแง่คิด และแนวทางการปฏิบัติตนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในแต่ละทักษะ นอกจากนั้นในท้ายเล่มของหนังสือการ์ตูนแต่ละเล่มยังมีคำถามท้ายบทเกี่ยวกับเนื้อเรื่องในการ์ตูนเพื่อให้นักเรียนมีความสนใจ ให้ความร่วมมือในการดำเนินการแต่ละขั้นตอน เกิดความเข้าใจและเกิดการเรียนรู้ทักษะชีวิตได้ดียิ่งขึ้น กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ (2543) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตโดยเน้นการมีส่วนร่วมของนักเรียน ต้องยึดนักเรียนเป็นศูนย์กลาง เน้นการฝึกทักษะและการสร้างเจตคติจากประสบการณ์ของผู้เรียน เป็นการเรียนรู้ที่ผู้เรียนต้องเป็นผู้ปฏิบัติ ก่อให้เกิดความสนใจจากผู้เรียนอย่างมาก และทำให้นักเรียนมีความเข้าใจในสิ่งที่ได้เรียนรู้ดีขึ้น และเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ๆ นำไปสู่การพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งต้องเกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนเอง และระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน

จากการดำเนินการพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ให้ความร่วมมือในการดำเนินการทุกขั้นตอน ทุกครั้งเป็นอย่างดี เพราะผู้วิจัยเริ่มต้นการดำเนินกิจกรรมครั้งแรกด้วยสร้างสัมพันธภาพโดยใช้เกมส์ “เปิด ปรับ เปลี่ยน” ผู้เรียนให้ความสนใจและสนุกสนานกับเกมส์ ผลสรุปจากเกมส์นั้นถึงการเปิดใจเมื่อต้องอยู่ร่วมกัน ปรับตัวเพื่อเข้ากับผู้อื่นถึงแม้บางสิ่งเราอาจไม่ชอบ และพยายามเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีเพื่อให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ทำให้ผู้เรียนเกิดการสะท้อนคิดตาม นอกจากนั้นผู้วิจัยใช้เทคนิคการพูดคุยแบบเป็นกันเอง ยิ้มแย้มแจ่มใสเพื่อลดช่องว่างของการเข้าถึง ทำให้นักเรียนรู้สึกผ่อนคลายและให้ความร่วมมือในการดำเนินกิจกรรมเป็นอย่างดี การระดมสมองทำให้นักเรียนแต่ละคนมีโอกาสดำเนินการ แสดงออก แสดงความคิดเห็นและความรู้สึก ได้ใช้ทักษะการสื่อสาร การเล่นเกมได้ฝึกการจัดการกับอารมณ์และความเครียดของตนเอง การแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลองทำให้นักเรียนเหมือนได้ฝึกการมีทักษะ ทำให้มีความเข้าใจและเกิดการเรียนรู้ที่ลึกซึ้งขึ้น และเกิดความมั่นใจที่จะนำไปปฏิบัติเมื่อได้เจอเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกัน ผลสรุปจากการเล่นเกม การแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลอง และความ

คิดเห็นจากการระดมสมอง ทำให้รู้ถึงผลดี ผลเสียของการมีหรือไม่มีทักษะต่างๆ ตามบทสรุปในแต่ละกิจกรรม ทำให้เกิดการคิดเปรียบเทียบและเกิดการสะท้อนคิดตามมา การอภิปรายกลุ่มทำให้ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และได้รับฟังความคิดเห็นของเพื่อน ทำให้เห็นอกเห็นใจผู้อื่นและเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดี ได้รับรู้บรรทัดฐานของสังคมบุคคลใกล้ชิด หรือกลุ่มเพื่อนต่อตัวนักเรียน หากมีทักษะชีวิตแล้วทำให้มีการแสดงพฤติกรรมที่ดีตามมา ทำให้เกิดการคิดวิเคราะห์หว่าอะไรดี หรือไม่ดี อะไรคือปัญหาที่แท้จริง สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาได้ถูกต้องเหมาะสม ผลสรุปจากการอภิปรายกลุ่มทำให้รู้ถึงแนวทางในการพัฒนาตนเองให้มีทักษะชีวิตต่างๆ รับรู้อุปสรรคหรือปัญหาต่อการพัฒนาตนเองได้ และทุกกิจกรรมทำให้นักเรียนต้องมีรับผิดชอบต่องาน และได้เป็นส่วนหนึ่งในความสำเร็จของงานในกลุ่ม เห็นคุณค่าตนเองและเกิดความภาคภูมิใจ ซึ่งสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2544 ที่กล่าวว่ากระบวนการจัดการศึกษาถือว่าผู้เรียนสำคัญที่สุด ต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาไปตามธรรมชาติและความสนใจ เพื่อให้นักเรียนสามารถปรับพฤติกรรมและมีพฤติกรรมที่ถูกต้อง ทำให้นักเรียนสามารถจัดการกับความต้องการและสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวัน อย่างมีประสิทธิภาพ (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2543) และสอดคล้องกับการศึกษาของ นพวรรณ วงศ์วิวัฒน์ (2547), อรดา วงษ์ไสว (2547) และนพวรรณ เสนา (2551) ที่พบว่าการพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมทำให้นักเรียนมีทักษะชีวิตสูงขึ้นได้ และนักเรียนให้ความสนใจ รู้สึกสนุกสนานกับการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ สามารถนำความรู้เกี่ยวกับทักษะชีวิตไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ ดังนั้นรูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตที่เหมาะสมและให้เกิดการเรียนรู้ที่ดีได้นั้น การจัดกิจกรรมที่มุ่งเน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียน ร่วมกับการฝึกในสถานการณ์จำลองจะทำให้ผู้เรียนเกิดความมั่นใจและตั้งใจในการนำไปปฏิบัติและประยุกต์ใช้ได้

เมื่อให้นักเรียนอ่านหนังสือการ์ตูนสังเกตพบว่า นักเรียนตื่นเต้นและให้ความสนใจหลังจากอ่านจบสามารถสรุปเนื้อหาในหนังสือการ์ตูนได้ถูกต้อง เพราะหนังสือการ์ตูนมีภาพประกอบ มีสีสันสดใส มีการ์ตูนตัวเอกและเพื่อนๆ ที่มีวัยเดียวกันเป็นตัวแทนแสดงพฤติกรรมทั้งที่ดีและไม่ดีใกล้เคียงกับสิ่งที่นักเรียนปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เป็นรูปธรรมที่ชัดเจนขึ้น ช่วยสร้างความสนใจของนักเรียนทำให้มีความตั้งใจและสามารถรับรู้และจดจำเนื้อหาได้ดีขึ้น และช่วยปรับเปลี่ยนการแสดงพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น (จินดนา ไบกาซูยี, 2537; ถวัลย์ มาศจรัส และพรพรต เจนสุวรรณ, 2551; Bandura, 1977) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ กรุณา ศรีแสน (2546) ที่พบว่าการสอนโดยใช้หนังสือการ์ตูนตัวแบบสามารถพัฒนาพฤติกรรมจริยธรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ได้ จากเหตุผลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าการนำโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนมาใช้กับเด็กวัยเรียนทำให้นักเรียนมีการพัฒนาทักษะชีวิตเพิ่มมากขึ้น

จากข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลนั้น พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในเกณฑ์ดีถึงดีมาก ซึ่งเอื้อให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ เข้าใจสิ่งที่ผู้วิจัยถ่ายทอดให้ได้ตรงประเด็น และสังเกตว่าผู้เรียนมีความตั้งใจ ใส่ใจในการร่วมกิจกรรมดี มีการซักถามข้อสงสัยเพื่อให้เกิดความเข้าใจยิ่งขึ้น แม้ว่าจะมีนักเรียนส่วนหนึ่งที่มีความตั้งใจในการร่วมกิจกรรมเป็นครั้งคราว แต่พบว่ากระบวนการกลุ่ม และตามพัฒนาการของเด็กวัยนี้ที่ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน มีเพื่อนเป็นบรรทัดฐานที่สำคัญ ทำให้นักเรียนส่วนใหญ่ที่มีความตั้งใจ ใส่ใจในการร่วมกิจกรรมช่วยกันกระตุ้นสมาชิกในกลุ่มให้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมได้ต่อเนื่องจนจบ นอกจากนั้นการมีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนด้วยกันส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี ทำให้บรรยากาศของการเรียนร่วมกันในห้องเรียน และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่มระหว่างเพื่อนเป็นไปด้วยดี ช่วยเหลือและเข้าใจกันดี สอดคล้องกับศึกษาของ ัญญา ผาตจันติก (2545) ที่พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน บรรยากาศของการเรียนการสอน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนมีอิทธิพลทางบวกต่อทักษะชีวิตของนักเรียน เช่นเดียวกับการศึกษาของ อรรณณ เจาะประโคน (2551) ที่พบว่า สัมพันธภาพกับเพื่อน สภาพแวดล้อมทางการเรียน มีอิทธิพลต่อทักษะชีวิตของนักเรียน และการศึกษาของนิสิตา อังกุล (2552) พบว่าสภาพแวดล้อมทางการเรียนมีอิทธิพลต่อทักษะชีวิตของเด็กวัยเรียน

ผลการศึกษาครั้งนี้สนับสนุนแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ที่ว่าการจัดกิจกรรมการสอนทักษะชีวิตให้กับเด็กในวัยเรียนสามารถช่วยพัฒนาทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นได้ ซึ่งเปรียบเสมือนการทำให้เด็กมีภูมิคุ้มกันต้านทานต่อปัญหาทางสุขภาพและพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตามมาด้วย สอดคล้องกับการศึกษาของประณยา ปันปิน (2551) ที่พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตมีทักษะชีวิตและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการป้องกันการเสพยาเสพติดเพิ่มขึ้น วาสิณี ชุ่มกิ่ง (2549) ที่ศึกษาพบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตมีทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยเพิ่มขึ้น อรุชชา สัจจาพงศ์ (2553) ที่ศึกษาพบว่านักเรียนที่ได้กิจกรรมการสอนทักษะชีวิตมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าสูงขึ้น ปัญญา เพ็ชร (Punyapet, 2005) ที่ศึกษาพบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตมีทักษะชีวิตต่อการเลือกคบเพื่อนต่างเพศที่เหมาะสมไปในทางที่ดีขึ้น และการศึกษาของอมรรัตน์ ชอบธรรมดี (2551) ที่พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่ได้รับโปรแกรมการสร้างทักษะชีวิตมีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นและมีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลง

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น จึงสามารถสรุปได้ว่า โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต ตามกรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน (Ajzen, 1991) ที่ประกอบด้วยกิจกรรมที่มุ่งใจ สนุกสนาน และเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างเหมาะสมและต่อเนื่องคือ มีการแบ่งกลุ่มย่อยและการอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง เล่นเกมส์ และการแสดงบทบาทสมมติซึ่งเปรียบเหมือนการ

ได้ฝึกทักษะในสถานการณ์สมมติ เพื่อให้เกิดความมั่นใจและตั้งในเป็นแนวทางการนำไปปฏิบัติ หรือมีพฤติกรรมในทางบวก ร่วมกับการใช้หนังสือการ์ตูนที่มีสีสันสดใส มีตัวแบบและเนื้อเรื่องที่เน้นและส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมทางบวกยิ่งขึ้นหรือลดพฤติกรรมทางลบ ทำให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนมีทักษะชีวิตสูงขึ้นและสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ตรงตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

อย่างไรก็ตาม ในการศึกษาครั้งนี้ไม่สามารถควบคุมตัวแปรภายนอก เช่น การติดต่อสื่อสารภายในกลุ่มตัวอย่างและครอบครัว การได้รับคำแนะนำจากบุคคลหรือการได้รับข่าวสารภายนอก เช่น เพื่อน คุณครู การดูโทรทัศน์ ข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต วิทยุหรือสื่อประชาสัมพันธ์อื่นๆ ซึ่งอาจส่งผลต่อผลการวิจัยได้ และการดำเนินกิจกรรมโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตมีระยะเวลาดำเนินการ และติดตามผลเพียงช่วงระยะเวลาหนึ่ง ควรมีการศึกษาดูตามผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตในระยะยาวอย่างต่อเนื่อง และควรมีการสอดแทรกโปรแกรมดังกล่าวเข้าเป็นส่วนหนึ่งของการจัดการเรียนการสอนเพื่อมุ่งเน้นให้นักเรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการมีทักษะชีวิตและเกิดการพัฒนาทักษะชีวิตได้อย่างต่อเนื่องต่อไป

บทที่ 6

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็น การวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ชนิดรูปแบบสองกลุ่ม ทำการทดสอบก่อน-หลัง การทดลอง (Two groups pre-post test design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นครั้งนี้คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ศึกษาในโรงเรียนแห่งหนึ่ง ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร ซึ่งผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยคัดเลือกนักเรียนมาทั้งห้องด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) ให้ได้จำนวน 2 ห้อง จากจำนวน 4 ห้อง และทำการสุ่มแบ่งกลุ่มโดยการจับสลากแบ่งห้องเรียนเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้อง และกลุ่มควบคุม 1 ห้อง กลุ่มทดลองมีนักเรียนจำนวน 40 คน และกลุ่มควบคุมมีนักเรียนจำนวน 39 คน ในระหว่างดำเนินการวิจัยมีกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามไม่ครบ กลุ่มทดลองจำนวน 4 คน กลุ่มจำนวน 8 คน ผู้วิจัยจึงต้องคัดออกจากการศึกษา ดังนั้นจึงเหลือกลุ่มตัวอย่างจำนวน 67 คน เป็นกลุ่มทดลองจำนวน 36 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 31 คน โดยกลุ่มทดลองคือกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน และกลุ่มควบคุมคือกลุ่มที่ได้รับการสอนสุขภาพทั่วไปและการเรียนการสอนตามปกติ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย ประกอบด้วย

1.1 โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน เป็นกิจกรรมการเรียนการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยปรับจากโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนของ จิราภรณ์ ธรรมบุตร (2555) และได้ศึกษาจากตำรา เอกสาร และงานวิจัยเพิ่มเติม นำมาพัฒนาเป็นโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนดำเนินการภายใต้กรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของ เอจเซน (Ajzen, 1991) ซึ่งมีกระบวนการทั้งหมด 4 ขั้นตอนตามลำดับคือ ปรับทัศนคติต่อการแสดงพฤติกรรม สร้างการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม เพิ่มการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม และเสริมแรงใจในการปรับพฤติกรรม ร่วมกับการใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมผ่านกระบวนการกลุ่ม ประกอบด้วย เกมส์ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่มในใบงานที่กำหนด และการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลองที่กำหนดให้ และมีการใช้สื่อในการดำเนิน

กิจกรรมกลุ่มในโปรแกรมด้วยชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ซึ่งมีการดำเนินกิจกรรมทั้งหมด 12 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ติดต่อกัน โดยมีหัวข้อเรื่องการดำเนินกิจกรรมคือ ครั้งที่ 1 การปฐมนิเทศและการสร้างสัมพันธภาพ ครั้งที่ 2 กิจกรรมพัฒนาทักษะความภูมิใจในตนเอง ครั้งที่ 3 กิจกรรมพัฒนาทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ ครั้งที่ 4 กิจกรรมพัฒนาทักษะการตัดสินใจและการแก้ปัญหา ครั้งที่ 5 กิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการกับอารมณ์ ครั้งที่ 6 กิจกรรมพัฒนาทักษะความซื่อสัตย์ ครั้งที่ 7 กิจกรรมพัฒนาทักษะความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ครั้งที่ 8 กิจกรรมพัฒนาทักษะความพอเพียง ครั้งที่ 9 กิจกรรมพัฒนาทักษะความรับผิดชอบต่อตนเอง ครั้งที่ 10 กิจกรรมพัฒนาทักษะความรับผิดชอบต่อครอบครัว ครั้งที่ 11 กิจกรรมพัฒนาทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม และครั้งที่ 12 การปัจฉิมนิเทศและตอบแบบวัดทักษะชีวิต

1.2 ชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา สร้างขึ้นโดยคณะกรรมการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ซึ่งประกอบไปด้วย อาจารย์พยาบาล พยาบาลอนามัยโรงเรียน และนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา มีจำนวน 14 เล่ม ประกอบด้วยหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะสุขภาพจำนวน 3 เล่ม มีชื่อเรื่องได้แก่ 1) หนูไม่รู้ 2) หนูแข็งแรง 3) ฉลาดกิน ฉลาดซื้อ และหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตซึ่งนำมาใช้เป็นสื่อในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มในโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต จำนวน 11 เล่ม (10 ทักษะ) ซึ่งหนังสือการ์ตูน 1 เล่ม ใช้เป็นสื่อในการดำเนินกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต 1 ทักษะ มีชื่อเรื่องดังนี้ 1) มารู้จักชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพ (บทนำ) 2) หนูภูมิใจในตนเอง (ทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง) 3) มันแย่มากเพราะ....? (ทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ) 4) ทำไมผมต้องเลือก? (ทักษะการตัดสินใจและการแก้ปัญหา) 5) เอก..! เพื่อนที่ทุกคนต้องถอยหนี (ทักษะการควบคุมอารมณ์) 6) ของใครนี่? (ทักษะความซื่อสัตย์) 7) มีน้ำใจกันหรือเปล่า (ทักษะความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่) 8) ความพอเพียงที่เพียงพอ (ทักษะความพอเพียง) 9) หน้าที่ของใคร 1 (ทักษะความรับผิดชอบต่อตนเอง) 10) หน้าที่ของใคร 2 (ทักษะความรับผิดชอบต่อครอบครัว) 11) หน้าที่ของใคร 3 (ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม) โดยเนื้อหาในหนังสือการ์ตูนมีภาพวาดประกอบสวยงาม สีสันสดใส มีตัวการ์ตูนตัวเอกและเพื่อนๆ ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ดำเนินเนื้อเรื่องโดยมีการแสดงความคิด ลักษณะพฤติกรรมทั้งที่ดีและไม่ดี และการได้รับผลที่ตามมาจากการกระทำนั้นๆ มีการสอดแทรกแง่คิด และแนวทางการปฏิบัติตนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในแต่ละทักษะ นอกจากนั้นในท้ายเล่มของหนังสือการ์ตูนแต่ละเล่มยังมีคำถามท้ายบทเกี่ยวกับเนื้อเรื่องใน

การ์ตูน ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาใช้ในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มในโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต โดยนำไปสร้างเป็นใบงานให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นและอภิปรายภายในกลุ่มย่อย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ประกอบด้วยส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และส่วนที่ 2 แบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553)

การควบคุมคุณภาพของเครื่องมือ

1. โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ผ่านการพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมของภาษา ความถูกต้องและครอบคลุมของเนื้อหา ความเหมาะสมของการจัดลำดับเนื้อหา กิจกรรมและระยะเวลาในการสอน จากผู้วุฒิจำนวน 3 ท่าน

2. ชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพ จำนวน 11 เล่ม ได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ความเหมาะสมของภาพการ์ตูนและภาษาที่ใช้ จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน

3. แบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ที่ปรับจากแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ของ ธนพัชร แก้วปฐิมา (2547) โดยคัดเลือกข้อคำถามเดิมมาจำนวน 22 ข้อ และสร้างข้อคำถามใหม่เพิ่มเติมจนได้จำนวน 50 ข้อ ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน จนเหลือข้อคำถามทั้งหมด 46 ข้อ และผ่านการตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือ โดยการนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งมีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยศึกษา จำนวน 30 คน ค่าความค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ แอลฟา ครอนบาค ได้เท่ากับ 0.80 และในการศึกษาครั้งนี้ได้เท่ากับ 0.82

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขออนุญาตเก็บข้อมูลในการทำวิจัยในมนุษย์ จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

2. เตรียมผู้ช่วยวิจัย จำนวน 2 คน เพื่อเป็นผู้ช่วยในการดำเนินกิจกรรมและเป็นพี่เลี้ยงดูแลการทำกิจกรรมของนักเรียน โดยก่อนทำการเก็บรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัยได้ชี้แจงรายละเอียดของขั้นตอน และวิธีการดำเนินวิจัยให้ผู้ช่วยวิจัยทราบ ให้มีความเข้าใจตรงกันในการดำเนินกิจกรรม

3. หลังได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ฯ ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัยถึงผู้อำนวยการโรงเรียนของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขอความอนุเคราะห์ในการดำเนินการวิจัย และการเก็บรวบรวมข้อมูล จากนั้นผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าพบและแนะนำตัวต่อผู้อำนวยการโรงเรียน และครูที่เกี่ยวข้อง

4. ขึ้นดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยการจับสลากคัดเลือกนักเรียนมาทั้งห้องด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายให้ได้จำนวนห้องเรียน 2 ห้องจากจำนวน 4 ห้อง และหลังจากนั้นทำการสุ่มด้วยการนำเลขห้องที่ได้ 2 ห้องมาจับสลาก เป็นกลุ่มทดลองจำนวน 1 ห้อง และกลุ่มควบคุมจำนวน 1 ห้อง

5. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม แนะนำตัว ขอความร่วมมือและชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ขั้นตอนการรวบรวมข้อมูล และการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง ส่งหนังสือถึงผู้ปกครองนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง เพื่อชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ และขั้นตอนการเก็บข้อมูล พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการทำวิจัย และชี้แจงการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง ให้ลงลายมืออนุญาตในการเข้าร่วมวิจัยและทำแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปพร้อมกับนักเรียน และให้ส่งคืนที่ครูประจำชั้น

6. ดำเนินการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างและการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย 2 คน ดังนี้

กลุ่มควบคุม

1. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ให้กลุ่มควบคุมทำแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาพร้อมกับกลุ่มทดลอง (pretest) โดยใช้เวลา 60 นาที และนัดหมายกับนักเรียนในการเข้ารับการสอนสุขภาพทั่วไปและการเรียนการสอนตามปกติ

2. ให้กลุ่มควบคุมได้รับการสอนสุขภาพทั่วไปจำนวน 3 ครั้ง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที รวมเป็นเวลา 3 สัปดาห์ติดต่อกัน และหลังจากนั้นให้ได้รับการเรียนการสอนตามปกติจนกลุ่มทดลองดำเนินกิจกรรมครบ 12 ครั้ง ซึ่งการสอนสุขภาพทั่วไปประกอบด้วย แผนการดำเนินการสอนเรื่องสุขภาพทั่วไป 3 หัวข้อ ร่วมกับการใช้สื่อการสอนเป็นหนังสือการ์ตูนให้นักเรียนอ่าน หัวข้อละ 1 เรื่อง ดังนี้ การดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลและการป้องกันโรค (เรื่องหนูไม่รู้) การออกกำลังกาย (เรื่องหนูแข็งแรง) และการรับประทานอาหารที่เหมาะสม (เรื่องฉลาดกิน ฉลาดซื้อ)

3. ให้กลุ่มควบคุมทำแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาอีกครั้งพร้อมกับกลุ่มทดลอง เมื่อกลุ่มทดลองดำเนินกิจกรรมครบ 12 ครั้ง โดยใช้เวลา 60 นาที และบอกสิ้นสุดการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มทดลอง

1. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ให้กลุ่มทดลองทำแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาพร้อมกับกลุ่มควบคุม (pretest) โดยใช้เวลา 60 นาที และนัดหมายกับนักเรียนในการเข้ารับการสอนตามโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน
2. ให้กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนจำนวน 12 ครั้ง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที รวมเป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ติดต่อกัน
3. และในครั้งที่ 12 ให้กลุ่มทดลองทำแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาอีกครั้งพร้อมกับกลุ่มควบคุม โดยใช้เวลา 60 นาที และบอกสิ้นสุดการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผลการวิจัย

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป โดยข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างใช้สถิติบรรยาย วิเคราะห์ความแตกต่างของข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองโดยใช้สถิติ Independent t-test และ Chi-square วิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตก่อนได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนก่อน ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองโดยใช้ สถิติ Independent t-test และเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตระหว่างก่อนและหลังได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยใช้ สถิติ Paired t-test ซึ่งสามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนมีคะแนนทักษะชีวิตหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$)
2. หลังการทดลองนักเรียนที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนมีทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$)

ข้อจำกัดในการวิจัย

1. การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ไม่สามารถควบคุมตัวแปรภายนอก ซึ่งอาจส่งผลต่อผลการวิจัยได้ เช่น การติดต่อสื่อสารภายในกลุ่มตัวอย่างและครอบครัว การได้รับคำแนะนำจากบุคคลหรือการได้รับข่าวสารภายนอก เช่น เพื่อน ครู การดูโทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต วิทยูหรือสื่อประชาสัมพันธ์อื่นๆ
2. เป็นการศึกษาในโรงเรียนที่สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา กรุงเทพมหานคร เพียงโรงเรียนเดียว ผลการวิจัยจึงไม่สามารถนำไปใช้อ้างอิงกลุ่มประชากรที่มีลักษณะแตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการศึกษา สามารถนำไปพิจารณาใช้เป็นแนวทางในด้านบริหารและการปฏิบัติการพยาบาล ด้านการศึกษา และการวิจัยทางการพยาบาล ดังนี้

ด้านบริหารและการปฏิบัติการพยาบาล

1. จากผลการศึกษา ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน พบว่าหลังเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนมีการพัฒนาทักษะชีวิตเพิ่มขึ้น ดังนั้นพยาบาลที่ให้การดูแลด้านสุขภาพในโรงเรียน สามารถนำโปรแกรมนี้ไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนในระยะเริ่มแรกได้ ซึ่งในการที่จะนำโปรแกรมไปใช้ในโรงเรียน ควรมีนโยบายของงานด้านการพยาบาลเด็ก หรือนามัยโรงเรียน ให้มีโครงการจัดอบรมเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องได้แก่ พยาบาลเด็ก พยาบาลนามัยโรงเรียน ให้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการนำโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนไปใช้

2. จัดทำโครงการกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตในด้านต่าง ร่วมกับให้ความรู้ ครู พ่อแม่ ในเรื่องราวทักษะการอบรมเลี้ยงดู การพัฒนาเด็ก ทักษะการค้นหาเด็กกลุ่มเสี่ยงร่วมกัน และให้บิดามารดาหรือผู้ปกครองมีส่วนร่วมในกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อให้เกิดความเข้าใจในการดูแลเด็กวัยเรียนและช่วยส่งเสริมการพัฒนาทักษะชีวิตได้อย่างเหมาะสมต่อเนื่อง และสร้างกลุ่มเครือข่ายพ่อแม่ เพื่อการแลกเปลี่ยนข่าวสาร ให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลกันภายในกลุ่ม ให้เกิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน

ด้านการศึกษา

1. ควรมีการพิจารณาสอดแทรกโปรแกรมนี้นี้เข้าเป็นส่วนหนึ่งของการจัดการเรียนการสอนในหลักสูตรการศึกษา เพื่อมุ่งเน้นให้ครู นักเรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการมีทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน และให้เกิดการพัฒนาทักษะชีวิตได้อย่างต่อเนื่อง

2. ควรมีการจัดอบรมความรู้ และแนะนำโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนแก่ ครู พยาบาลประจำโรงเรียน เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจและความร่วมมือ ในการนำโปรแกรมไปใช้ในโรงเรียน โดยมีพยาบาลเด็กหรือพยาบาลนามัยโรงเรียน เป็นที่ปรึกษาในขณะดำเนินโปรแกรม

ด้านการวิจัยทางการพยาบาล

1. ควรมีการศึกษายาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนไปใช้ในนักเรียนระดับชั้นอื่นๆ และมีการติดตามประเมินผลการเปลี่ยนแปลงในระยะยาวเพื่อพิจารณาการจัดโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตให้กับนักเรียนเป็นระยะๆ อย่างต่อเนื่อง

2. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนในกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น เด็กและเยาวชนนอกระบบการศึกษา

3. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย เปรียบเทียบระหว่างการใช้หนังสือการ์ตูนและภาพยนต์การ์ตูน animation ต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษา

ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

THE EFFECTS OF THE LIFE SKILLS DEVELOPMENT PROGRAM USING CARTOON BOOKS MEDIA ON LIFE SKILLS AMONG GRADE FIVE STUDENTS

ร้อยเอกหญิง พิชญากร ศรีปะโค 5236437 RAPN/M

พย.ม. (การพยาบาลเด็ก)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : รุจา ภูไพบูลย์, D.N.S. (FAMILY HEALTH CARE NURSING),
ฉันทิณี คงศักดิ์ตระกูล, Ph.D. (NURSING)

บทสรุปแบบสมบูรณ์

ความเป็นมาและความสำคัญ

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีระยะพัฒนาการของวัยคือวัยเด็กตอนปลาย มีช่วงอายุระหว่าง 10-12 ปี เป็นวัยที่กำลังคาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กกับวัยรุ่น (สุชา จันทร์อม, 2543) มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตสังคม และสติปัญญา ทำให้เด็กวัยนี้มีความต้องการหรือมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาที่พบได้ตามลักษณะของพัฒนาการตามวัย ซึ่งในเบื้องต้นอาจไม่ถือว่าเป็นปัญหาพฤติกรรมที่รุนแรง แต่หากไม่ได้รับการตอบสนองจากผู้ใหญ่ หรือคนใกล้ชิดอย่างเหมาะสมขณะที่เด็กมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเพียงเล็กน้อย อาจนำไปสู่การเกิดปัญหาพฤติกรรมที่รุนแรงตามมาหรือมีพฤติกรรมเสี่ยงจนกลายเป็นปัญหาสังคมในที่สุด (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2544; นิตยา ไทธรรมย์, 2555; สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2536)

มีการศึกษาความชุกของปัญหาด้านอารมณ์และพฤติกรรมของเด็กในกรุงเทพมหานคร อายุ 6-12 ปี จำนวน 1,371 คน โดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2549) พบว่า เด็กมีปัญหา ด้านอารมณ์และพฤติกรรมในระดับผิดปกติถึงร้อยละ 15.6 ซึ่งรูปแบบของปัญหาพฤติกรรมของเด็กชายที่พบมากที่สุดตามลำดับ คือ พฤติกรรมเด็กกว่าวัยร้อยละ 29.7 ซึมเศร้าร้อยละ 25.9 พฤติกรรมอยู่ไม่สุข/หุนหัน/ปัญหาสังคมร้อยละ 24.8 พฤติกรรมก้าวร้าวร้อยละ 24.3 วิตกกังวลร้อยละ 23.6 เกเร/ทำผิดกฎระเบียบร้อยละ 22.7 และปัญหาทางเพศร้อยละ 10.1 รูปแบบของปัญหา

พฤติกรรมของเด็กหญิงที่พบมากที่สุดตามลำดับคือ พฤติกรรมอยู่ไม่สุข/หุนหัน/ปัญหาสังคมร้อยละ 28.7 พฤติกรรมก้าวร้าวร้อยละ 28.1 แยกตัวจากสังคมร้อยละ 25 วิตกกังวลร้อยละ 24.2 ซึมเศร้า/ปัญหาด้านความคิดร้อยละ 23.6 และเกรง/ทำผิดกฎระเบียบร้อยละ 19.3

การเกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของเด็กวัยนี้มีปัจจัยที่สัมพันธ์สำคัญอยู่ 3 ประการคือ ตัวเด็กและครอบครัว สิ่งแวดล้อมภายในโรงเรียน และสภาพของสังคมภายนอก (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2544; นิตยา ไทยารมย์, 2555; ผกา สัตยธรรม, 2551; สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2536) สำหรับปัจจัยด้านตัวเด็กและครอบครัวพบว่า มีอิทธิพลต่อลักษณะพฤติกรรมของเด็กมากที่สุด ได้แก่ ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูเพื่อส่งเสริมพัฒนาการเด็กด้านต่างๆ การให้ความรักความอบอุ่นในครอบครัว การเป็นแบบอย่างของพ่อแม่ ลักษณะครอบครัว เป็นต้น มีการศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพัฒนาการของเด็กอายุ 6-12 ปี จำนวน 266 คน พบว่า การอบรมเลี้ยงดูที่ไม่ดี และลักษณะของครอบครัวเดี่ยว มีอิทธิพลต่อพัฒนาการของเด็ก (ศิริกุล อิศรานุกฤษ และคณะ, 2546) และการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการมีพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ สังคม และจริยธรรม (ความตระหนักรู้ในตน ความภาคภูมิใจในตน ความเห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบต่อสังคม การจัดการกับอารมณ์ การจัดการกับความเครียด การสื่อสาร สัมพันธภาพระหว่างบุคคล ความคิดสร้างสรรค์ ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ การตัดสินใจ การแก้ไขปัญหา การควบคุมอารมณ์ และคุณธรรมจริยธรรม) ในเด็กอายุ 10-13 ปี พบว่า การอบรมเลี้ยงดูด้านจิตสังคมมีความสัมพันธ์กับการมีพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ สังคม และจริยธรรมของเด็กวัยนี้ ดังนั้นการที่เด็กๆ จะมีการดำเนินชีวิตที่ดีต่อเนื่องไปจนผ่านช่วงวัยรุ่นถึงผู้ใหญ่ จำเป็นต้องมีพัฒนาการด้านอารมณ์ จิตใจ สังคม และจริยธรรมที่ดี โดยผ่านการอบรมเลี้ยงดู ได้รับความรู้ ทักษะการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม (เบญจพร ปัญญาฯ, 2547)

ทักษะการดำเนินชีวิต หรือทักษะการเรียนรู้ชีวิต มีความหมายที่สอดคล้องกับคำว่า ทักษะชีวิต (Life skills) ซึ่งองค์การอนามัยโลก (World Health Organization; WHO) เป็นผู้บัญญัติศัพท์นี้ (วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี, 2546) และให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นความสามารถในการปรับตัวของบุคคลต่อความต้องการของตนเอง สิ่งที่ต้องเผชิญในสังคม และสิ่งแวดล้อมต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมในชีวิตประจำวัน (WHO, 1997) ทักษะชีวิตเป็นความสามารถเชิงจิตสังคมอย่างหนึ่ง เริ่มต้นนำมาเผยแพร่ และส่งเสริมการสอนทักษะชีวิตโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้คนรู้จักดูแลตนเองทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ โดยสอดคล้องกับแนวคิดในการปฏิบัติตนในการรักษาสุขภาพ แต่เน้นความสำคัญของบุคคลให้รู้จักการปรับตัวพร้อมการเผชิญในการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ซึ่งจะส่งผลให้คนมีการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมด้วยตนเองอย่างมีความสุขได้โดยไม่เป็นภาระของสังคม

จากคำนิยามและองค์ประกอบของทักษะชีวิต อาจกล่าวได้ว่าการมีทักษะชีวิต จึงเปรียบเสมือนการมีภูมิคุ้มกันในตนเอง และมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งสุขภาพทางร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาสุขภาพที่เกี่ยวข้องจากพฤติกรรมเสี่ยงของบุคคล ดังนั้น การส่งเสริมความสามารถเชิงจิตสังคมจึงมีส่วนช่วยในการส่งเสริมพฤติกรรมทางบวกของบุคคล ซึ่งช่วยลดและป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตามมาได้ดีเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งองค์การอนามัยโลกกล่าวว่า วิธีการที่ดีและเหมาะสมในการส่งเสริมความสามารถเชิงจิตสังคมสำหรับเด็กวัยเรียน คือการช่วยให้เด็กๆ มีแหล่งประโยชน์ภายในตนเองและจากสังคมที่จะช่วยในการจัดการกับปัญหา ก็คือการสอนและจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กโดยเริ่มต้นภายในโรงเรียนนั่นเอง การสอนทักษะชีวิตจะช่วยให้เด็กมีความสามารถในการเผชิญกับสิ่งท้าทายต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และทำให้เกิดการดำรงไว้ซึ่งการทิศทางที่ถูกต้อง ในขณะที่ต้องเผชิญกับแรงบีบ แรงกดดัน หรือแรงกระแทกจากสภาวะแวดล้อมและวัฒนธรรมต่างๆ รอบตัว มีสภาวะสุขภาพจิตที่ดี และสามารถปรับตัวและมีพฤติกรรมไปในทางที่ดี และการสอนทักษะชีวิตในทางอุดมคติแล้ว ควรมีการส่งเสริมให้ได้รับการสอนทักษะชีวิตตั้งแต่วัยเด็ก ก่อนที่จะได้รับรูปแบบของพฤติกรรมและการมีปฏิสัมพันธ์ในทางลบเกิดขึ้น ซึ่งโรงเรียนเป็นสถานที่ที่เหมาะสมสำหรับเริ่มต้นการสอนทักษะชีวิต เนื่องจาก โรงเรียนเปรียบได้ว่าเป็นบ้านหลังที่สองของเด็ก และเด็กส่วนใหญ่อยู่ในระบบโรงเรียน ซึ่งจะเข้าถึงได้ง่าย มีโครงสร้างพื้นฐานในเรื่องการพัฒนาเด็กที่ชัดเจน จึงคุ้มค่าต่อการสอน ครูมีประสบการณ์ในการสอนอยู่แล้ว ผู้ปกครองและสมาชิกในชุมชน ให้ความเชื่อถือและไว้วางใจ และสามารถติดตามประเมินผลได้ทั้งในระยะสั้นและยาว (WHO, 1997)

แนวทางการสอนทักษะชีวิตสำหรับเด็กในโรงเรียนขององค์การอนามัยโลกได้เป็นที่ยอมรับอย่างแพร่หลายและได้มีการนำไปประยุกต์ใช้อย่างกว้างขวางในโปรแกรมการส่งเสริมและป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหา สำหรับในประเทศไทยได้มีองค์กรต่างๆ นักวิชาการ นักการศึกษาที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน โดยมีการจัดการพัฒนาทักษะชีวิตหรือการเสริมสร้างทักษะชีวิตในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในสถานศึกษา ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2543) และได้มีการศึกษา พัฒนาถึงรูปแบบหรือแนวทางในการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพอย่างสูงสุด และมีการนำมาประยุกต์ใช้ได้ผลอย่างกว้างขวางเช่นกัน ทั้งการใช้เป็นโปรแกรม เป็นโครงการระยะสั้น เป็นกิจกรรมค่าย หรือเป็นการสอน ร่วมกับการใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม กิจกรรมกลุ่มหรือเป็นชุดกิจกรรม นอกจากนั้นยังมีการใช้สื่อในการสอนหรือจัดกิจกรรมร่วมด้วย เช่น การใช้แม่แบบ วีดีโอ กรณีศึกษา สถานการณ์จำลอง ภาพข่าว เป็นต้น

การใช้สื่อในการสอนหรือจัดกิจกรรมที่ดีเหมาะสมจะเป็นตัวกลางที่ช่วยสนับสนุนการเรียนรู้ของเด็ก ทำให้การสอนหรือการจัดกิจกรรมมีประสิทธิภาพมากขึ้น ซึ่งสื่อการสอนที่ดีมีคุณภาพควรช่วยให้เด็กเข้าใจเรื่องที่สอนได้ง่ายขึ้น สร้างความเข้าใจได้ตรงกัน จดจำได้นาน มีความเหมาะสมกับบุคลิกภาพ สร้างความเป็นรูปธรรมในการเรียน ดึงดูดและสร้างความสนใจของเด็ก และช่วยเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ (กิตติคุณ ชลวดี, 2553) แนวทางการศึกษาประเภทสื่อการสอนเพื่อพัฒนาการเรียนรู้สำหรับเด็กวัยเรียนที่ดีมีคุณภาพประเภทหนึ่งก็คือ สื่อการสอนประเภทหนังสือการ์ตูน ซึ่งหนังสือการ์ตูนได้รับการยอมรับว่าเป็นสื่อที่ใช้เพื่อความบันเทิง และเพื่อการศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลอย่างยาวนาน เป็นสื่อครองใจเด็กเสมอมา (ถวัลย์ มาศจรัส และพรพุด เจนสุวรรณ, 2551)

คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล นับเป็นองค์กรการศึกษาแห่งหนึ่งที่ทำให้การสนับสนุนกิจกรรมเพื่อพัฒนาสังคมไทยต่างๆ มากมาย และได้มีความตระหนักถึงความสำคัญของเด็กวัยเรียน ซึ่งจะเติบโตขึ้นไปเป็นประชากรที่มีคุณภาพของสังคมไทยต่อไปในอนาคต จึงมีโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย (รุจา ภูโพนุลย์ และคณะ, 2553) ทำการจัดกิจกรรมโครงการพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษาโดยเน้นการมีส่วนร่วมของครอบครัว เพื่อช่วยให้เด็กวัยเรียนสามารถป้องกันและแก้ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นกับตนทั้งทางด้านสังคมและสุขภาพโดยรวม ซึ่งคณะทำงานโครงการฯ ได้จัดประชุมเชิงปฏิบัติการระดมสมองระหว่างกุมารแพทย์ นักจิตวิทยา นักการศึกษา พยาบาลเด็ก พยาบาลอนามัยโรงเรียน ผู้บริหารโรงเรียน และผู้แทนผู้ปกครองนักเรียน เพื่อกำหนดคุณลักษณะของพฤติกรรมและพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ซึ่งก็คือทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพที่จำเป็นสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ได้ผลสรุปทักษะชีวิต ที่จำเป็นสำหรับเด็กวัยเรียนมี 10 ทักษะคือ ความภาคภูมิใจในตนเอง การคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ การตัดสินใจและการแก้ปัญหา การควบคุมกับอารมณ์ ความซื่อสัตย์ ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความพอเพียง ความรับผิดชอบต่อตนเอง ความรับผิดชอบต่อครอบครัว และความรับผิดชอบต่อสังคม แนวทางการดำเนินกิจกรรมดังกล่าวมีความสอดคล้องตามแนวคิดหลักการจัดกิจกรรมและการสอนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของ วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี (2546) คือ จัดโอกาสให้เกิดความร่วมมือระหว่างสถานศึกษา พ่อ แม่ ผู้ปกครอง และชุมชนที่เกี่ยวข้อง ในการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กวัยเรียน เพราะจะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ พัฒนาความคิดและลักษณะนิสัย เกิดเป็นคุณลักษณะของพฤติกรรมที่พึงประสงค์หรือมีทักษะชีวิตในการดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสม ต่อเนื่อง และเกิดประสิทธิภาพสูงสุด ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจนำผลสรุปทักษะชีวิตที่จำเป็น ซึ่งเกิดจากการดำเนินกิจกรรมดังกล่าวมาใช้ในการดำเนินกิจกรรมการสอนทักษะชีวิตของเด็กวัยเรียนในครั้งนี้

การได้รับสอนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตแต่ละเน้นๆ จะส่งผลดีต่อเด็กวัยนี้เป็นอย่างมาก การมีทักษะชีวิตจะเปรียบเสมือนการมีเกราะกำบังตนเองจากสิ่งชั่วร้ายต่างๆ ที่เข้ามา ทำให้เด็กเข้มแข็งขึ้นสามารถเผชิญกับปัญหาและแรงกดดันทางสังคมในปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้ต่อไป การใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมโดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญและใช้สื่อในการสอนก็เป็นสิ่งที่ดี ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพและประสิทธิผลของการสอน ก่อให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยเฉพาะสื่อประเภทหนังสือการ์ตูนที่น่าจะช่วยส่งเสริมการมีส่วนร่วมของนักเรียนได้เป็นอย่างดี ซึ่งยังไม่พบการศึกษาวิจัยที่ศึกษาถึงผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้สื่อการสอนเป็นหนังสือการ์ตูน ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 นอกจากนั้นการใช้หนังสือการ์ตูนยังทำให้นักเรียนมีการเข้าถึงสื่อได้ง่าย สะดวกในการใช้ มีความเหมาะสมกับบางโรงเรียนที่ยังขาดแคลนอุปกรณ์ที่ใช้กับสื่อบางประเภท เช่น โปรเจคเตอร์ จอภาพ เครื่องเล่นแผ่นวีซีดี ดีวีดี เป็นต้น อีกทั้งผลการศึกษาไม่เพียงแต่ใช้ประโยชน์สำหรับเป็นแนวทางในการดำเนินกิจกรรมการสอนยังคาดว่าจะจะเป็นแนวทางในการเลือกใช้สื่อเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และยังสามารถนำผลการวิจัยเป็นข้อเสนอแนะสำหรับการสอนทักษะชีวิตอย่างเป็นรูปธรรมในหลักสูตรการศึกษาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น เพื่อพัฒนาให้เด็กไทยเป็นผู้ที่มีความพร้อมต่อการเผชิญกับปัญหาได้ในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

กรอบแนวคิดที่ใช้ในงานวิจัย

การศึกษครั้งนี้ได้ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (Theory of planned behavior) ของเอจเซน (Ajzen, 1991) เป็นกรอบแนวคิดในการศึกษา โดยเอจเซนได้อธิบายถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคล (Behavior) และความตั้งใจ (Intention) ด้วยแนวคิดว่าคุณคนจะแสดงพฤติกรรมต่อเมื่อบุคคลนั้นมีความตั้งใจที่จะแสดงหรือปฏิบัติ และรับรู้ว่าคุณคนสามารถควบคุมพฤติกรรม (Perceived behavioral control) ดังกล่าวได้ ดังนั้นการแสดงพฤติกรรมของบุคคลจึงถูกกำหนดโดยการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมและความตั้งใจ ซึ่งการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมได้รับอิทธิพลจากความเชื่อในการควบคุมตนเอง (Control beliefs) กล่าวคือ ถ้าบุคคลเชื่อว่ามิปัจจัยเอื้ออำนวยต่อการแสดงพฤติกรรมจะรับรู้การควบคุมพฤติกรรมนั้นสูง ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลเชื่อว่ามิปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อการแสดงพฤติกรรมจะรับรู้การควบคุมต่ำ และ

ความตั้งใจได้รับอิทธิพลจากปัจจัย 2 ปัจจัย คือ 1) ทศนคติของบุคคลต่อพฤติกรรมนั้น (Attitude toward the behavior) โดยได้รับอิทธิพลจากความเชื่อในพฤติกรรม (Behavior beliefs) กล่าวคือ ถ้าบุคคลเชื่อว่าการแสดงพฤติกรรมนั้นส่วนมากจะเกิดผลดี ก็จะมีทัศนคติที่ดีต่อพฤติกรรมดังกล่าว ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลเชื่อว่าการแสดงพฤติกรรมนั้นจะเกิดผลเสียก็จะทัศนคติที่ไม่ดีต่อพฤติกรรมนั้น และ 2) การรับรู้บรรทัดฐานของสังคม (Subjective norm) โดยได้รับอิทธิพลจากความเชื่อในบรรทัดฐานของสังคม (Normative beliefs) กล่าวคือ ถ้าบุคคลเชื่อว่าสังคมคิดว่าควรแสดงพฤติกรรมตามความคาดหวังบุคคลก็จะมีบรรทัดฐานของสังคมด้านบวก ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลเชื่อว่าสังคมคิดว่าตนไม่ควรแสดงพฤติกรรม ก็จะมีบรรทัดฐานของสังคมด้านลบ ดังนั้นบุคคลจะมีความตั้งใจแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์มากยิ่งขึ้น เมื่อบุคคลประเมินแล้วว่าผลดี รับรู้ว่าจะสังคมหรือผู้อื่นที่มีความสำคัญต่อตนคิดว่าควรแสดงพฤติกรรมนั้น และรับรู้หรือเชื่อว่าตนเองมีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมดังกล่าวสูง ซึ่งปัจจัยทั้ง 3 นี้จะเกิดขึ้นได้ต้องมีความเชื่อของบุคคลเป็นพื้นฐานโดยทฤษฎีนี้มีความเชื่อว่า ความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรมเป็นปัจจัยสำคัญที่สามารถทำนายพฤติกรรมได้ (Ajzen, 1991)

ผู้วิจัยจึงมีแนวคิดการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน ให้เด็กวัยเรียนได้เรียนรู้ทักษะชีวิตโดยใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนเป็นกรอบแนวคิด เพื่อให้เด็กวัยเรียนมีการแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้โดยการเพิ่มการรับรู้ของนักเรียนว่ามีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม หรือมีปัจจัยเอื้ออำนวยในการแสดงพฤติกรรมนั้น ทำให้นักเรียนเชื่อว่าตนมีความสามารถหรือมีทักษะชีวิตนั้นได้เสริมแรงใจต่อการแสดงพฤติกรรมที่ดีหรือมีทักษะชีวิตดังกล่าว และเสริมสร้างปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจ คือ สร้างทัศนคติที่ดีต่อการมีพฤติกรรมการแสดงออกที่ดี และสร้างการรับรู้บรรทัดฐานของสังคมว่าควรแสดงพฤติกรรมนั้น โดยพัฒนาเป็นกระบวนการพัฒนาทักษะชีวิต 4 ขั้นตอนตามลำดับในแต่ละทักษะชีวิต จนครบ 10 ทักษะ ร่วมกับการใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมผ่านกระบวนการกลุ่ม ประกอบด้วย เกมส์ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่มในใบงานที่กำหนด และการแสดงบทบาทสมมติ ในการดำเนินกิจกรรมในแต่ละกระบวนการต่างกันไป เพราะกิจกรรมเหล่านี้เน้นการมีส่วนร่วมของนักเรียน ทำให้นักเรียนสนใจ เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เพิ่มความเข้าใจและจดจำได้ดียิ่งขึ้น และยังมีการใช้สื่อในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มในโปรแกรมด้วยหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตด้วย กระบวนการพัฒนาทักษะชีวิต 4 ขั้นตอนตามลำดับมีดังนี้ 1) ปรับทัศนคติ คือการทำให้ผู้เรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมหรือการมีทักษะชีวิตนั้นๆ โดยใช้กิจกรรมการเล่นเกมส์ เพราะเกมส์ทำให้นักเรียนได้เรียนรู้จากการได้รับประสบการณ์ตรง ผลัดสินและการสรุปจากการเล่นเกมส์ทำให้เกิดการเปรียบเทียบกับตนเองและเกิดการสะท้อนคิดตาม การแสดงบทบาทสมมติสถานการณ์จำลองที่กำหนดให้ เพราะการแสดงทำให้เกิดการเรียนรู้ที่ลึกซึ้ง และเหมือนกับผู้เรียนได้ฝึกใช้ทักษะนั้นจริง ทำให้เกิดความมั่นใจที่จะนำไปปฏิบัติเมื่อได้เจอเหตุการณ์หรือ

สถานการณ์ที่คล้ายคลึงกัน การระดมสมองเพื่อแก้ปัญหา เพราะนักเรียนได้แสดงความคิดเห็นร่วมกันในกลุ่ม มีการแลกเปลี่ยนและรับฟังผู้อื่น เปรียบเทียบการแสดงความคิดเห็นต่อโจทย์เป็นการกระทำเพื่อให้ได้ผลนั้น ทำให้เกิดการเปรียบเทียบกับตนเองและเกิดการสะท้อนคิดตาม และให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงผลดีและผลเสียจากการที่นักเรียนมีหรือไม่มีทักษะนั้นตามสถานการณ์ของกิจกรรม และมีการสรุปประเด็นเน้นผลดีให้ผู้เรียนเกิดทัศนคติที่ดี 2) สร้างการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม คือ ทำให้นักเรียนรู้ว่าควรแสดงพฤติกรรมที่ดีและไม่ควรแสดงพฤติกรรมที่ไม่ดีตามความคาดหวังของบุคคลภายในสังคมที่มีความสำคัญต่อเด็ก โดยใช้หนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตซึ่งเนื้อหาการ์ตูนในแต่ละทักษะจะมีการ์ตูนตัวเองและเพื่อนๆที่อยู่ในวัยเดียวกันกับนักเรียนเป็นตัวแทนแสดงพฤติกรรมทั้งที่ดีและไม่ดีใกล้เคียงกับสิ่งที่นักเรียนปฏิบัติในชีวิตประจำวัน และได้รับความรู้ลึกของคนที่ใกล้ชิดตัวเพื่อนหรือคนที่มีความสำคัญต่อการรู้ตัวจากการแสดงพฤติกรรมนั้นอย่างไร และใช้การอภิปรายกลุ่มตอบปัญหาจากคำถามท้ายเล่มหนังสือการ์ตูนในใบงาน ทำให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็น เกิดการเรียนรู้และสะท้อนความคิดตาม 3) เพิ่มการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม คือ ทำให้นักเรียนรู้ว่าเมื่อนักเรียนมีทักษะชีวิตนักเรียนจะมีปัจจัยเอื้ออำนวยต่อการแสดงพฤติกรรมที่ดีออกมา และทำให้นักเรียนเชื่อว่าตนมีความสามารถหรือมีทักษะชีวิตนั้นได้ โดยใช้การอภิปรายร่วมกันถึงวิธีพัฒนาตนเองให้มีทักษะชีวิต มีปัญหาหรืออุปสรรคใดต่อการพัฒนาตนเองให้มีทักษะชีวิตนั้นไม่ได้ และมีแนวทางแก้ไขอย่างไร ใช้การยกตัวอย่างบุคคลที่เป็นที่ยอมรับหรือไม่เป็นที่ยอมรับของบุคคลในสังคมจากการมีหรือไม่มีทักษะชีวิตนั้น เพื่อให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็น เกิดการเรียนรู้และเกิดการสะท้อนความคิดตามมา และ 4) เสริมแรงใจต่อการปรับพฤติกรรม คือ เสริมแรงให้นักเรียนรู้สึกมั่นใจ มีความมุ่งมั่นตั้งใจต่อการที่จะมีทักษะชีวิตนั้นและแสดงพฤติกรรมที่ดีออกมา โดยใช้การให้รางวัล ปรบมือ ให้คำชมเชย ใช้การแสดงผลงานประสาณมื่อร่วมกันพร้อมกับให้คำสัญญาต่อกัน

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็น การวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ชนิดรูปแบบสองกลุ่ม ทำการทดสอบก่อน-หลัง การทดลอง (Two groups pre-post test design) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ศึกษาในโรงเรียนแห่งหนึ่ง ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร มีเกณฑ์ของการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

เกณฑ์การคัดเลือก

1. กำลังศึกษาอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
2. ไม่เคยเข้าร่วมเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาการได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต

3. สามารถฟัง พูด อ่าน และเขียนภาษาไทยได้

4. ผู้ปกครองอนุญาตและนักเรียนยินดีเข้าร่วมในการทำวิจัย

เกณฑ์การคัดออก

1. นักเรียนในกลุ่มทดลองที่มีระยะเวลาในการเข้าร่วมการดำเนินการวิจัยได้น้อยกว่าร้อยละ 80 ของระยะเวลาในการดำเนินการวิจัยทั้งหมด

ขนาดกลุ่มตัวอย่าง การกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ ได้กำหนดระดับนัยสำคัญเท่ากับ .05 อำนาจการทดสอบเท่ากับ .92 ขนาดอิทธิพลอ้างอิงจากผลการศึกษาเรื่องประสิทธิผลของโปรแกรมการสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ของอมรรัตน์ ชอบธรรมดี (2551) คำนวณขนาดอิทธิพลตามสูตรของ เฮดจ์ และ โอลกิน (Hedges & Olkin 1985) ได้ขนาดอิทธิพลเท่ากับ .94 หมายถึงมีขนาดอิทธิพลขนาดใหญ่ เมื่อนำไปเทียบกับตาราง power สำหรับ สถิติ Independent t-test, one- tailed (Cohen, 1988) พบว่าต้องใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวนกลุ่มละ 30 คน ทั้งนี้เพื่อป้องกันการสูญหายของกลุ่มตัวอย่าง จึงเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างอีกกลุ่มละ 20 % (attrition rate) เป็นจำนวนกลุ่มละ 6 คน รวมเป็นกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 36 คน

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนแห่งนี้มีจำนวนห้องทั้งหมด 4 ห้อง แต่ละห้องมีนักเรียนจำนวน 39-41 คน ผู้วิจัยจึงใช้วิธีการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดย คัดเลือกนักเรียนมาทั้งห้องด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) ด้วยการนำเลขห้องทุกห้องมาทำการสุ่มแบบไม่แทนที่โดยการจับสลากเพื่อเลือกห้องเรียนให้ได้จำนวน 2 ห้อง จากจำนวนห้องเรียนทั้งหมด 4 ห้อง หลังจากนั้นได้ทำสุ่มแบบไม่แทนที่ด้วยการนำเลขห้องที่ได้ 2 ห้อง มาจับสลาก เป็นกลุ่มทดลองจำนวน 1 ห้อง และกลุ่มควบคุมจำนวน 1 ห้อง เพื่อป้องกันไม่ให้กลุ่มตัวอย่างที่ถูกคัดเลือกเพียงบางส่วนเกิดความรู้สึกว่าตนเองแตกต่าง ซึ่งอาจทำให้ผลการวิจัยเกิดความคลาดเคลื่อนได้ เมื่อจับสลากแบ่งกลุ่มแล้วได้กลุ่มทดลอง 1 ห้อง มีนักเรียนจำนวน 40 คน และกลุ่มควบคุม 1 ห้อง มีจำนวนนักเรียน 39 คน ดังนั้นขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้การศึกษาค้างนี้จึงมีจำนวนทั้งหมด 79 คน โดยกลุ่มทดลองคือกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน และกลุ่มควบคุมคือกลุ่มที่ได้รับการสอนสุขภาพทั่วไปและการเรียนการสอนตามปกติ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย ประกอบด้วย

1.1 โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน เป็นกิจกรรมการเรียนการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยปรับจากโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนของ จีราภรณ์ วรรณบุตร

(2555) และได้ศึกษาจากตำรา เอกสาร และงานวิจัยเพิ่มเติม นำมาพัฒนาเป็นโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต ดำเนินการภายใต้กรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของ เอจเซน (Ajzen, 1991) ซึ่งมีกระบวนการทั้งหมด 4 ขั้นตอนตามลำดับคือ ปรับทัศนคติต่อการแสดงพฤติกรรม สร้างการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม เพิ่มการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม และเสริมแรงจูงใจในการปรับพฤติกรรม ร่วมกับการใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมผ่านกระบวนการกลุ่ม ประกอบด้วย เกมส์ การระดมสมอง การอภิปรายกลุ่มในใบงานที่กำหนด และการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลองที่กำหนดให้ และมีการใช้สื่อในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มในโปรแกรมด้วยชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ซึ่งมีการดำเนินกิจกรรมทั้งหมด 12 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ โดยมีหัวข้อเรื่องการดำเนินกิจกรรมคือ ครั้งที่ 1 การปฐมนิเทศและการสร้างสัมพันธภาพ ครั้งที่ 2 กิจกรรมพัฒนาทักษะความภูมิใจในตนเอง ครั้งที่ 3 กิจกรรมพัฒนาทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ ครั้งที่ 4 กิจกรรมพัฒนาทักษะการตัดสินใจ และการแก้ปัญหา ครั้งที่ 5 กิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการกับอารมณ์ ครั้งที่ 6 กิจกรรมพัฒนาทักษะความซื่อสัตย์ ครั้งที่ 7 กิจกรรมพัฒนาทักษะความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ครั้งที่ 8 กิจกรรมพัฒนาทักษะความพอเพียง ครั้งที่ 9 กิจกรรมพัฒนาทักษะความรับผิดชอบต่อตนเอง ครั้งที่ 10 กิจกรรมพัฒนาทักษะความรับผิดชอบต่อครอบครัว ครั้งที่ 11 กิจกรรมพัฒนาทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม และครั้งที่ 12 การปัจฉิมนิเทศและตอบแบบวัดทักษะชีวิต

1.2 ชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา สร้างขึ้นโดยคณะกรรมการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รุจา ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ซึ่งประกอบไปด้วย อาจารย์พยาบาล พยาบาลอนามัยโรงเรียน และนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา มีจำนวน 14 เล่ม ประกอบด้วย หนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะสุขภาพจำนวน 3 เล่ม มีชื่อเรื่องได้แก่ 1) หนูไม่รู้ 2) หนูแข็งแรง 3) ฉลาดกิน ฉลาดซื้อ และหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตซึ่งนำมาใช้เป็นสื่อในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มในโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต จำนวน 11 เล่ม (10 ทักษะ) ซึ่งหนังสือการ์ตูน 1 เล่ม ใช้เป็นสื่อในการดำเนินกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต 1 ทักษะ มีชื่อเรื่องดังนี้ 1) มารู้จักชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพ (บทนำ) 2) หนูภูมิใจในตนเอง (ทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง) 3) มันแย่มากเพราะ....? (ทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ) 4) ทำไมผมต้องเลือก? (ทักษะการตัดสินใจและการแก้ปัญหา) 5) เอก..! เพื่อนที่ทุกคนต้องถอยหนี (ทักษะการควบคุมอารมณ์) 6) ของใครนี่? (ทักษะความซื่อสัตย์) 7) มีน้ำใจกันหรือเปล่า (ทักษะความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่) 8) ความพอเพียงที่เพียงพอ (ทักษะความพอเพียง) 9) หน้าที่ของใคร 1 (ทักษะความรับผิดชอบต่อตนเอง) 10) หน้าที่ของใคร 2 (ทักษะความ

รับผิดชอบต่อครอบครัว) 11) หน้าที่ของใคร 3 (ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม) โดยเนื้อหาในหนังสือการ์ตูนมีภาพวาดประกอบสวยงาม สีสันสดใส มีตัวการ์ตูนตัวเอกและเพื่อนๆ ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ดำเนินเนื้อเรื่องโดยมีการแสดงความคิด ลักษณะพฤติกรรมทั้งที่ดีและไม่ดี และการได้รับผลที่ตามมาจากการกระทำนั้นๆ มีการสอดแทรกแง่คิด และแนวทางการปฏิบัติตนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในแต่ละทักษะ นอกจากนั้นในท้ายเล่มของหนังสือการ์ตูนแต่ละเล่มยังมีคำถามท้ายบทเกี่ยวกับเนื้อเรื่องในการ์ตูน ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาใช้ในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มในโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต โดยนำไปสร้างเป็นใบงานให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นและอภิปรายภายในกลุ่มย่อย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ประกอบด้วยส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และส่วนที่ 2 แบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รจก ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553)

การควบคุมคุณภาพของเครื่องมือ

1. โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ผ่านการพิจารณาตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมของภาษา ความถูกต้องและครอบคลุมของเนื้อหา ความเหมาะสมของการจัดลำดับเนื้อหา กิจกรรมและระยะเวลาในการสอน จากผู้วุฒิจำนวน 3 ท่าน

2. ชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพ จำนวน 11 เล่ม ได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ความเหมาะสมของภาพการ์ตูนและภาษาที่ใช้ จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน

3. แบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา ของโครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล (รจก ภูไพบูลย์ และคณะ, 2553) ที่ปรับจากแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ของ ธนพัชร แก้วปัทมา (2547) โดยคัดเลือกข้อคำถามเดิมมาจำนวน 22 ข้อ และสร้างข้อคำถามใหม่เพิ่มเติมจนได้จำนวน 50 ข้อ ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน จนเหลือข้อคำถามทั้งหมด 46 ข้อ และผ่านการตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือ โดยการนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งมีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยศึกษา จำนวน 30 คน ค่าความค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ แอลฟา ครอนบาค ได้เท่ากับ 0.80 และในการศึกษาครั้งนี้ได้เท่ากับ 0.82

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขออนุญาตเก็บข้อมูลในการทำวิจัยในมนุษย์ จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

2. เตรียมผู้ช่วยวิจัย จำนวน 2 คน เพื่อเป็นผู้ช่วยในการดำเนินกิจกรรมและเป็นพี่เลี้ยงดูแลการทำกิจกรรมของนักเรียน โดยก่อนทำการเก็บรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัยได้ชี้แจงรายละเอียดของขั้นตอน และวิธีการดำเนินวิจัยให้ผู้ช่วยวิจัยทราบ ให้มีความเข้าใจตรงกันในการดำเนินกิจกรรม

3. หลังได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์^๔ ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัยถึงผู้อำนวยการ โรงเรียนของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขอความอนุเคราะห์ในการดำเนินการวิจัย และการเก็บรวบรวมข้อมูล จากนั้นผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าพบและแนะนำตัวต่อผู้อำนวยการโรงเรียน และครูที่เกี่ยวข้อง

4. ขึ้นดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง โดยการจับสลากคัดเลือกนักเรียนมาทั้งห้องด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายให้ได้จำนวนห้องเรียน 2 ห้องจากจำนวน 4 ห้อง และหลังจากนั้นทำการสุ่มแบบไม่แทนที่ด้วยการนำเลขห้องที่ได้ 2 ห้องมาจับสลาก เป็นกลุ่มทดลองจำนวน 1 ห้อง และกลุ่มควบคุมจำนวน 1 ห้อง

5. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม แนะนำตัว ขอความร่วมมือและชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ขั้นตอนการรวบรวมข้อมูล และการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง ส่งหนังสือถึงผู้ปกครองนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง เพื่อชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ และขั้นตอนการเก็บข้อมูล พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการทำวิจัย และชี้แจงการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง ให้ลงลายมืออนุญาตในการเข้าร่วมวิจัยและทำแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปพร้อมกับนักเรียน และให้ส่งคืนที่ครูประจำชั้น

6. ดำเนินการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างและการเก็บรวบรวมข้อมูล

กลุ่มควบคุม

1. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ให้กลุ่มควบคุมทำแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาพร้อมกับกลุ่มทดลอง (pretest) โดยใช้เวลา 60 นาที และนัดหมายกับนักเรียนในการเข้ารับการสอนสุขภาพทั่วไปและการเรียนการสอนตามปกติ

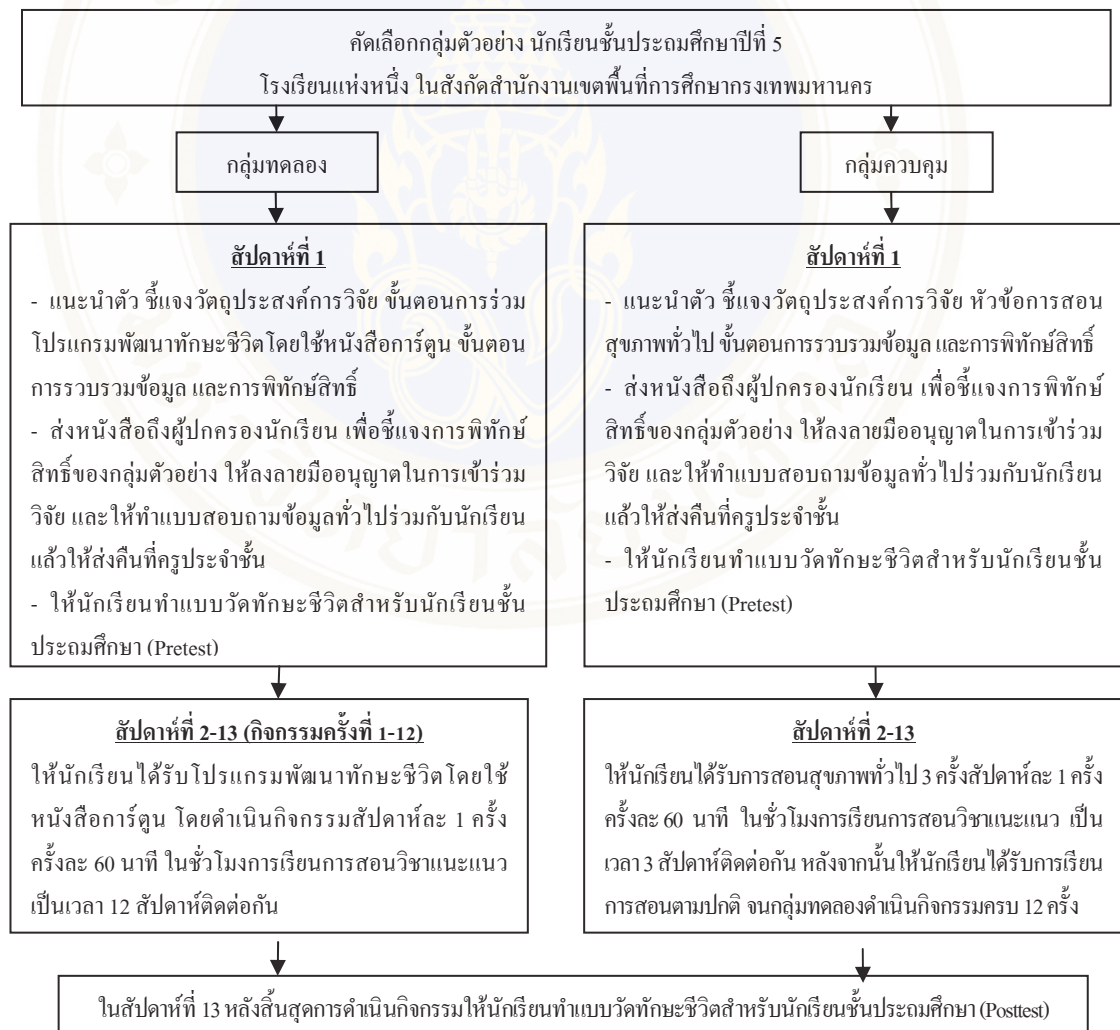
2. ให้กลุ่มควบคุมได้รับการสอนสุขภาพทั่วไปจำนวน 3 ครั้ง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที รวมเป็นเวลา 3 สัปดาห์ติดต่อกัน และหลังจากนั้นให้ได้รับการเรียนการสอนตามปกติจนกลุ่มทดลองดำเนินกิจกรรมครบ 12 ครั้ง ซึ่งการสอนสุขภาพทั่วไปประกอบด้วย แผนการดำเนินการสอนเรื่องสุขภาพทั่วไป 3 หัวข้อ ร่วมกับการใช้สื่อการสอนเป็นหนังสือการ์ตูนให้นักเรียนอ่าน หัวข้อละ 1 เรื่อง ดังนี้ การดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคลและการป้องกันโรค (เรื่องหนูไม่รู้) การออกกำลังกาย (เรื่องหนูแข็งแรง) และการรับประทานอาหารที่เหมาะสม (เรื่องฉลาดกิน ฉลาดซื้อ)

3. ให้กลุ่มควบคุมทำแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาอีกครั้งพร้อมกับกลุ่มทดลอง เมื่อกลุ่มทดลองดำเนินกิจกรรมครบ 12 ครั้ง โดยใช้เวลา 60 นาที และบอกสิ้นสุดการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มทดลอง

1. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่าง เพื่อสร้างสัมพันธภาพ ให้กลุ่มทดลองทำแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาพร้อมกับกลุ่มควบคุม (pretest) โดยใช้เวลา 60 นาที และนัดหมายกับนักเรียนในการเข้ารับการสอนตามโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน
2. ให้กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนจำนวน 12 ครั้ง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที รวมเป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ติดต่อกัน
3. และในครั้งที่ 12 ให้กลุ่มทดลองทำแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาอีกครั้งพร้อมกับกลุ่มควบคุม โดยใช้เวลา 60 นาที และบอกสิ้นสุดการวิจัย

ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล



การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป โดยข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างใช้สถิติบรรยาย วิเคราะห์ความแตกต่างของข้อมูลทั่วไประหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองโดยใช้สถิติ Independent t-test และ Chi-square วิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตก่อนได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนก่อน ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองโดยใช้ สถิติ Independent t-test และเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตระหว่างก่อนและหลังได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยใช้ สถิติ Paired t-test

ผลการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มควบคุมจำนวน 31 คน และกลุ่มทดลองจำนวน 36 คน ซึ่งมีข้อมูลส่วนบุคคลดังนี้

กลุ่มทดลองส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิงร้อยละ 52.8 กลุ่มควบคุมส่วนใหญ่เป็นเพศชายร้อยละ 51.6 กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มมีอายุระหว่าง 10-11 ปี (กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของอายุเท่ากับ 10.33 ปี และในกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของอายุเท่ากับ 10.61 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 แต่ในกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีมารดาเป็นผู้อบรม ดูแลมากที่สุดขณะอยู่ที่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 41.9 กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มโดยส่วนใหญ่มีบิดา มารดา จบการศึกษาระดับอนุปริญญา หรือเทียบเท่า-ปริญญาตรี ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 55.6 และ 66.7 ตามลำดับ ในกลุ่มควบคุมคิดเป็นร้อยละ 51.6 และ 54.8 ตามลำดับ ในกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีรายได้ในครอบครัวอยู่ระหว่าง 200,001-40,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 58.3 และในกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีรายได้ในครอบครัวน้อยกว่า 20,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 32.3 ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมส่วนใหญ่มีสัมพันธภาพในครอบครัวแบบรักใคร่ช่วยเหลือกันดี ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 55.6 และในกลุ่มควบคุมคิดเป็นร้อยละ 51.6 มีสัมพันธภาพกับครูส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 94.4 และในกลุ่มควบคุมคิดเป็นร้อยละ 96.8 และมีสัมพันธภาพกับเพื่อนๆ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับดีเช่นกัน ในกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 94.4 และในกลุ่มควบคุมคิดเป็นร้อยละ 96.8

เมื่อทำการวัดทักษะชีวิตหลังการทดลองครบตามที่กำหนดไว้ พบว่า นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน มีค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p < .001$ (ตารางที่ 1) และมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p < .05$ (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะชีวิตระหว่างก่อนทดลองและหลังทดลอง ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Paired t-test

กลุ่ม	N	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t	p-value
		$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
กลุ่มทดลอง	36	156.67	15.33	165.14	7.82	-4.6	.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	-0.20	0.986
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 4.3 และ 4.4) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้ทั้งสองข้อ สามารถอธิบายได้ว่า การพัฒนาทักษะชีวิตตามโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ทำให้นักเรียนมีการพัฒนาทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นและดีกว่าไม่ได้รับโปรแกรม เพราะโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้

หนังสือการ์ตูน มีขั้นตอนดำเนินการที่ส่งเสริมให้นักเรียนเชื่อว่าการมีพฤติกรรมที่ดี ถูกต้องเหมาะสม จะเกิดผลดีกับนักเรียนตามมาหรือหากนักเรียนมีพฤติกรรมที่ไม่ดี ไม่ถูกต้อง ก็จะเกิดผลเสียกับนักเรียน ทำให้นักเรียนมีทัศนคติที่ดีต่อการแสดงพฤติกรรมไปในทางที่ดี ถูกต้องเหมาะสม หรือทำให้นักเรียนมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการแสดงพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดผลเสียตามมา และทำให้นักเรียนเชื่อว่าสังคมหรือบุคคลที่มีความสำคัญต่อนักเรียน เช่น พ่อแม่ คุณครู เพื่อนสนิท มีความคาดหวังหรือคิดว่านักเรียนควรมีการแสดงพฤติกรรมที่ดี ถูกต้องเหมาะสมออกมา หรือพฤติกรรมใดไม่ควรแสดงออกมา นอกจากนั้นยังหาแนวทางแก้ไขและจัดอุปสรรคร่วมกันต่อการพัฒนาตนเองให้เป็นคนมีทักษะต่างๆ ส่งเสริมและหาแนวทางร่วมกันในการให้นักเรียนพัฒนาตนเองให้เป็นคนมีทักษะนั้นๆ ให้ได้ ทำให้นักเรียนเชื่อและรับรู้ว่าคุณมีความสามารถในการควบคุมการแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมได้ และเสริมแรงจูงใจให้นักเรียนมีการแสดงพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมออกมา โดยการให้รางวัล คำชมเชย และให้มีการทอ้งคำสัญญาร่วมกันระหว่างกลุ่มเพื่อนว่าจะพัฒนาตนเองให้มีการแสดงพฤติกรรมในทางที่ดีหรือมีทักษะนั้นๆ ในตนเอง ส่งผลให้นักเรียนมีความพยายามและความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรมนั้นมากยิ่งขึ้น และก็จะทำให้เกิดการยังคิดต่อการแสดงพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องเหมาะสมออกมาด้วย

ผลการศึกษานับสนับสนุนแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน (Ajzen, 1991) ที่อธิบายถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจและการแสดงพฤติกรรมของบุคคล ด้วยแนวคิดว่าคุณคนจะแสดงพฤติกรรมต่อเมื่อบุคคลนั้นมีความตั้งใจที่จะแสดงหรือปฏิบัติ และรับรู้ว่าคุณคนสามารถควบคุมพฤติกรรมนั้นได้ ซึ่งความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรม เกิดจาก 2 ปัจจัย คือ ทัศนคติของบุคคลต่อพฤติกรรมนั้น และการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม ดังนั้นบุคคลจะมีความตั้งใจแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์มากยิ่งขึ้น หรือมีพฤติกรรมป้องกันและลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เมื่อบุคคลประเมินแล้วว่าผลดีหรือไม่ดี รับรู้ว่าคุณคนหรือผู้อื่นที่มีความสำคัญต่อตนคิดว่าควรแสดงพฤติกรรมนั้นหรือไม่ และรับรู้ว่าคุณคนมีความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมดังกล่าวสูง

นอกจากนั้นในแต่ละขั้นตอนดำเนินการของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต ผู้วิจัยใช้กระบวนการเรียนรู้ทักษะชีวิตโดยเน้นการมีส่วนร่วมของนักเรียนผ่านกระบวนการกลุ่ม โดยมีการแบ่งกลุ่มย่อย เล่นเกมส์ ระดมสมอง แสดงบทบาทสมมติ และอภิปรายกลุ่ม ร่วมกับการใช้สื่อเป็นหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตที่มีภาพวาดประกอบสวยงาม สีสันสดใส มีเนื้อหาในหนังสือการ์ตูนด้วยตัวการ์ตูนตัวเอกและเพื่อนๆ ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ดำเนินเนื้อเรื่องโดยมีการแสดงความคิด ลักษณะพฤติกรรมทั้งที่ดีและไม่ดี และการได้รับผลที่ตามมาจากการกระทำนั้นๆ มีการสอดแทรกแง่คิด และแนวทางการปฏิบัติตนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในแต่ละทักษะ นอกจากนั้นในท้ายเล่มของหนังสือการ์ตูนแต่ละเล่มยังมีคำถามท้ายบทเกี่ยวกับเนื้อเรื่องในการ์ตูน

เพื่อให้ให้นักเรียนมีความสนใจ ให้ความร่วมมือในการดำเนินการแต่ละขั้นตอน เกิดความเข้าใจและเกิดการเรียนรู้ทักษะชีวิตได้ดียิ่งขึ้น กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2543) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตโดยเน้นการมีส่วนร่วมของนักเรียน ต้องยึดนักเรียนเป็นศูนย์กลาง เน้นการฝึกทักษะและการสร้างเจตคติจากประสบการณ์ของผู้เรียน เป็นการเรียนรู้ที่ผู้เรียนต้องเป็นผู้ปฏิบัติ ก่อให้เกิดความสนใจจากผู้เรียนอย่างมาก และทำให้นักเรียนมีความเข้าใจในสิ่งที่ได้เรียนรู้ดีขึ้น และเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ๆ นำไปสู่การพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งต้องเกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนเอง และระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน

จากการดำเนินการพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ให้ความร่วมมือในการดำเนินการทุกขั้นตอน ทุกครั้งเป็นอย่างดี เพราะผู้วิจัยเริ่มต้นการดำเนินกิจกรรมครั้งแรกด้วยสร้างสัมพันธภาพโดยใช้เกมส์ “เปิด ปรับ เปลี่ยน” ผู้เรียนให้ความสนใจและสนุกสนานกับเกมส์ ผลสรุปจากเกมส์เน้นถึงการเปิดใจเมื่อต้องอยู่ร่วมกัน ปรับตัวเพื่อเข้ากับผู้อื่นถึงแม้บางสิ่งเราอาจไม่ชอบ และพยายามเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีเพื่อให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ทำให้ผู้เรียนเกิดการสะท้อนคิดตาม นอกจากนั้นผู้วิจัยใช้เทคนิคการพูดคุยแบบเป็นกันเอง ยิ้มแย้มแจ่มใสเพื่อลดช่องว่างของการเข้าถึง ทำให้นักเรียนรู้สึกผ่อนคลายและให้ความร่วมมือในการดำเนินกิจกรรมเป็นอย่างดี การระดมสมองทำให้นักเรียนแต่ละคนมีโอกาสได้แสดงออก แสดงความคิดเห็นและความรู้สึก ได้ใช้ทักษะการสื่อสาร การเล่นเกมได้ฝึกการจัดการกับอารมณ์และความเครียดของตนเอง การแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลองทำให้นักเรียนเหมือนได้ฝึกการมีทักษะ ทำให้มีความเข้าใจและเกิดการเรียนรู้ที่ลึกซึ้งขึ้น และเกิดความมั่นใจที่จะนำไปปฏิบัติเมื่อได้เจอเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกัน ผลสรุปจากการเล่นเกม การแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์จำลอง และความคิดเห็นจากการระดมสมอง ทำให้รู้ถึงผลดี ผลเสียของการมีหรือไม่มีทักษะต่างๆ ตามบทสรุปในแต่ละกิจกรรม ทำให้เกิดการคิดเปรียบเทียบและเกิดการสะท้อนคิดตามมา การอภิปรายกลุ่มทำให้ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และได้รับฟังความคิดเห็นของเพื่อน ทำให้เห็นอกเห็นใจผู้อื่นและเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดี ได้รับรู้บรรทัดฐานของสังคมบุคคลใกล้ชิด หรือกลุ่มเพื่อน ต่อตัวนักเรียนหากมีทักษะชีวิตแล้วทำให้มีการแสดงพฤติกรรมที่ดีตามมา ทำให้เกิดการคิดวิเคราะห์ว่าอะไรดีหรือไม่ดี อะไรคือปัญหาที่แท้จริง สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาได้ถูกต้องเหมาะสม ผลสรุปจากการอภิปรายกลุ่มทำให้รู้ถึงแนวทางในการพัฒนาตนเองให้มีทักษะชีวิตต่างๆ รับรู้อุปสรรคหรือปัญหาต่อการพัฒนาตนเองได้ และทุกกิจกรรมทำให้นักเรียนต้องมีรับผิดชอบต่องาน และได้เป็นส่วนหนึ่งในความสำเร็จของงานในกลุ่ม เห็นคุณค่าตนเองและเกิดความภาคภูมิใจ ซึ่งสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2544 ที่กล่าวว่ากระบวนการจัดการศึกษาถือว่าผู้เรียนสำคัญที่สุด ต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาไปตามธรรมชาติและสนใจ เพื่อให้นักเรียนสามารถปรับพฤติกรรมและมีพฤติกรรมที่ถูกต้อง ทำให้นักเรียนสามารถจัดการกับความต้องการและสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวัน อย่างมี

ประสิทธิภาพ (กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ, 2543) และสอดคล้องกับการศึกษาของ นพวรรณ วงศ์วิชัยวัฒน์ (2547), อรดา วงษ์ไสว (2547) และนพวรรณ เสนา (2551) ที่พบว่าการพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมทำให้นักเรียนมีทักษะชีวิตสูงขึ้นได้ และนักเรียนให้ความสนใจ รู้สึกสนุกสนานกับการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ สามารถนำความรู้เกี่ยวกับทักษะชีวิตไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ ดังนั้นรูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตที่เหมาะสมและให้เกิดการเรียนรู้ที่ดีได้นั้น การจัดกิจกรรมที่มุ่งเน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียน ร่วมกับการฝึกในสถานการณ์จำลองจะทำให้ผู้เรียนเกิดความมั่นใจและตั้งใจในการนำไปปฏิบัติและประยุกต์ใช้ได้

เมื่อให้นักเรียนอ่านหนังสือการ์ตูนสังเกตพบว่า นักเรียนตื่นเต้นและให้ความสนใจหลังจากอ่านจบสามารถสรุปเนื้อหาในหนังสือการ์ตูนได้ถูกต้อง เพราะหนังสือการ์ตูนมีภาพประกอบ มีสีสันสดใส มีการ์ตูนตัวเอกและเพื่อนๆ ที่มีวัยเดียวกันเป็นตัวแทนแสดงพฤติกรรมทั้งที่ดีและไม่ดีใกล้เคียงกับสิ่งที่นักเรียนปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เป็นรูปธรรมที่ชัดเจนขึ้น ช่วยสร้างความสนใจของนักเรียนทำให้มีความตั้งใจและสามารถรับรู้และจดจำเนื้อหาได้ดีขึ้น และช่วยปรับเปลี่ยนการแสดงพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น (จินตนา ไบกาซูยี, 2537; ถวัลย์ มาศจรัส และพรพรต เจริญสุวรรณ, 2551; Bandura, 1977) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ กรุณา ศรีแสน (2546) ที่พบว่าการสอนโดยใช้หนังสือการ์ตูนตัวแบบสามารถพัฒนาพฤติกรรมจริยธรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ได้ จากเหตุผลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าการนำโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนมาใช้กับเด็กวัยเรียนทำให้นักเรียนมีการพัฒนาทักษะชีวิตเพิ่มมากขึ้น

จากข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลนั้น พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในเกณฑ์ดีถึงดีมาก ซึ่งเอื้อให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ เข้าใจสิ่งที่ผู้วิจัยถ่ายทอดให้ได้ตรงประเด็น และสังเกตว่าผู้เรียนมีความตั้งใจ ใส่ใจในการร่วมกิจกรรมดี มีการซักถามข้อสงสัยเพื่อให้เกิดความเข้าใจยิ่งขึ้น แม้ว่าจะมีนักเรียนส่วนหนึ่งที่มีความตั้งใจ ใส่ใจในการร่วมกิจกรรมเป็นครั้งคราว แต่พบว่ากระบวนการกลุ่ม และตามพัฒนาการของเด็กวัยนี้ที่ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน มีเพื่อนเป็นบรรทัดฐานที่สำคัญ ทำให้นักเรียนส่วนใหญ่ที่มีความตั้งใจ ใส่ใจในการร่วมกิจกรรมช่วยกันกระตุ้นสมาชิกในกลุ่มให้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมได้ต่อเนื่องจนจบ นอกจากนั้นการมีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนด้วยกันส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี ทำให้บรรยากาศของการเรียนร่วมกันในห้องเรียนและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่มระหว่างเพื่อนเป็นไปด้วยดี ช่วยเหลือและเข้าใจกันดี สอดคล้องกับศึกษาของ ัญญา ผาตจันทิก (2545) ที่พบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน บรรยากาศของการเรียนการสอน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนมีอิทธิพลทางบวกต่อทักษะชีวิตของนักเรียน เช่นเดียวกับการศึกษาของ อรวรรณ เจาะประโคน (2551) ที่พบว่าสัมพันธภาพกับเพื่อน สภาพแวดล้อมทางการเรียน มีอิทธิพลต่อทักษะชีวิตของนักเรียน และการศึกษาของนิสิตา อังกุล (2552) พบว่าสภาพแวดล้อมทางการเรียนมีอิทธิพลต่อทักษะชีวิตของเด็กวัยเรียน

ผลการศึกษาครั้งนี้สนับสนุนแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ที่ว่าการจัดกิจกรรมการสอนทักษะชีวิตให้กับเด็กในวัยเรียนสามารถช่วยพัฒนาทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นได้ ซึ่งเปรียบเสมือนการทำให้เด็กมีภูมิคุ้มกันต่อปัญหาทางสุขภาพและพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตามมาด้วยสอดคล้องกับการศึกษาของประณยา ปันปิน (2551) ที่พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมการสร้างเสริมทักษะชีวิตมีทักษะชีวิตและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการป้องกันการเสพยาเสพติดเพิ่มขึ้น วาสิณี ชุ่มกิ่ง (2549) ที่ศึกษาพบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตมีทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยเพิ่มขึ้น อรุชชา สัจจาพงศ์ (2553) ที่ศึกษาพบว่านักเรียนที่ได้กิจกรรมการสอนทักษะชีวิตมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าสูงขึ้น กาญจนา ปัญญาเพ็ชร (Punyapet, 2005) ที่ศึกษาพบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตมีทักษะชีวิตต่อการเลือกคบเพื่อนต่างเพศที่เหมาะสมไปในทางที่ดีขึ้นและการศึกษาของ อมรรัตน์ ชอบธรรมดี (2551) ที่พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่ได้รับโปรแกรมการสร้างทักษะชีวิตมีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นและมีพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลดลง

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น จึงสามารถสรุปได้ว่า โปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิต ตามกรอบแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนของเอจเซน (Ajzen, 1991) ที่ประกอบด้วยกิจกรรมที่มุ่งใจ สนุกสนาน และเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างเหมาะสมและต่อเนื่องคือ มีการแบ่งกลุ่มย่อยและการอภิปรายกลุ่ม การระดมสมอง เล่นเกมส์ และการแสดงบทบาทสมมติซึ่งเปรียบเสมือนการได้ฝึกทักษะในสถานการณ์สมมติ เพื่อให้เกิดความมั่นใจและตั้งในเป็นแนวทางการนำไปปฏิบัติ หรือมีพฤติกรรมในทางบวก ร่วมกับการใช้หนังสือการ์ตูนที่มีสีสันสดใส มีตัวแบบและเนื้อเรื่องที่เน้นและส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมทางบวกยิ่งขึ้นหรือลดพฤติกรรมทางลบ ทำให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนมีทักษะชีวิตสูงขึ้นและสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน ตรงตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

อย่างไรก็ตาม ในการศึกษาครั้งนี้ไม่สามารถควบคุมตัวแปรภายนอก เช่น การติดต่อสื่อสารภายในกลุ่มตัวอย่างและครอบครัว การได้รับคำแนะนำจากบุคคลหรือการได้รับข่าวสารภายนอก เช่น เพื่อน คุณครู การดูโทรทัศน์ ข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต วิทยูหรือสื่อประชาสัมพันธ์อื่นๆ ซึ่งอาจส่งผลต่อผลการวิจัยได้ และการดำเนินกิจกรรมโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตมีระยะเวลาดำเนินการ และติดตามผลเพียงช่วงระยะเวลาหนึ่ง ควรมีการศึกษาดูตามผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตในระยะยาวอย่างต่อเนื่อง และควรมีการสอดแทรกโปรแกรมดังกล่าวเข้าเป็นส่วนหนึ่งของการจัดการเรียนการสอนเพื่อมุ่งเน้นให้นักเรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการมีทักษะชีวิตและเกิดการพัฒนาทักษะชีวิตได้อย่างต่อเนื่องต่อไป

ข้อจำกัดในการวิจัย

1. การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ไม่สามารถควบคุมตัวแปรภายนอก ซึ่งอาจส่งผลต่อผลการวิจัยได้ เช่น การติดต่อสื่อสารภายในกลุ่มตัวอย่างและครอบครัว การได้รับคำแนะนำจากบุคคลหรือการได้รับข่าวสารภายนอก เช่น เพื่อน ครู การดูโทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต วิทยุหรือสื่อประชาสัมพันธ์อื่นๆ
2. เป็นการศึกษาในโรงเรียนที่สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา กรุงเทพมหานคร เพียงโรงเรียนเดียว ผลการวิจัยจึงไม่สามารถนำไปใช้อ้างอิงกลุ่มประชากรที่มีลักษณะแตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการศึกษา ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 สามารถนำไปพิจารณาใช้เป็นแนวทางในด้านบริหารและการปฏิบัติการพยาบาล ด้านการศึกษา และการวิจัยทางการพยาบาล ดังนี้

ด้านบริหารและการปฏิบัติการพยาบาล

1. จากผลการศึกษา ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน พบว่าหลังเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนมีการพัฒนาทักษะชีวิตเพิ่มขึ้น ดังนั้นพยาบาลที่ให้การดูแลด้านสุขภาพในโรงเรียน สามารถนำโปรแกรมนี้นี้ไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียนในระยะเริ่มแรกได้ ซึ่งในการที่จะนำโปรแกรมไปใช้ในโรงเรียน ควรมีนโยบายของงานด้านการพยาบาลเด็ก หรืออนามัยโรงเรียน ให้มีโครงการจัดอบรมเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องได้แก่ พยาบาลเด็ก พยาบาลอนามัยโรงเรียน ให้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการนำโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนไปใช้
2. จัดทำโครงการกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตในด้านต่าง ร่วมกับให้ความรู้ ครู พ่อแม่ ในเรื่องราวทักษะการอบรมเลี้ยงดู การพัฒนาเด็ก ทักษะการค้นหาเด็กกลุ่มเสี่ยงร่วมกัน และให้บิดามารดาหรือผู้ปกครองมีส่วนร่วมในกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อให้เกิดความเข้าใจในการดูแลเด็กวัยเรียนและช่วยส่งเสริมการพัฒนาทักษะชีวิตได้อย่างเหมาะสมต่อเนื่อง และสร้างกลุ่มเครือข่ายพ่อแม่ เพื่อการแลกเปลี่ยนข่าวสาร ให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลกันภายในกลุ่ม ให้เกิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน

ด้านการศึกษา

1. ควรมีการพิจารณาสอดแทรกโปรแกรมนี้นี้เข้าเป็นส่วนหนึ่งของการจัดการเรียนการสอนในหลักสูตรการศึกษา เพื่อมุ่งเน้นให้ครู นักเรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการมีทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน และให้เกิดการพัฒนาทักษะชีวิตได้อย่างต่อเนื่อง

2. ควรมีการจัดอบรมความรู้ และแนะนำโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนแก่ ครู พยาบาลประจำโรงเรียน เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจและความร่วมมือ ในการนำโปรแกรมไปใช้ในโรงเรียน โดยมีพยาบาลเด็กหรือพยาบาลอนามัยโรงเรียน เป็นที่ปรึกษาในขณะดำเนินโปรแกรม

ด้านการวิจัยทางการพยาบาล

1. ควรมีการศึกษายกยผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนไปใช้ในนักเรียนระดับชั้นอื่นๆ และมีการติดตามประเมินผลการเปลี่ยนแปลงในระยะยาวเพื่อพิจารณาการจัดโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตให้กับนักเรียนเป็นระยะๆ อย่างต่อเนื่อง
2. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนในกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น เด็กและเยาวชนนอกระบบการศึกษา
3. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย เปรียบเทียบระหว่างการใช้หนังสือการ์ตูนและภาพยนตร์การ์ตูน animation ต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษา

THE EFFECTS OF THE LIFE SKILLS DEVELOPMENT PROGRAM USING
CARTOON BOOKS MEDIA ON LIFE SKILLS AMONG GRADE FIVE
STUDENTS

CAPTAIN PICHAYAKORN SRIPAKHO 5236437 RAPN/M

M.N.S. (PEDIATRIC NURSING)

THESIS ADVISORY COMMITTEE: RUTJA PHUPHAIBUL, D.N.S. (FAMILY HEALTH
NURSING), CHUANREUDEE KONGSAKTRAKUL, Ph.D. (NURSING)

EXTENDED SUMMARY

Background and Significance of the Problem

Grade 5 students comprise children aged 10-12 years, which is an age between late childhood and adolescence (Sucha Jan-em, 2000) with physical, emotional, psycho-social and intellectual changes, causing the children in this age group to have needs or behavioral problems which can be encountered in line with the characteristics of development and may not be considered as severe behavioral problems from the start. However, without proper responses from adults or intimate acquaintances, minor behavioral problems in children may lead to severe behavioral problems or risk behaviors which become social problems (Department of Mental Health, Ministry of Public Health, 2001; Nittaya Taiyarom, 2012; Sompot Iamsupasit, 1993).

A study of the prevalence of emotional and behavioral problems among 1,371 children aged six to twelve years in Bangkok by the Department of Mental Health, Ministry of Public Health (2006), found 15.6% of the children to have abnormal emotional and behavioral problems. The most frequently encountered types of behavioral problems in boys were overly mature behaviors (29.7%), depression (25.9%), restlessness/impulsiveness/social problems (24.8%), aggression (24.3%),

anxiety (23.6%), bullying/violation of rules (22.7%) and sexual problems (10.1%). The most frequently encountered types of behavioral problems in girls were recklessness/impulsiveness/social problems (28.7%), aggression (28.1%), social isolation (25%), anxiety (24.2%), depression/cognitive problems (23.6%) and bullying/violation of rules (19.3%).

The behavioral problems of children at this age comprise three related factors consisting of children and families, school environment and social conditions (Department of Mental Health, Ministry of Public Health, 2001; Nittaya Taiyarom, 2012; Paka Sattayatam, 2008; Sompot Iamsupasit, 1993). The factor of children and families was found to have the greatest influence on the behavioral characteristics of children, such as the characteristics of care to promote various aspects of child development, familial warmth and affection, parent models and family characteristics, etc. A study conducted to compare the factors influencing the development of two hundred and sixty-six children aged six to twelve years found poor care and single family characteristics to influence child development (Sirikun Issaranurak and colleagues, 2003). Furthermore, a study of factors related to emotional, mental, social and ethical development (self-awareness, self-pride, sympathy for other people, responsibility to society, emotional management, stress management, communication, interpersonal relationships, creative thinking, analytic thinking, decision-making, problem-solving, emotional control, morals and ethics) in children aged ten to thirteen years found psychosocial care to be related to emotional, mental, social and ethical development in children of this age. Therefore, in order for children to live good lives through adolescence to adulthood, children need to have good emotional, mental, social and ethical development by receiving proper care and knowledge regarding life skills (Benjaporn Panyayong, 2004).

Skills in living or skills in learning to live have definitions similar to life skills. The World Health Organization (WHO) created this term (Wanida Kaomongkon Aeksangsri, 2003) and defined life skills as the ability of a person to properly adjust to needs, necessary social and environmental daily confrontations (WHO, 1997). Life skills are a psychosocial ability which has been disseminated and promoted in life skills education with the goal of enabling people to have consistent physical, emotional and psychological self-care according to concepts in practice for maintaining health, which will help people live happily in society without becoming a social burden.

According to the concept and definition of life skills, it may be said that possessing life skills is the same as having immunity and significant roles in promotion physical and mental health, especially concerning health problems related to a person's risk behaviors. Therefore, promotion of psychosocial capabilities contributes to promoting positive behaviors in persons, which will in turn help reduce and prevent behavioral problems. The WHO has stated that the good and proper method of promoting psychosocial capabilities in school-aged children is to help children have intrinsic and social sources of benefit, which will help in managing problems, namely, education and preparation of life skills development activities for children in schools. Teaching life skills will enable children to effectively confront various challenges in daily life and maintain accurate directions while confronting the pressures or impacts of surrounding environmental and cultural conditions. In addition to having good mental health conditions, the ability to adjust and behave in a positive direction along with ideological life skills education, children should be promoted to receive life skills education from childhood before being subject to negative behavioral models and interactions. Schools are a suitable place for beginning life skills education because schools can be considered as a second home for children and most children are in the school system. Furthermore, schools are easy to access, have clear child development infrastructures and teachers with experience in education, reliability and confidence from parents and community members. Hence, education is highly worthwhile and enables the monitoring of short-term and the long-term effects (WHO, 1997).

Education, promotion or development of life skills in school-aged children is highly effective in helping build or modify behaviors properly for social satisfaction, prevention of behavioral problems and good social adjustments, thereby causing children to have good mental and physical health. Life skills promotion or development can be performed in many models and guidelines whether in the form of programs, short-term projects, camp activities or education together with participatory action learning, group activities or sets of activities consistent with the guidelines for building and developing life skills under the National Education Act of B.E. 2542 (1999 A.D.) (Department of Curriculum and Instruction Development, Ministry of Education, 2000), which must be activities focused on student-centered participatory

learning. Furthermore, educational media or activities, such as models, videos, case studies, hypothetical situations and news images, etc., are also used

Proper use of educational media or activities is medium that supports learning in children, thereby enhancing the effectiveness of education or activities. High quality educational media should help students understand topics more easily with uniform understanding, long-term memory and suitability in line with maturity, while creating substantial learning, attracting and triggering interest in children and helping modify desirable behaviors (Kittikun Chonwitee, 2010). One type of quality educational media innovation to develop learning for school-aged children is cartoon educational media. Cartoon books are accepted as an effective and efficient entertainment and educational media which has always attracted children (Tawan Matjarat and Pornprot Jenuwan, 2008).

The Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University, is an educational organization providing support for many activities to develop Thai society and create awareness of the importance of school-aged children who will grow to become the quality of the population in future Thai society. Therefore, the faculty arranged the Capacity Building Project for the Thai Population (Rutja Phuphaibul and colleagues, 2010) by arranging life and health skills development project activities for elementary level students by emphasizing family participation to help school-aged children prevent and solve overall potential social and health problems. The project's work committee hosted brainstorming sessions among pediatricians, psychologists, scholars, pediatric nurses, school nurses, school administrators and parent representatives to specify the characteristics of desirable behaviors and health behaviors, which are essential life and health skills for elementary level students. The meetings concluded that ten life skills are essential for students consisting of self-pride, analytic thinking and media consumption, decision-making and problem-solving, emotional control, honesty, generosity and sufficiency as well as self, familial and social responsibility. The guidelines for carrying out the aforementioned activities are consistent according to the concept of principles for organizing life skills development activities and education of Wanida Kaomongkon Aeksangri (2003), which was to arrange opportunities for cooperation between educational institutes, parents and communities in order to develop the life skills of students because cooperation will

cause students to experience learning, development of thoughts and characteristics, which will become the characteristics of desirable behaviors or cause students to have proper and consistent life skills with maximum efficiency. Therefore, the researcher has gained an interest in implementing the conclusions on essential life skills from the aforementioned activities by carrying out this activity to teach life skills to students.

Early education to develop life skills will have positive effects on children of this age. Possessing life skills is like having a shield for protection from various temptations. Thus, children are stronger, more capable of confronting problems and current social pressures and prepared for future adaptation. The implementation of participatory learning with emphasis on students and the use of educational media will help improve education effectiveness and efficiency, thereby resulting in desirable behaviors. Cartoon books, in particular, should be able to promote student participation. No studies on the effects of life skills development programs and the use of cartoon books as educational media were encountered in the literature review. Therefore, the researcher is interested in studying the effects of a program to develop life skills by using cartoon books on the life skills of Grade 5 students. Furthermore, the use of cartoon books also gives students easy access to media and convenience in using media appropriate for schools deficient in equipment for certain types of media, such as projectors, monitors, VCD/DVD players, etc. In addition, the findings are also expected to be guidelines in selecting media to develop life skills of Grade 5 students in addition to being guidelines in carrying out educational activities. The findings can also be implemented as recommendations for clearer life skills education in courses for elementary students in order to develop Thai children into persons who are prepared to confront problems in the future.

Research Objectives

To study the effects of a life skills development program using cartoon books on life skills of Grade 5 students.

Conceptual Framework

This study employed the Theory of Planned Behavior of Ajzen (1991) as the conceptual framework. Ajzen explained the factors influencing the behaviors and intentions of a person with the concept that the person will exhibit behaviors only when that person has the intention to exhibit or perform behaviors and the person has perceived behavioral control. Therefore, the person's exhibition of behaviors is determined by perceiving the ability to control behaviors and intentions. Perceived behavioral control is influenced by control beliefs, i.e. if a person believes there are factors facilitating exhibition of behaviors, the person will have a high degree of perceived behavioral control. On the contrary, if the person believes there are factors obstructing exhibition of behaviors, the person will have low perceived control. Intention is influenced by the following two factors: 1) attitude toward the behavior which is influenced by behavior beliefs, i.e. if the person believes the behaviors will yield positive results, the person will have positive attitudes toward the aforementioned behaviors. On the contrary, if the person believes a behavior will have negative results, the person will have negative attitudes toward the behavior and 2) perceived subjective norm, which is influenced by normative beliefs, i.e. if the person believes society to think the behaviors should be exhibited as expected, the person will have a positive subjective norm. On the contrary, if the person believes society to think the person should not exhibit behaviors, the person will have negative social norms. Therefore, the person will have intention to exhibit more desirable behaviors after the person has assessed behaviors to have positive effects, perceived society or persons who are important to the person to think the person should exhibit that behavior and perceive or believe the person to have high capacity for controlling the aforementioned behaviors. All three factors must be based on the person's beliefs. This theory believes intention to perform behaviors as an important factor in predicting behaviors (Ajzen, 1991).

Therefore, the researcher had a concept for developing the life skills of school-aged children to ensure that school-aged children learn life skills by using the Theory of Planned Behavior as a conceptual framework in order for school-aged children to exhibit desirable behaviors by enhancing the perception of students' ability to control behaviors or maintain factors facilitating the expression of a behavior.

Hence, students believe to possess capability or life skills, which reinforces motivation in performing good behaviors or possessing the aforementioned life skills and supporting factors with influence on intention, which creates a positive attitude toward the expression of good behaviors and building subjective norms where students should express the behavior by developing four steps in the process of life skills development for each of the ten life skills together with employing participatory learning through group processes consisting of games, brainstorming, group discussions on specified worksheets and playing assumed roles in the activities of each process because these activities emphasize student . Hence, students have interest, learn independently, gain better understanding and enhanced memory while using cartoon books to perform group activities in the program. The four steps of the life skills development process were as follows: 1) Attitude Adjustment involves getting students to have positive attitude toward displaying correct and proper behaviors or possessing life skills by using game activities because games will cause students to learn from direct experiences. The outcomes of decisions and conclusions from playing games will make students compare with themselves with reflective thinking in line with set hypothetical roles and situations because acting gives students in-depth learning in the same way as actually practicing the skill. Hence, students have confidence in using life skills when encountering similar incidents or situations. In brainstorming, students compare with themselves and practice reflective thinking because students have expressed opinions in groups, exchanged and listened to others to compare opinions about questions as actions aimed at achieving results. Students were also allowed to discuss the positive and negative effects from possessing or not possessing skills in line with the situations of activities with summaries of issues focused on positive effects for students to have good attitudes. 2) Building Subjective Norms cause students to realize that they should exhibit good behaviors and not exhibit bad behaviors in line with the expectations of persons in society who are important to children by using life skills development cartoon books. The cartoon content for each skill will have major characters and friends of the same age as the students as models of both good and bad behaviors similar to what students practice in daily life. Students perceive the feelings of the students' intimate acquaintances, friends or persons who are key characters from expressions of behaviors. Group discussions were used to

answer questions following the end of cartoon books on worksheets, thereby enabling students to express opinions, learn and practice reflective thinking. 3) Increasing Perceived Behavioral Control was aimed at having students know they would have factors facilitating good behaviors when students possess life skills and convincing students to believe they can have abilities or life skills by using group discussions as methods for self-improvement in order to possess life skills and discuss to determine whether the students had any problems or obstacles in self-improvement toward improving the life skills and discussing guidelines for correcting problems. Examples of persons who were either acceptable or unacceptable to members of society as a result of possessing or not possessing life skills were used in order to give the students an opportunity to express opinions, learn and practice reflective thinking and 4) Motivation to Adjust Behaviors was aimed at motivating students with feelings of confidence and determination to possess life skills and express good behaviors by rewarding students, applauding students, praising students and using displays of power by clasping hands together with making promises with one another.

Research Methodology

This study comprised quasi-experimental research with a two group pre-post test design aimed at investigating the effects of the life skills development program by using cartoon books on life skills of Grade 5 students who studied at a school under the jurisdiction of the Bangkok Primary Education Service Area Office. The sampling criteria were as follows:

Inclusion Criteria

1. Students studying in Grade 5.
2. Students had never participated as the sample group in a study where students received life skills development programs.
3. Students were able to listen, speak, read and write in Thai.
4. Parents granted permission and students were willing to participate in the study.

Exclusion Criteria

1. The students of the experimental group participated in the study at less than 80% of the entire period of time in which the study was conducted.

Sample Size – The significance level for the sample size used in this study was .05 and a test power of .92. The influence size cited from the findings of the study of the effects of the life skills development program to prevent consumption of alcoholic beverages in Grade 4 students of Amornrat Choptamdee (2008) was calculated according to the formula of Hedges & Olkin (1985) and acquired an influence size of .94, which was a large influence size. When compared to the one-tailed power table for independent t-test statistics (Cohen, 1988), the study was found to require a sample group of thirty samples per group and, to allow for sample loss, the sample group had an attrition rate of 20% at six samples per group. Therefore, the sample group had a total of thirty-six samples per group.

Sample Selection – Because the Grade 5 students of this school were in four classes of 39-41 students each, the researcher sampled from an entire class of students by simple random sampling, drawing randomly from every class number to select two out of four classes. The researcher then performed random sampling without replacement by drawing one class as an experimental group and the other class as a control group to prevent the samples from noticing a difference, possibly causing the findings to be erroneous. After drawing, a class of forty students was obtained for the experimental group and a class of thirty-nine students was acquired for the control group. Therefore, the total number of samples used in this study was seventy-nine samples. The experimental group was the group which received the life skills development program using cartoon books and the control group was the group which received routine health education and normal education.

The instrumentation for this study was divided into two the following two types consisting:

1. The research instrumentation comprised the following:

- 1.1 The life skills development program using cartoon books was an educational activity created by the researcher by adapting from the life skills development program for school-aged children of Jiraporn Kammaboot (2012) and by studying from textbooks, documents and researches in order to develop the life skills development program under the Theory of Planned Behavior of Ajzen (1991) which comprised a total of four steps including adjusting attitude toward the exhibition of

behaviors, building subjective norms, increasing perceived behavioral control and reinforcing motivation in behavior modification together with employing participatory learning through group processes consisting of games, brainstorming, group discussions on specified worksheets and acting in hypothetical roles in specified situations. Life and health skills development cartoon books for elementary level students were used in the group activities of the program for the project to develop the capabilities of the Thai population, Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University (Rutja Phuphaibul and colleagues, 2012). The activities were carried out in twelve sessions at 60-90 minutes per session over a period of twelve weeks. The topics of the activities were: Activity 1: Orientation and building relationships in the first activity; Activity 2: Self-esteem skill development activities; Activity 3: Activities to develop critical thinking and media consumer skills; Activity 4: Activities to develop decision-making and problem-solving skills; Activity 5: Emotion management skill development activities; Activity 6: Honesty skill development activities; Activity 7: Generousness skill development activities; Activity 8: Sufficiency skill development activities; Activity 9: Responsibility to self skill development activities; Activity 10: Activities to develop skills in familial responsibility; Activity 11: Activities to develop skills of social responsibility and Activity 12: Post-training and answering life skills measurement forms.

1.2 The set of life skills and health skill development cartoon books created by the Capacity Building Committee for the Thai Population, Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University (Rutja Phuphaibul and colleagues, 2010), which consisted of nursing professors, school nurses and graduate students with a total of fourteen books comprising three health skill development cartoon books with the following titles: 1) “I Don’t Know”; 2) “I’m Strong” and 3) “Smart Eating, Smart Buying” and eleven life skills development cartoon books used in the group activities of the life skills development program (ten skills). Each cartoon book was used as media for performing activities to develop one life skill with the following titles: 1) “Let’s Get to Know Life Skills and Health Skills Development Cartoon Books (Introduction)”; 2) “I’m Proud of Myself (Self-Esteem Skills)”; 3) “It’s Bad Because...? (Critical Thinking and Media Consumer Skills)”; 4) “Why Do I Have to Choose? (Decision-Making and Problem-Solving Skills)”, 5) “Aek..! The Friend

Everybody Avoids (Emotion Management Skills)”; 6) Whose Is This? (Honesty Skills)”; 7) “Are We Thoughtful and Kind (Generousness Skills)”; 8) “Adequate Sufficiency (Sufficiency Skills)”; 9) Whose Job Is It 1? (Self Responsibility Skills)”, 10) “Whose Job Is It 2? (Familial Responsibility Skills)” and 11) “Whose Job Is It 3? (Social Responsibility Skills)”. The cartoon books contained brightly colored images, main characters and friends in Grade 5. The stories proceeded with the expression of thoughts, characteristics of good and bad behaviors, consequences of actions, integration of points of view and practice guidelines for developing each life skill. Furthermore, there were also end-of-the-chapter questions at the end of each cartoon book about the stories in the cartoon books which were used by the researcher in the group activities of the life skills development program by creating worksheets for students to express opinions and hold discussions in sub-groups.

2. Data collection instruments were divided into the following two parts: 1) demographic data questionnaires and 2) life skills measurement forms for elementary level students of the Capacity Building Project for the Thai population by the Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University (Rutja Phuphaibul and colleagues, 2010).

Instrument Quality Control

1. The life skills development program using cartoon books passed consideration and inspection for language accuracy and suitability, content validity and coverage, suitability of the order of contents, activities and teaching duration by a panel of three qualified experts.

2. The set of eleven life skills and health skills development cartoon books passed inspection for content validity, suitability of cartoon images and language by a panel of five qualified experts.

3. The form for measuring life skills for elementary level students of the Capacity Building Project for the Thai Population by the Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University (Rutja Phuphaibul and colleagues, 2010) was modified from the life skills measurement form for Grade 4-6 students of Thanapat Kaewpatima (2004) by selecting twenty-two original questions and creating new questions until the number of questions equaled fifty questions. The form passed

content validity examination by a panel of three qualified experts who reduced the number of questions to forty-six questions and passed instrument accuracy testing by experimenting in thirty Grade 5 students with characteristics similar to the sample group of this study. Cronbach's Alpha Coefficient was calculated to be 0.80 and 0.82 in this study.

Research and Data Collection Procedures

1. The researcher requested permission to collect data in human research from the Institutional Review Board on Research in Human Subjects, Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University.

2. The researcher prepared two research assistants to assist in performing activities and providing care for students when performing activities. Before data collection and conducting the research, the researcher explained the details of the research procedures and methodology to assure the research assistants would have uniform understanding in performing the activities.

3. After receiving approval from Institutional Review Board on Research in Human Subjects, the researcher requested a letter of introduction from the Faculty of Graduate Studies to the school administrator of the sample group explaining research objectives, requesting support in conducting the research and data collection. The researcher and research assistants then met and introduced themselves to the school administrator and the teachers involved.

4. At the step of data collection, the researcher selected the samples by drawing to select two classes of students from four classes of students before conducting the random sampling without replacement by drawing from two class numbers, assigning one class to the experimental group and another class to the control group.

5. The researcher met with both groups, introduced herself, requested cooperation, explained the research objectives, data collection procedures and protection of the rights of the sample group, sent letters to the parents of the students in the sample group to explain the data collection objectives and procedures together with requesting cooperation in the study, explaining the protection of the rights of the sample group and having the parents sign consent forms indicating willingness to

participate in the study, complete demographic data questionnaires with students and return questionnaires to class teachers.

6. The researcher conducted the study with the sample group and collected data as follows:

Control Group

1. The researcher met with the sample group to build relationships and have the control group complete forms for evaluating life skills for elementary level students with the experimental group (pretest) using a period of sixty minutes and set appointments for students to receive routine health education and normal education.

2. The control group received routine health education three times per week with one topic per week for sixty minutes per session over a period of three consecutive weeks. The control group then received routine education until the experimental group had completed all twelve activities. Routine health education consisted of routine health education plans on three topics together with having the students read the cartoon books as educational media for each topic as follows: personal hygiene and disease prevention (“I Don’t Know”), exercise (“I’m Strong”) and proper dietary intake (“Smart Eating, Smart Buying”).

3. The researcher had the control group perform life skills measurement forms for elementary level students again with the experimental group. After the experimental group had completed all twelve activities using a period of sixty minutes, the researcher notified the sample group of the completion of the research.

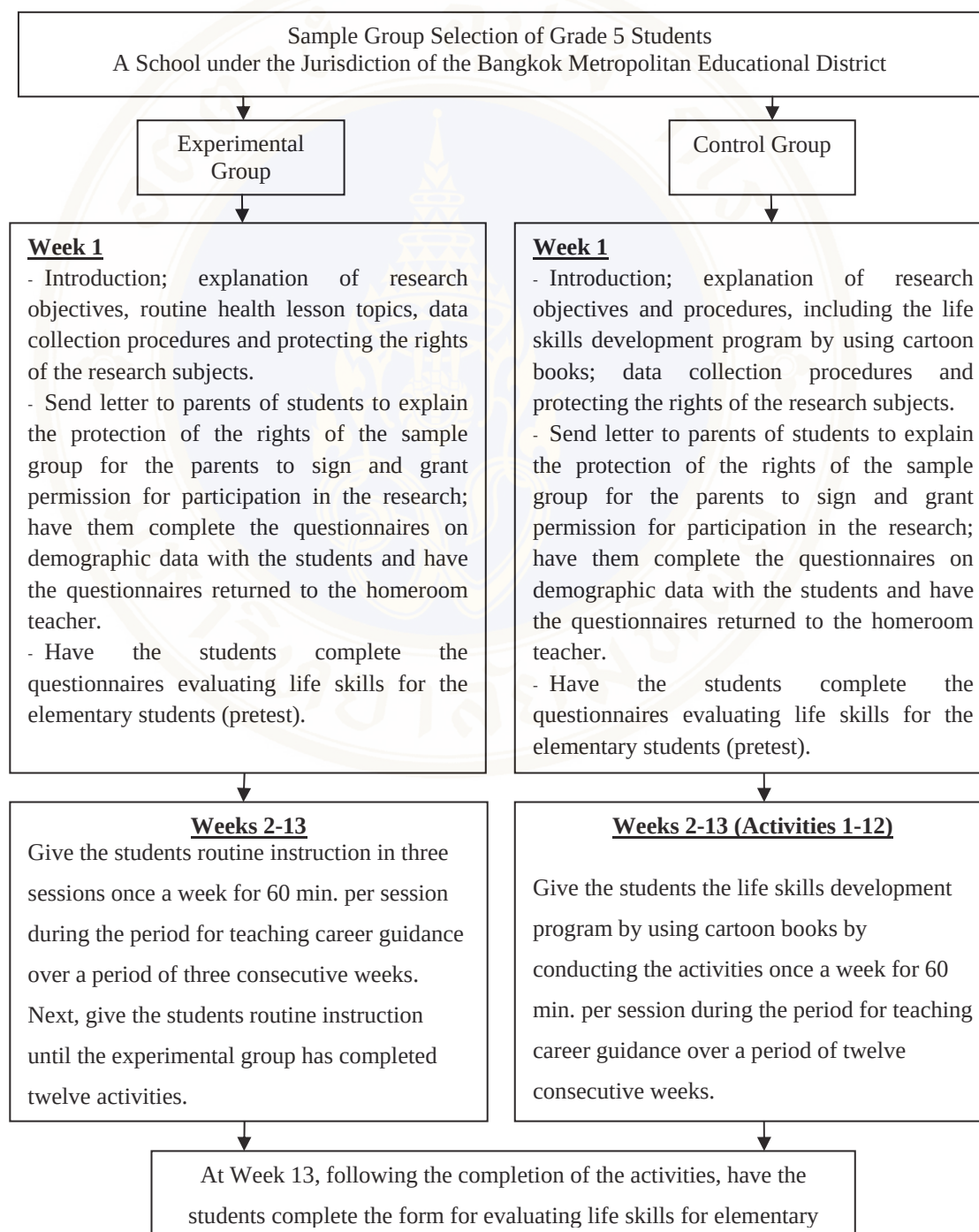
Experimental Group

1. The researcher met with the sample group to build relationships and had the experimental group complete the life skills measurement forms for elementary students with the control group (pretest) by using a period of sixty minutes and setting appointments for students to receive instruction according to the life skills development program using cartoon books.

2. The experimental group received the life skills development program using cartoon books in a total of twelve weekly sessions for sixty minutes per session extending over a period of twelve consecutive weeks.

3. In the twelfth activity, the researcher had the experimental group complete the forms for evaluating the life skills of the elementary students with the control group over a period of sixty minutes. The researcher then notified the subjects of the completion of the research.

Research and Data Collection Procedures



Data Analysis

The data was analyzed using a computer program package. The demographic data for the sample group used descriptive analysis. The differences in the demographic data between the control group and the experimental group were analyzed using independent t-test and Chi-square statistics. Data analysis was used to compare the differences in the mean life skills scores before receiving the life skills development program by using cartoon books between the control group and the experimental group was performed using independent t-test statistics while the differences in the mean life skills scores between before and after receiving the life skills development program using cartoon books of the control group and the experimental group was analyzed by using paired t-test statistics.

Research Findings

This study collected data from thirty-one samples in the control group and thirty-six samples in the experimental group with personal data as follows:

Most of the samples in the experimental group were females (52.8%). Most of the samples in the control group were males (51.6%). Both groups were aged from ten to eleven years (the experimental group had a mean age of 10.33 years and the control group had a mean age of 10.61 years). According to grades of the sample group, most of the experimental group were found to have grades of 3.50 – 4.00 (52.8%) and most of the control group were found to have grades of 3.0 – 3.49 (48.4%). Most of the experimental group and the control group had parents who were living together (86.1% and 77.4%, respectively). Most the experimental group had both parents as caregivers at home (50%) while most of control group had mothers as caregivers while at home (41.9%). The fathers and mothers of both groups were found to have graduated with associate degrees or the equivalent of a bachelor's degree (55.6% and 66.7%, respectively, in the experimental group and 51.6% and 54.8%, respectively, in the control group). Most of the experimental group had family income of 20,001-40,000 baht per month (58.3%) while most of the control group had family income of less than 20,000 baht per month (32.3%). Most of the experimental group and the control group had good family relationships (55.6% in the experimental group and 51.6% in the control group), good relationships with teachers (94.4% in the

experimental group and 96.8% in the control group) and good relationships with friends (94.4% in the experimental group and 96.8% in the control group).

When posttest life skills were evaluated according to specifications, the students who received the life skills development program using cartoon books were found to have higher mean life skills scores than the pretest scores before the program with statistical significance at $p < .001$ (Table 1) and higher scores than the control group which had not received the life skills development program using cartoon books with statistical significance at $p < .05$ (Table 2).

Table 1: Results of Comparison of Pretest and Posttest Mean Life skills Scores between the Experimental Group and the Control Group by Using Pair T-Test Statistics.

Group	N	Pretest		Posttest		t	p-value
		Mean	S.D.	Mean	S.D.		
Experimental Group	36	156.67	15.33	165.14	7.82	-4.6	.000
Control Group	31	157.25	14.70	158.26	14.87	-0.69	0.495

Table 2: Results of Comparison of Pretest and Posttest Mean Live Skill Scores between the Experimental Group and the Control Group by Using Independent T-Test Statistics

Group	N	Life skills Scores		t	p-value
		Mean	S.D.		
Pretest					
Experimental Group	36	156.67	15.33	-0.20	0.986
Control Group	31	157.39	14.70		
Posttest					
Experimental Group	36	165.14	7.92	2.32	0.025
Control Group	31	158.26	14.87		

Discussion of the Findings

Upon the completion of the study, the experimental group was found to have higher posttest mean life skills scores after receiving the life skills development program using cartoon books than the pretest scores before the experiment and the control group with statistical significance ($p < .05$) (Tables 4.3 and 4.4), which supported both hypotheses. The aforementioned finding may be explained in that the life skills development in the life skills development program using cartoon books caused students to have greater development of life skills and better development than not receiving the program because the life skills development program using the cartoon books included procedures which supported students to believe good, correct and proper behaviors would have positive effects on students or to believe bad and incorrect behaviors would have negative effects on students, thereby causing students to have good, correct and appropriate attitudes toward exhibiting positive behaviors or causing students to have bad attitude towards exhibition of behaviors with negative effects while also causing students to believe that society or important persons to students, such as parents, teachers and close friends, expect or think students should have good, correct and proper behaviors or expect unacceptable behaviors. Furthermore, students also found guidelines to correct and eliminate obstacles in order to develop themselves with various skills together with jointly promoting and seeking guidelines in causing students to develop and become persons who possess those skills, causing students to believe and perceive themselves to be capable of controlling the exhibition of proper behaviors and motivating students to have correct and proper behaviors by rewarding, praising and reciting promises between friends for positive behaviors or possession of those skills. Hence, students had greater effort and intention to exhibit that behavior with avoidance of exhibiting incorrect or inappropriate behaviors.

The findings supported the concept of Ajzen's Theory of Planned Behavior (1991) which explained factors influencing the intentions and behaviors of a person with the concept that the person will adopt behaviors only when the person has an intention to act or perform and has perceived behavioral control. The intention to perform behaviors is caused by two factors consisting of attitude toward the behavior and subjective norms. Therefore, the person will have intention to perform more desirable behaviors or adopt behaviors to prevent and minimize problematic behaviors

when the person has assessed the behaviors to have positive or negative effects, when the person has perceived whether or not society or important persons think the behaviors should be performed and when the person perceives himself/herself to have high perceived behavioral control.

Furthermore, at each step of the life skills development program, the researcher employed the life skills learning process by emphasizing student participation through group processes with divisions into sub-groups, games, brainstorming, playing assumed roles and group discussions together with using cartoon books with bright, colorful images and contents with main characters and friends studying in Grade 5. The cartoons books had expressions of opinions, good and bad behaviors and consequences from the aforementioned actions with the integration of points of view and practice guidelines to develop each life skill. Furthermore, there were also end-of-the-chapter questions at the end of each cartoon book about the stories in cartoon books to trigger student interest, cooperation at each step with better understanding and learning of life skills. The Department of Mental Health, Ministry of Public Health (2000) stated that life skills learning activities focused on student participation must be student-centered with emphasis on skills training and conscience building from student experiences in which students must perform and create great interest in students together with giving students better understanding of the contents learned and new learning leading to continual development or changes, which must occur as a result of interactions among students and between students and educators.

According to the study, most students were found to have cooperated well at each step because the researcher began to conduct the first activity by building relationships using the “Open, Adapt, Change” game. The students were interested and enjoyed the game. The conclusions from the game emphasized have an open mind when living with others, adapting to others, even though there are some things we do not like, and trying to change in a positive direction to live happily with one another. Hence, the students practice reflective thinking. Furthermore, the researcher used the technique of speaking with familiarity and smiling to reduce gaps in access; thus, the students felt relaxed and cooperated with the activities. Brainstorming enabled each student to have opportunities to express opinions and feelings together with using communication skills. In playing the game, the students practiced emotional and stress

management. Playing assumed roles in line with hypothetical situations allowed the students to train skills, causing the students to have deeper understanding and learning together with confidence in performing when encountering similar incidents or situations. The conclusions from playing the game, assumed roles in line with hypothetical situations and opinions from brainstorming made the students aware of positive and negative effects from having or not having various skills according to the conclusions from each activity. Hence, the students practiced comparative and reflective thinking. Group discussions enabled the students to exchange experiences and hear the opinions of friends, thereby enabling students to have sympathy for others and build good relationships, learn subjective norms of intimate acquaintances or friends toward students in order to analyze what is good or bad, whether or not having life skills causes exhibition of good behaviors and what true problems exist. The students were able to make decisions and solve problems correctly. The conclusions from the group discussions revealed guidelines for self-development to possess various life skills and perceive obstacles or problems in self-development. Every activity gave the students responsibility to work and become a part of the group work success. Students realized self value and pride, which was concurrent with the National Education Act of B.E. 2544 (2001 A.D.), which states that students are the most important part of the process in providing education and students must be supported in developing naturally and in line with interests; thus, the students will be able to modify behaviors and practice correct behaviors, thereby enabling them to effectively manage desires and challenges in daily life (Department of Curriculum and Instruction Development, Ministry of Education, 2000). The above finding was also found to concur with the study of Napawan Wongwichaiwat (2004), Orada Wongsawai (2004) and Napaporn Sena (2008) who found life skills development by using participatory learning to be able to give students higher degrees of life skills. The students were found to be interested and enjoyed participation in various activities. The students were also able to implement life skills knowledge in daily life. Therefore, with regard to proper forms of activities to develop life skills and good learning, preparation of activities motivating and emphasizing student participation together with training in hypothetical situations will give students confidence and intention to use and implement knowledge.

When the students read the cartoon books, they were observed and found to be excited and interested. The students were able to accurately summarize the contents of the cartoon books after reading because the cartoon books had bright, colorful images and contents with main characters and friends of the same age as models of good and bad behaviors similar to the behaviors performed by the students in daily life, which was clearly tangible in triggering the interest of students, thereby causing the students to have determination in perceiving and memorizing the content better while helping with more positive behavior modification (Jintana Baikasuyee, 1994; Tawan Matjarat and Pornprot Jenuwan, 2008; Bandura, 1977). The aforementioned finding concurred with the study of Karuna Srisan (2003) who found teaching by using cartoon book models to be capable of developing the ethical behaviors of Grade 4 students. The aforementioned reasons indicated the implementation of the life skills development program by using cartoon books in school-aged students to have given the students better development of life skills.

According to basic personal data, most students were found to have good to earn excellent grades, which helped them learn and understand the issues disseminated by the researcher. The students were observed to have good intentions and attention in activities together with asking questions for better understanding. Although a part of the students had occasional intention and attention in participating in the activities, the group processes and development of students at this age were found peers to be an important norm. Hence, most of the students with intention and attention to the activities helped the group members to participate in activities to their completion. Furthermore, most of the relationships among the students were good, thereby making the atmosphere of participatory learning in classes and participation in group activities among friends good. The students helped and understood one another well, which was consistent with the study of Nattaya Natjanteuk (2002) who found grades, educational atmosphere and relationships between students and friends to have positive influences on the life skills of students. The aforementioned finding was similar to the finding of a study by Orawan Joprakon (2008) who found relationships with friends and educational environments to influence the life skills of students and the findings of another study by Nisita Angkun (2009) who found educational environments to influence the life skills of school-aged students.

The findings of this study supported the concept of the World Health Organization (WHO, 1997) which states that arranging life skills education activities for school-aged students can help develop life skills, which is the same as having children with immunity against health problems and behavioral problems. The above findings concur with a study conducted by Pranaya Panpin (2008) who found elementary level students who received a life skills promotion program to have more life skills and behavioral adjustments to prevent substance abuse. Wasinee Chumking (2006) conducted another study and found Grade 5 students who had participated in life skills development group activities to have better affective domain life skills. Uratchaya Satjapong's study (2010) found students who received life skills education activities to have behaviors involving the consumption of more nutritious foods and Kanchana Punyapet's study (2008) found Grade 5 students who had received a life skills development program to have life skills in making friends of the opposite gender in better directions while the study of Amornrat Chobtamdee (2008) found Grade 4 students who received the life skills building program to have more life skills and reduced alcoholic beverage consumption behaviors.

According to the aforementioned reasons, it can be concluded that the life skills development program in the Ajzen's Theory of Planned Behavior (1991) consisted of motivational and fun activities focused on students gaining proper and consistent learning by dividing into groups and holding group discussions, brainstorming, games and playing hypothetical roles, which is comparable to practicing skills in hypothetical situations to build confidence in guidelines of implementation or positive behaviors together with using brightly colored cartoon books with models and stories focusing on and promoting increased positive behaviors or reduced negative behaviors caused Grade 5 students who received the life skills development program using cartoon books to have higher life skills than students who did not receive the life skills development plan using cartoon books in line with the set hypotheses.

Nevertheless, this study was unable to control external factors, such as communications, within the sample group and families, recommendations from persons or receipt of outside news, such as friends, teachers, televisions, information on the internet, radio or other public relations media, which may have impact on the findings. In addition, the activities of the life skills development program only

required a period for performance and follow-up on results. Hence, studies should be conducted with continual follow-up on the long-term effects of the life skills development program using cartoon books and the program should be integrated as part of educational curriculum to emphasize that students be aware of the importance of possessing life skills with continual life skills development.

Research Limitations

1. This study was unable to control external factors, such as communications, within the sample group and families, recommendations from persons or receipt of outside news from sources such as friends, teachers, televisions, information on the internet, radio or other public relations media, which may have had impact on the findings.
2. This study was conducted in a single school under the jurisdiction of Educational District Office, Bangkok Metropolitan. Therefore, the findings cannot be used in reference to population groups with characteristics different from the sample group for this study.

Recommendations for Implementation of the Findings

According to the findings, the effects of the life skills development program using cartoon books on Grade 5 students can be implemented in nursing administration, practice, education and research as follows:

Nursing Administration and Practice

1. According to the findings on studying the effects of the life skills development program using cartoon books, students were found to have developed life skills following participation in the program. Therefore, school nurses can implement this program as the first-stage life skills development guidelines in school-aged students. In implementing the program in schools, pediatric nursing or school hygiene policies should be set with projects to train the personnel involved, e.g. pediatric nurses and school nurses, to impart knowledge and understanding on the implementation of the life skills development plan using cartoon books.

2. Projects with activities to develop various aspects of life skills should be arranged together with educating teachers and parents on the topic of care skills, child development and skills in jointly finding children in risk groups. Parents should be allowed to participate in life skills development activities to gain understanding in the care of school-aged children and help promote life skills development properly and continually while forming parent networks to exchange news and information, provide support within the group and achieve sustainable development.

Education

1. Consideration should be given to integrating this program in education curriculum to make teachers and students aware of the importance of life skills in school-aged students and achieve continual development of life skills.

2. Knowledge should be obtained from training and recommendations for the life skills development program using cartoon books for teachers and school nurses to gain knowledge, understanding and cooperation in implementing the program in schools with pediatric nurses or school nurses as consultants while carrying out the program.

Nursing Research

1. Studies should be conducted to expand the effects of the life skills development program using cartoon books with students at other levels, including monitoring and assessment of long-term changes to consider periodic organization of life skills development programs for students.

2. The findings obtained guidelines in studying the effects of the life skills development program using cartoon books in other sample groups, such as children and youths outside the education system.

3. The findings should be implemented as guidelines in conducting studies to compare the effects obtained by implementing cartoon books with animation cartoons on the life skills of elementary level students.

THE EFFECTS OF THE LIFE SKILLS DEVELOPMENT PROGRAM USING
CARTOON BOOKS MEDIA ON LIFE SKILLS AMONG GRADE FIVE
STUDENTS

CAPTAIN PICHAYAKORN SRIPAKHO 5236437 RAPN/M

M.N.S. (PEDIATRIC NURSING)

THESIS ADVISORY COMMITTEE: RUTJA PHUPHAIBUL, D.N.S. (FAMILY HEALTH
NURSING), CHUANREUDEE KONGSAKTRAKUL, Ph.D. (NURSING)

EXTENDED SUMMARY

Background and Significance of the Problem

Grade 5 students comprise children aged 10-12 years, which is an age between late childhood and adolescence (Sucha Jan-em, 2000) with physical, emotional, psycho-social and intellectual changes, causing the children in this age group to have needs or behavioral problems which can be encountered in line with the characteristics of development and may not be considered as severe behavioral problems from the start. However, without proper responses from adults or intimate acquaintances, minor behavioral problems in children may lead to severe behavioral problems or risk behaviors which become social problems (Department of Mental Health, Ministry of Public Health, 2001; Nittaya Taiyarom, 2012; Sompot Iamsupasit, 1993).

A study of the prevalence of emotional and behavioral problems among 1,371 children aged six to twelve years in Bangkok by the Department of Mental Health, Ministry of Public Health (2006), found 15.6% of the children to have abnormal emotional and behavioral problems. The most frequently encountered types of behavioral problems in boys were overly mature behaviors (29.7%), depression (25.9%), restlessness/impulsiveness/social problems (24.8%), aggression (24.3%),

anxiety (23.6%), bullying/violation of rules (22.7%) and sexual problems (10.1%). The most frequently encountered types of behavioral problems in girls were recklessness/impulsiveness/social problems (28.7%), aggression (28.1%), social isolation (25%), anxiety (24.2%), depression/cognitive problems (23.6%) and bullying/violation of rules (19.3%).

The behavioral problems of children at this age comprise three related factors consisting of children and families, school environment and social conditions (Department of Mental Health, Ministry of Public Health, 2001; Nittaya Taiyarom, 2012; Paka Sattayatam, 2008; Sompot Iamsupasit, 1993). The factor of children and families was found to have the greatest influence on the behavioral characteristics of children, such as the characteristics of care to promote various aspects of child development, familial warmth and affection, parent models and family characteristics, etc. A study conducted to compare the factors influencing the development of two hundred and sixty-six children aged six to twelve years found poor care and single family characteristics to influence child development (Sirikun Issaranurak and colleagues, 2003). Furthermore, a study of factors related to emotional, mental, social and ethical development (self-awareness, self-pride, sympathy for other people, responsibility to society, emotional management, stress management, communication, interpersonal relationships, creative thinking, analytic thinking, decision-making, problem-solving, emotional control, morals and ethics) in children aged ten to thirteen years found psychosocial care to be related to emotional, mental, social and ethical development in children of this age. Therefore, in order for children to live good lives through adolescence to adulthood, children need to have good emotional, mental, social and ethical development by receiving proper care and knowledge regarding life skills (Benjaporn Panyayong, 2004).

Skills in living or skills in learning to live have definitions similar to life skills. The World Health Organization (WHO) created this term (Wanida Kaomongkon Aeksangsri, 2003) and defined life skills as the ability of a person to properly adjust to needs, necessary social and environmental daily confrontations (WHO, 1997). Life skills are a psychosocial ability which has been disseminated and promoted in life skills education with the goal of enabling people to have consistent physical, emotional and psychological self-care according to concepts in practice for maintaining health, which will help people live happily in society without becoming a social burden.

According to the concept and definition of life skills, it may be said that possessing life skills is the same as having immunity and significant roles in promotion physical and mental health, especially concerning health problems related to a person's risk behaviors. Therefore, promotion of psychosocial capabilities contributes to promoting positive behaviors in persons, which will in turn help reduce and prevent behavioral problems. The WHO has stated that the good and proper method of promoting psychosocial capabilities in school-aged children is to help children have intrinsic and social sources of benefit, which will help in managing problems, namely, education and preparation of life skills development activities for children in schools. Teaching life skills will enable children to effectively confront various challenges in daily life and maintain accurate directions while confronting the pressures or impacts of surrounding environmental and cultural conditions. In addition to having good mental health conditions, the ability to adjust and behave in a positive direction along with ideological life skills education, children should be promoted to receive life skills education from childhood before being subject to negative behavioral models and interactions. Schools are a suitable place for beginning life skills education because schools can be considered as a second home for children and most children are in the school system. Furthermore, schools are easy to access, have clear child development infrastructures and teachers with experience in education, reliability and confidence from parents and community members. Hence, education is highly worthwhile and enables the monitoring of short-term and the long-term effects (WHO, 1997).

Education, promotion or development of life skills in school-aged children is highly effective in helping build or modify behaviors properly for social satisfaction, prevention of behavioral problems and good social adjustments, thereby causing children to have good mental and physical health. Life skills promotion or development can be performed in many models and guidelines whether in the form of programs, short-term projects, camp activities or education together with participatory action learning, group activities or sets of activities consistent with the guidelines for building and developing life skills under the National Education Act of B.E. 2542 (1999 A.D.) (Department of Curriculum and Instruction Development, Ministry of Education, 2000), which must be activities focused on student-centered participatory

learning. Furthermore, educational media or activities, such as models, videos, case studies, hypothetical situations and news images, etc., are also used

Proper use of educational media or activities is medium that supports learning in children, thereby enhancing the effectiveness of education or activities. High quality educational media should help students understand topics more easily with uniform understanding, long-term memory and suitability in line with maturity, while creating substantial learning, attracting and triggering interest in children and helping modify desirable behaviors (Kittikun Chonwitee, 2010). One type of quality educational media innovation to develop learning for school-aged children is cartoon educational media. Cartoon books are accepted as an effective and efficient entertainment and educational media which has always attracted children (Tawan Matjarat and Pornprot Jensuwan, 2008).

The Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University, is an educational organization providing support for many activities to develop Thai society and create awareness of the importance of school-aged children who will grow to become the quality of the population in future Thai society. Therefore, the faculty arranged the Capacity Building Project for the Thai Population (Rutja Phuphaibul and colleagues, 2010) by arranging life and health skills development project activities for elementary level students by emphasizing family participation to help school-aged children prevent and solve overall potential social and health problems. The project's work committee hosted brainstorming sessions among pediatricians, psychologists, scholars, pediatric nurses, school nurses, school administrators and parent representatives to specify the characteristics of desirable behaviors and health behaviors, which are essential life and health skills for elementary level students. The meetings concluded that ten life skills are essential for students consisting of self-pride, analytic thinking and media consumption, decision-making and problem-solving, emotional control, honesty, generosity and sufficiency as well as self, familial and social responsibility. The guidelines for carrying out the aforementioned activities are consistent according to the concept of principles for organizing life skills development activities and education of Wanida Kaomongkon Aeksangri (2003), which was to arrange opportunities for cooperation between educational institutes, parents and communities in order to develop the life skills of students because cooperation will

cause students to experience learning, development of thoughts and characteristics, which will become the characteristics of desirable behaviors or cause students to have proper and consistent life skills with maximum efficiency. Therefore, the researcher has gained an interest in implementing the conclusions on essential life skills from the aforementioned activities by carrying out this activity to teach life skills to students.

Early education to develop life skills will have positive effects on children of this age. Possessing life skills is like having a shield for protection from various temptations. Thus, children are stronger, more capable of confronting problems and current social pressures and prepared for future adaptation. The implementation of participatory learning with emphasis on students and the use of educational media will help improve education effectiveness and efficiency, thereby resulting in desirable behaviors. Cartoon books, in particular, should be able to promote student participation. No studies on the effects of life skills development programs and the use of cartoon books as educational media were encountered in the literature review. Therefore, the researcher is interested in studying the effects of a program to develop life skills by using cartoon books on the life skills of Grade 5 students. Furthermore, the use of cartoon books also gives students easy access to media and convenience in using media appropriate for schools deficient in equipment for certain types of media, such as projectors, monitors, VCD/DVD players, etc. In addition, the findings are also expected to be guidelines in selecting media to develop life skills of Grade 5 students in addition to being guidelines in carrying out educational activities. The findings can also be implemented as recommendations for clearer life skills education in courses for elementary students in order to develop Thai children into persons who are prepared to confront problems in the future.

Research Objectives

To study the effects of a life skills development program using cartoon books on life skills of Grade 5 students.

Conceptual Framework

This study employed the Theory of Planned Behavior of Ajzen (1991) as the conceptual framework. Ajzen explained the factors influencing the behaviors and intentions of a person with the concept that the person will exhibit behaviors only when that person has the intention to exhibit or perform behaviors and the person has perceived behavioral control. Therefore, the person's exhibition of behaviors is determined by perceiving the ability to control behaviors and intentions. Perceived behavioral control is influenced by control beliefs, i.e. if a person believes there are factors facilitating exhibition of behaviors, the person will have a high degree of perceived behavioral control. On the contrary, if the person believes there are factors obstructing exhibition of behaviors, the person will have low perceived control. Intention is influenced by the following two factors: 1) attitude toward the behavior which is influenced by behavior beliefs, i.e. if the person believes the behaviors will yield positive results, the person will have positive attitudes toward the aforementioned behaviors. On the contrary, if the person believes a behavior will have negative results, the person will have negative attitudes toward the behavior and 2) perceived subjective norm, which is influenced by normative beliefs, i.e. if the person believes society to think the behaviors should be exhibited as expected, the person will have a positive subjective norm. On the contrary, if the person believes society to think the person should not exhibit behaviors, the person will have negative social norms. Therefore, the person will have intention to exhibit more desirable behaviors after the person has assessed behaviors to have positive effects, perceived society or persons who are important to the person to think the person should exhibit that behavior and perceive or believe the person to have high capacity for controlling the aforementioned behaviors. All three factors must be based on the person's beliefs. This theory believes intention to perform behaviors as an important factor in predicting behaviors (Ajzen, 1991).

Therefore, the researcher had a concept for developing the life skills of school-aged children to ensure that school-aged children learn life skills by using the Theory of Planned Behavior as a conceptual framework in order for school-aged children to exhibit desirable behaviors by enhancing the perception of students' ability to control behaviors or maintain factors facilitating the expression of a behavior.

Hence, students believe to possess capability or life skills, which reinforces motivation in performing good behaviors or possessing the aforementioned life skills and supporting factors with influence on intention, which creates a positive attitude toward the expression of good behaviors and building subjective norms where students should express the behavior by developing four steps in the process of life skills development for each of the ten life skills together with employing participatory learning through group processes consisting of games, brainstorming, group discussions on specified worksheets and playing assumed roles in the activities of each process because these activities emphasize student . Hence, students have interest, learn independently, gain better understanding and enhanced memory while using cartoon books to perform group activities in the program. The four steps of the life skills development process were as follows: 1) Attitude Adjustment involves getting students to have positive attitude toward displaying correct and proper behaviors or possessing life skills by using game activities because games will cause students to learn from direct experiences. The outcomes of decisions and conclusions from playing games will make students compare with themselves with reflective thinking in line with set hypothetical roles and situations because acting gives students in-depth learning in the same way as actually practicing the skill. Hence, students have confidence in using life skills when encountering similar incidents or situations. In brainstorming, students compare with themselves and practice reflective thinking because students have expressed opinions in groups, exchanged and listened to others to compare opinions about questions as actions aimed at achieving results. Students were also allowed to discuss the positive and negative effects from possessing or not possessing skills in line with the situations of activities with summaries of issues focused on positive effects for students to have good attitudes. 2) Building Subjective Norms cause students to realize that they should exhibit good behaviors and not exhibit bad behaviors in line with the expectations of persons in society who are important to children by using life skills development cartoon books. The cartoon content for each skill will have major characters and friends of the same age as the students as models of both good and bad behaviors similar to what students practice in daily life. Students perceive the feelings of the students' intimate acquaintances, friends or persons who are key characters from expressions of behaviors. Group discussions were used to

answer questions following the end of cartoon books on worksheets, thereby enabling students to express opinions, learn and practice reflective thinking. 3) Increasing Perceived Behavioral Control was aimed at having students know they would have factors facilitating good behaviors when students possess life skills and convincing students to believe they can have abilities or life skills by using group discussions as methods for self-improvement in order to possess life skills and discuss to determine whether the students had any problems or obstacles in self-improvement toward improving the life skills and discussing guidelines for correcting problems. Examples of persons who were either acceptable or unacceptable to members of society as a result of possessing or not possessing life skills were used in order to give the students an opportunity to express opinions, learn and practice reflective thinking and 4) Motivation to Adjust Behaviors was aimed at motivating students with feelings of confidence and determination to possess life skills and express good behaviors by rewarding students, applauding students, praising students and using displays of power by clasping hands together with making promises with one another.

Research Methodology

This study comprised quasi-experimental research with a two group pre-post test design aimed at investigating the effects of the life skills development program by using cartoon books on life skills of Grade 5 students who studied at a school under the jurisdiction of the Bangkok Primary Education Service Area Office. The sampling criteria were as follows:

Inclusion Criteria

1. Students studying in Grade 5.
2. Students had never participated as the sample group in a study where students received life skills development programs.
3. Students were able to listen, speak, read and write in Thai.
4. Parents granted permission and students were willing to participate in the study.

Exclusion Criteria

1. The students of the experimental group participated in the study at less than 80% of the entire period of time in which the study was conducted.

Sample Size – The significance level for the sample size used in this study was .05 and a test power of .92. The influence size cited from the findings of the study of the effects of the life skills development program to prevent consumption of alcoholic beverages in Grade 4 students of Amornrat Choptamdee (2008) was calculated according to the formula of Hedges & Olkin (1985) and acquired an influence size of .94, which was a large influence size. When compared to the one-tailed power table for independent t-test statistics (Cohen, 1988), the study was found to require a sample group of thirty samples per group and, to allow for sample loss, the sample group had an attrition rate of 20% at six samples per group. Therefore, the sample group had a total of thirty-six samples per group.

Sample Selection – Because the Grade 5 students of this school were in four classes of 39-41 students each, the researcher sampled from an entire class of students by simple random sampling, drawing randomly from every class number to select two out of four classes. The researcher then performed random sampling without replacement by drawing one class as an experimental group and the other class as a control group to prevent the samples from noticing a difference, possibly causing the findings to be erroneous. After drawing, a class of forty students was obtained for the experimental group and a class of thirty-nine students was acquired for the control group. Therefore, the total number of samples used in this study was seventy-nine samples. The experimental group was the group which received the life skills development program using cartoon books and the control group was the group which received routine health education and normal education.

The instrumentation for this study was divided into two the following two types consisting:

1. The research instrumentation comprised the following:

- 1.1 The life skills development program using cartoon books was an educational activity created by the researcher by adapting from the life skills development program for school-aged children of Jiraporn Kammaboot (2012) and by studying from textbooks, documents and researches in order to develop the life skills development program under the Theory of Planned Behavior of Ajzen (1991) which comprised a total of four steps including adjusting attitude toward the exhibition of

behaviors, building subjective norms, increasing perceived behavioral control and reinforcing motivation in behavior modification together with employing participatory learning through group processes consisting of games, brainstorming, group discussions on specified worksheets and acting in hypothetical roles in specified situations. Life and health skills development cartoon books for elementary level students were used in the group activities of the program for the project to develop the capabilities of the Thai population, Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University (Rutja Phuphaibul and colleagues, 2012). The activities were carried out in twelve sessions at 60-90 minutes per session over a period of twelve weeks. The topics of the activities were: Activity 1: Orientation and building relationships in the first activity; Activity 2: Self-esteem skill development activities; Activity 3: Activities to develop critical thinking and media consumer skills; Activity 4: Activities to develop decision-making and problem-solving skills; Activity 5: Emotion management skill development activities; Activity 6: Honesty skill development activities; Activity 7: Generousness skill development activities; Activity 8: Sufficiency skill development activities; Activity 9: Responsibility to self skill development activities; Activity 10: Activities to develop skills in familial responsibility; Activity 11: Activities to develop skills of social responsibility and Activity 12: Post-training and answering life skills measurement forms.

1.2 The set of life skills and health skill development cartoon books created by the Capacity Building Committee for the Thai Population, Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University (Rutja Phuphaibul and colleagues, 2010), which consisted of nursing professors, school nurses and graduate students with a total of fourteen books comprising three health skill development cartoon books with the following titles: 1) “I Don’t Know”; 2) “I’m Strong” and 3) “Smart Eating, Smart Buying” and eleven life skills development cartoon books used in the group activities of the life skills development program (ten skills). Each cartoon book was used as media for performing activities to develop one life skill with the following titles: 1) “Let’s Get to Know Life Skills and Health Skills Development Cartoon Books (Introduction)”; 2) “I’m Proud of Myself (Self-Esteem Skills)”; 3) “It’s Bad Because...? (Critical Thinking and Media Consumer Skills)”; 4) “Why Do I Have to Choose? (Decision-Making and Problem-Solving Skills)”, 5) “Aek..! The Friend

Everybody Avoids (Emotion Management Skills)”; 6) Whose Is This? (Honesty Skills)”; 7) “Are We Thoughtful and Kind (Generousness Skills)”; 8) “Adequate Sufficiency (Sufficiency Skills)”; 9) Whose Job Is It 1? (Self Responsibility Skills)”, 10) “Whose Job Is It 2? (Familial Responsibility Skills)” and 11) “Whose Job Is It 3? (Social Responsibility Skills)”. The cartoon books contained brightly colored images, main characters and friends in Grade 5. The stories proceeded with the expression of thoughts, characteristics of good and bad behaviors, consequences of actions, integration of points of view and practice guidelines for developing each life skill. Furthermore, there were also end-of-the-chapter questions at the end of each cartoon book about the stories in the cartoon books which were used by the researcher in the group activities of the life skills development program by creating worksheets for students to express opinions and hold discussions in sub-groups.

2. Data collection instruments were divided into the following two parts: 1) demographic data questionnaires and 2) life skills measurement forms for elementary level students of the Capacity Building Project for the Thai population by the Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University (Rutja Phuphaibul and colleagues, 2010).

Instrument Quality Control

1. The life skills development program using cartoon books passed consideration and inspection for language accuracy and suitability, content validity and coverage, suitability of the order of contents, activities and teaching duration by a panel of three qualified experts.

2. The set of eleven life skills and health skills development cartoon books passed inspection for content validity, suitability of cartoon images and language by a panel of five qualified experts.

3. The form for measuring life skills for elementary level students of the Capacity Building Project for the Thai Population by the Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University (Rutja Phuphaibul and colleagues, 2010) was modified from the life skills measurement form for Grade 4-6 students of Thanapat Kaewpatima (2004) by selecting twenty-two original questions and creating new questions until the number of questions equaled fifty questions. The form passed

content validity examination by a panel of three qualified experts who reduced the number of questions to forty-six questions and passed instrument accuracy testing by experimenting in thirty Grade 5 students with characteristics similar to the sample group of this study. Cronbach's Alpha Coefficient was calculated to be 0.80 and 0.82 in this study.

Research and Data Collection Procedures

1. The researcher requested permission to collect data in human research from the Institutional Review Board on Research in Human Subjects, Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University.

2. The researcher prepared two research assistants to assist in performing activities and providing care for students when performing activities. Before data collection and conducting the research, the researcher explained the details of the research procedures and methodology to assure the research assistants would have uniform understanding in performing the activities.

3. After receiving approval from Institutional Review Board on Research in Human Subjects, the researcher requested a letter of introduction from the Faculty of Graduate Studies to the school administrator of the sample group explaining research objectives, requesting support in conducting the research and data collection. The researcher and research assistants then met and introduced themselves to the school administrator and the teachers involved.

4. At the step of data collection, the researcher selected the samples by drawing to select two classes of students from four classes of students before conducting the random sampling without replacement by drawing from two class numbers, assigning one class to the experimental group and another class to the control group.

5. The researcher met with both groups, introduced herself, requested cooperation, explained the research objectives, data collection procedures and protection of the rights of the sample group, sent letters to the parents of the students in the sample group to explain the data collection objectives and procedures together with requesting cooperation in the study, explaining the protection of the rights of the sample group and having the parents sign consent forms indicating willingness to

participate in the study, complete demographic data questionnaires with students and return questionnaires to class teachers.

6. The researcher conducted the study with the sample group and collected data as follows:

Control Group

1. The researcher met with the sample group to build relationships and have the control group complete forms for evaluating life skills for elementary level students with the experimental group (pretest) using a period of sixty minutes and set appointments for students to receive routine health education and normal education.

2. The control group received routine health education three times per week with one topic per week for sixty minutes per session over a period of three consecutive weeks. The control group then received routine education until the experimental group had completed all twelve activities. Routine health education consisted of routine health education plans on three topics together with having the students read the cartoon books as educational media for each topic as follows: personal hygiene and disease prevention (“I Don’t Know”), exercise (“I’m Strong”) and proper dietary intake (“Smart Eating, Smart Buying”).

3. The researcher had the control group perform life skills measurement forms for elementary level students again with the experimental group. After the experimental group had completed all twelve activities using a period of sixty minutes, the researcher notified the sample group of the completion of the research.

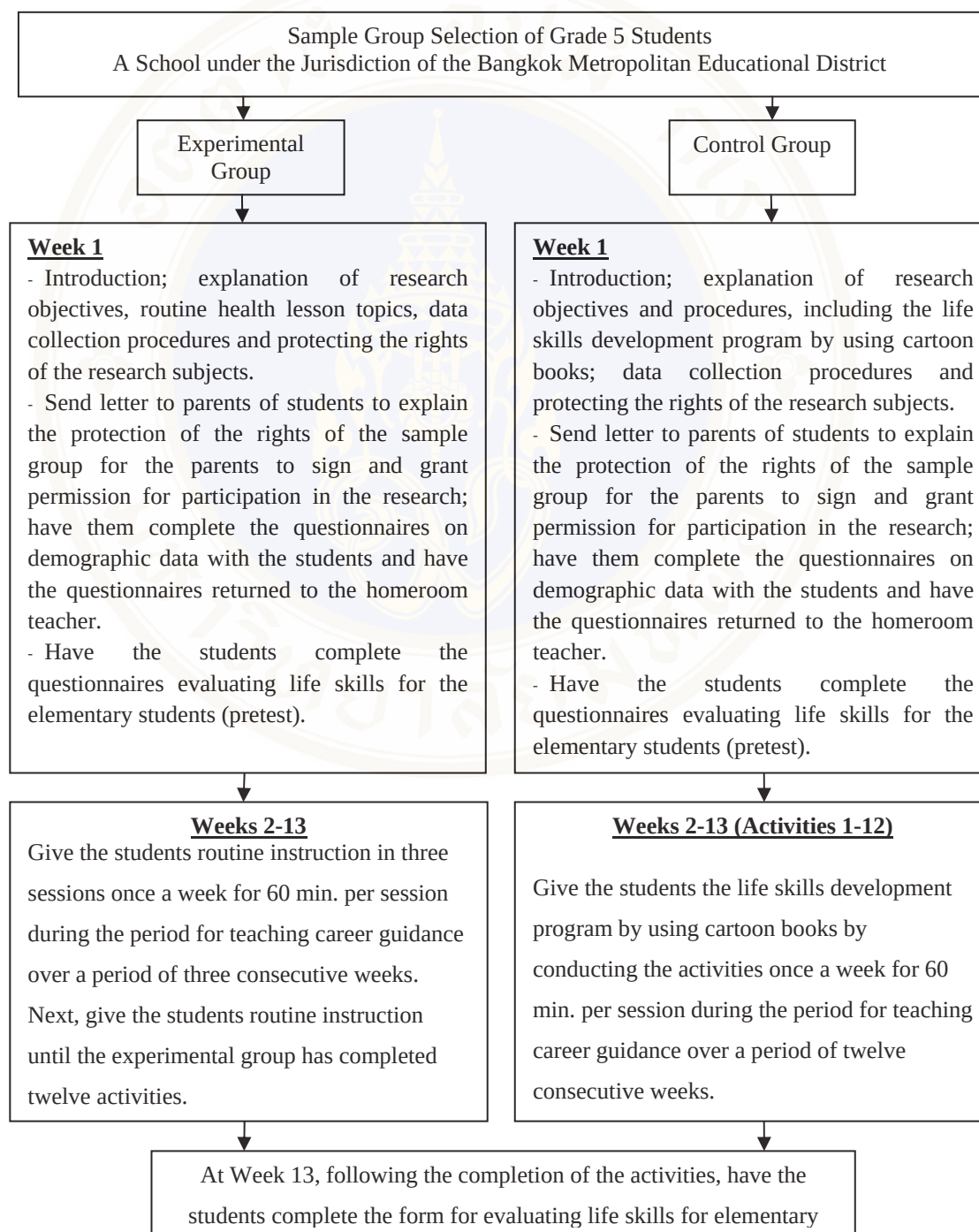
Experimental Group

1. The researcher met with the sample group to build relationships and had the experimental group complete the life skills measurement forms for elementary students with the control group (pretest) by using a period of sixty minutes and setting appointments for students to receive instruction according to the life skills development program using cartoon books.

2. The experimental group received the life skills development program using cartoon books in a total of twelve weekly sessions for sixty minutes per session extending over a period of twelve consecutive weeks.

3. In the twelfth activity, the researcher had the experimental group complete the forms for evaluating the life skills of the elementary students with the control group over a period of sixty minutes. The researcher then notified the subjects of the completion of the research.

Research and Data Collection Procedures



Data Analysis

The data was analyzed using a computer program package. The demographic data for the sample group used descriptive analysis. The differences in the demographic data between the control group and the experimental group were analyzed using independent t-test and Chi-square statistics. Data analysis was used to compare the differences in the mean life skills scores before receiving the life skills development program by using cartoon books between the control group and the experimental group was performed using independent t-test statistics while the differences in the mean life skills scores between before and after receiving the life skills development program using cartoon books of the control group and the experimental group was analyzed by using paired t-test statistics.

Research Findings

This study collected data from thirty-one samples in the control group and thirty-six samples in the experimental group with personal data as follows:

Most of the samples in the experimental group were females (52.8%). Most of the samples in the control group were males (51.6%). Both groups were aged from ten to eleven years (the experimental group had a mean age of 10.33 years and the control group had a mean age of 10.61 years). According to grades of the sample group, most of the experimental group were found to have grades of 3.50 – 4.00 (52.8%) and most of the control group were found to have grades of 3.0 – 3.49 (48.4%). Most of the experimental group and the control group had parents who were living together (86.1% and 77.4%, respectively). Most the experimental group had both parents as caregivers at home (50%) while most of control group had mothers as caregivers while at home (41.9%). The fathers and mothers of both groups were found to have graduated with associate degrees or the equivalent of a bachelor's degree (55.6% and 66.7%, respectively, in the experimental group and 51.6% and 54.8%, respectively, in the control group). Most of the experimental group had family income of 20,001-40,000 baht per month (58.3%) while most of the control group had family income of less than 20,000 baht per month (32.3%). Most of the experimental group and the control group had good family relationships (55.6% in the experimental group and 51.6% in the control group), good relationships with teachers (94.4% in the

experimental group and 96.8% in the control group) and good relationships with friends (94.4% in the experimental group and 96.8% in the control group).

When posttest life skills were evaluated according to specifications, the students who received the life skills development program using cartoon books were found to have higher mean life skills scores than the pretest scores before the program with statistical significance at $p < .001$ (Table 1) and higher scores than the control group which had not received the life skills development program using cartoon books with statistical significance at $p < .05$ (Table 2).

Table 1: Results of Comparison of Pretest and Posttest Mean Life skills Scores between the Experimental Group and the Control Group by Using Pair T-Test Statistics.

Group	N	Pretest		Posttest		t	p-value
		Mean	S.D.	Mean	S.D.		
Experimental Group	36	156.67	15.33	165.14	7.82	-4.6	.000
Control Group	31	157.25	14.70	158.26	14.87	-0.69	0.495

Table 2: Results of Comparison of Pretest and Posttest Mean Live Skill Scores between the Experimental Group and the Control Group by Using Independent T-Test Statistics

Group	N	Life skills Scores		t	p-value
		Mean	S.D.		
Pretest					
Experimental Group	36	156.67	15.33	-0.20	0.986
Control Group	31	157.39	14.70		
Posttest					
Experimental Group	36	165.14	7.92	2.32	0.025
Control Group	31	158.26	14.87		

Discussion of the Findings

Upon the completion of the study, the experimental group was found to have higher posttest mean life skills scores after receiving the life skills development program using cartoon books than the pretest scores before the experiment and the control group with statistical significance ($p < .05$) (Tables 4.3 and 4.4), which supported both hypotheses. The aforementioned finding may be explained in that the life skills development in the life skills development program using cartoon books caused students to have greater development of life skills and better development than not receiving the program because the life skills development program using the cartoon books included procedures which supported students to believe good, correct and proper behaviors would have positive effects on students or to believe bad and incorrect behaviors would have negative effects on students, thereby causing students to have good, correct and appropriate attitudes toward exhibiting positive behaviors or causing students to have bad attitude towards exhibition of behaviors with negative effects while also causing students to believe that society or important persons to students, such as parents, teachers and close friends, expect or think students should have good, correct and proper behaviors or expect unacceptable behaviors. Furthermore, students also found guidelines to correct and eliminate obstacles in order to develop themselves with various skills together with jointly promoting and seeking guidelines in causing students to develop and become persons who possess those skills, causing students to believe and perceive themselves to be capable of controlling the exhibition of proper behaviors and motivating students to have correct and proper behaviors by rewarding, praising and reciting promises between friends for positive behaviors or possession of those skills. Hence, students had greater effort and intention to exhibit that behavior with avoidance of exhibiting incorrect or inappropriate behaviors.

The findings supported the concept of Ajzen's Theory of Planned Behavior (1991) which explained factors influencing the intentions and behaviors of a person with the concept that the person will adopt behaviors only when the person has an intention to act or perform and has perceived behavioral control. The intention to perform behaviors is caused by two factors consisting of attitude toward the behavior and subjective norms. Therefore, the person will have intention to perform more desirable behaviors or adopt behaviors to prevent and minimize problematic behaviors

when the person has assessed the behaviors to have positive or negative effects, when the person has perceived whether or not society or important persons think the behaviors should be performed and when the person perceives himself/herself to have high perceived behavioral control.

Furthermore, at each step of the life skills development program, the researcher employed the life skills learning process by emphasizing student participation through group processes with divisions into sub-groups, games, brainstorming, playing assumed roles and group discussions together with using cartoon books with bright, colorful images and contents with main characters and friends studying in Grade 5. The cartoons books had expressions of opinions, good and bad behaviors and consequences from the aforementioned actions with the integration of points of view and practice guidelines to develop each life skill. Furthermore, there were also end-of-the-chapter questions at the end of each cartoon book about the stories in cartoon books to trigger student interest, cooperation at each step with better understanding and learning of life skills. The Department of Mental Health, Ministry of Public Health (2000) stated that life skills learning activities focused on student participation must be student-centered with emphasis on skills training and conscience building from student experiences in which students must perform and create great interest in students together with giving students better understanding of the contents learned and new learning leading to continual development or changes, which must occur as a result of interactions among students and between students and educators.

According to the study, most students were found to have cooperated well at each step because the researcher began to conduct the first activity by building relationships using the “Open, Adapt, Change” game. The students were interested and enjoyed the game. The conclusions from the game emphasized have an open mind when living with others, adapting to others, even though there are some things we do not like, and trying to change in a positive direction to live happily with one another. Hence, the students practice reflective thinking. Furthermore, the researcher used the technique of speaking with familiarity and smiling to reduce gaps in access; thus, the students felt relaxed and cooperated with the activities. Brainstorming enabled each student to have opportunities to express opinions and feelings together with using communication skills. In playing the game, the students practiced emotional and stress

management. Playing assumed roles in line with hypothetical situations allowed the students to train skills, causing the students to have deeper understanding and learning together with confidence in performing when encountering similar incidents or situations. The conclusions from playing the game, assumed roles in line with hypothetical situations and opinions from brainstorming made the students aware of positive and negative effects from having or not having various skills according to the conclusions from each activity. Hence, the students practiced comparative and reflective thinking. Group discussions enabled the students to exchange experiences and hear the opinions of friends, thereby enabling students to have sympathy for others and build good relationships, learn subjective norms of intimate acquaintances or friends toward students in order to analyze what is good or bad, whether or not having life skills causes exhibition of good behaviors and what true problems exist. The students were able to make decisions and solve problems correctly. The conclusions from the group discussions revealed guidelines for self-development to possess various life skills and perceive obstacles or problems in self-development. Every activity gave the students responsibility to work and become a part of the group work success. Students realized self value and pride, which was concurrent with the National Education Act of B.E. 2544 (2001 A.D.), which states that students are the most important part of the process in providing education and students must be supported in developing naturally and in line with interests; thus, the students will be able to modify behaviors and practice correct behaviors, thereby enabling them to effectively manage desires and challenges in daily life (Department of Curriculum and Instruction Development, Ministry of Education, 2000). The above finding was also found to concur with the study of Napawan Wongwichaiwat (2004), Orada Wongsawai (2004) and Napaporn Sena (2008) who found life skills development by using participatory learning to be able to give students higher degrees of life skills. The students were found to be interested and enjoyed participation in various activities. The students were also able to implement life skills knowledge in daily life. Therefore, with regard to proper forms of activities to develop life skills and good learning, preparation of activities motivating and emphasizing student participation together with training in hypothetical situations will give students confidence and intention to use and implement knowledge.

When the students read the cartoon books, they were observed and found to be excited and interested. The students were able to accurately summarize the contents of the cartoon books after reading because the cartoon books had bright, colorful images and contents with main characters and friends of the same age as models of good and bad behaviors similar to the behaviors performed by the students in daily life, which was clearly tangible in triggering the interest of students, thereby causing the students to have determination in perceiving and memorizing the content better while helping with more positive behavior modification (Jintana Baikasuyee, 1994; Tawan Matjarat and Pornprot Jenuwan, 2008; Bandura, 1977). The aforementioned finding concurred with the study of Karuna Srisan (2003) who found teaching by using cartoon book models to be capable of developing the ethical behaviors of Grade 4 students. The aforementioned reasons indicated the implementation of the life skills development program by using cartoon books in school-aged students to have given the students better development of life skills.

According to basic personal data, most students were found to have good to earn excellent grades, which helped them learn and understand the issues disseminated by the researcher. The students were observed to have good intentions and attention in activities together with asking questions for better understanding. Although a part of the students had occasional intention and attention in participating in the activities, the group processes and development of students at this age were found peers to be an important norm. Hence, most of the students with intention and attention to the activities helped the group members to participate in activities to their completion. Furthermore, most of the relationships among the students were good, thereby making the atmosphere of participatory learning in classes and participation in group activities among friends good. The students helped and understood one another well, which was consistent with the study of Nattaya Natjanteuk (2002) who found grades, educational atmosphere and relationships between students and friends to have positive influences on the life skills of students. The aforementioned finding was similar to the finding of a study by Orawan Joprakon (2008) who found relationships with friends and educational environments to influence the life skills of students and the findings of another study by Nisita Angkun (2009) who found educational environments to influence the life skills of school-aged students.

The findings of this study supported the concept of the World Health Organization (WHO, 1997) which states that arranging life skills education activities for school-aged students can help develop life skills, which is the same as having children with immunity against health problems and behavioral problems. The above findings concur with a study conducted by Pranaya Panpin (2008) who found elementary level students who received a life skills promotion program to have more life skills and behavioral adjustments to prevent substance abuse. Wasinee Chumking (2006) conducted another study and found Grade 5 students who had participated in life skills development group activities to have better affective domain life skills. Uratchaya Satjapong's study (2010) found students who received life skills education activities to have behaviors involving the consumption of more nutritious foods and Kanchana Punyapet's study (2008) found Grade 5 students who had received a life skills development program to have life skills in making friends of the opposite gender in better directions while the study of Amornrat Chobtamdee (2008) found Grade 4 students who received the life skills building program to have more life skills and reduced alcoholic beverage consumption behaviors.

According to the aforementioned reasons, it can be concluded that the life skills development program in the Ajzen's Theory of Planned Behavior (1991) consisted of motivational and fun activities focused on students gaining proper and consistent learning by dividing into groups and holding group discussions, brainstorming, games and playing hypothetical roles, which is comparable to practicing skills in hypothetical situations to build confidence in guidelines of implementation or positive behaviors together with using brightly colored cartoon books with models and stories focusing on and promoting increased positive behaviors or reduced negative behaviors caused Grade 5 students who received the life skills development program using cartoon books to have higher life skills than students who did not receive the life skills development plan using cartoon books in line with the set hypotheses.

Nevertheless, this study was unable to control external factors, such as communications, within the sample group and families, recommendations from persons or receipt of outside news, such as friends, teachers, televisions, information on the internet, radio or other public relations media, which may have impact on the findings. In addition, the activities of the life skills development program only

required a period for performance and follow-up on results. Hence, studies should be conducted with continual follow-up on the long-term effects of the life skills development program using cartoon books and the program should be integrated as part of educational curriculum to emphasize that students be aware of the importance of possessing life skills with continual life skills development.

Research Limitations

1. This study was unable to control external factors, such as communications, within the sample group and families, recommendations from persons or receipt of outside news from sources such as friends, teachers, televisions, information on the internet, radio or other public relations media, which may have had impact on the findings.
2. This study was conducted in a single school under the jurisdiction of Educational District Office, Bangkok Metropolitan. Therefore, the findings cannot be used in reference to population groups with characteristics different from the sample group for this study.

Recommendations for Implementation of the Findings

According to the findings, the effects of the life skills development program using cartoon books on Grade 5 students can be implemented in nursing administration, practice, education and research as follows:

Nursing Administration and Practice

1. According to the findings on studying the effects of the life skills development program using cartoon books, students were found to have developed life skills following participation in the program. Therefore, school nurses can implement this program as the first-stage life skills development guidelines in school-aged students. In implementing the program in schools, pediatric nursing or school hygiene policies should be set with projects to train the personnel involved, e.g. pediatric nurses and school nurses, to impart knowledge and understanding on the implementation of the life skills development plan using cartoon books.

2. Projects with activities to develop various aspects of life skills should be arranged together with educating teachers and parents on the topic of care skills, child development and skills in jointly finding children in risk groups. Parents should be allowed to participate in life skills development activities to gain understanding in the care of school-aged children and help promote life skills development properly and continually while forming parent networks to exchange news and information, provide support within the group and achieve sustainable development.

Education

1. Consideration should be given to integrating this program in education curriculum to make teachers and students aware of the importance of life skills in school-aged students and achieve continual development of life skills.

2. Knowledge should be obtained from training and recommendations for the life skills development program using cartoon books for teachers and school nurses to gain knowledge, understanding and cooperation in implementing the program in schools with pediatric nurses or school nurses as consultants while carrying out the program.

Nursing Research

1. Studies should be conducted to expand the effects of the life skills development program using cartoon books with students at other levels, including monitoring and assessment of long-term changes to consider periodic organization of life skills development programs for students.

2. The findings obtained guidelines in studying the effects of the life skills development program using cartoon books in other sample groups, such as children and youths outside the education system.

3. The findings should be implemented as guidelines in conducting studies to compare the effects obtained by implementing cartoon books with animation cartoons on the life skills of elementary level students.

บรรณานุกรม

- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2543). *แนวการจัดกระบวนการเรียนรู้ทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน*. กรุงเทพฯ : ศูนย์ลาดพร้าว.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2544). *คู่มือดูแลสุขภาพจิตเด็กวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: ศรีอนันต์การพิมพ์.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2547). *รายงานการทบทวนสถานการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศของเด็กวัยรุ่น: การเสริมสร้างทักษะชีวิตและการให้การปรึกษา*. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2549). *ระบาดวิทยาปัญหาด้านอารมณ์และพฤติกรรมของเด็กและวัยรุ่น ปี 2548*. กรุงเทพฯ: บิยอนด์ พับลิชชิง.
- กรรณิกา สุวรรณศิลป์. (2546). *การพัฒนาหลักสูตรกิจกรรมค่ายทักษะชีวิตป้องกันการใช้สารเสพติดสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 กลุ่มโรงเรียนท่าหิน จังหวัดขอนแก่น*. วิทยานิพนธ์ ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- กรรณิกา ศรีแสน. (2546). *ผลของการใช้หนังสือการดูแลตนเองต่อการพัฒนาพฤติกรรมจริยธรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยขอนแก่น*. วิทยานิพนธ์ ปริญญา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- กลอยใจ มีเครือรอด. (2544). *ผลของการให้ข้อมูลประกอบภาพการ์ตูนต่อพฤติกรรมการเผชิญความเครียดในเด็กวัยรุ่นก่อนเรียนขณะได้รับสารน้ำทางหลอดเลือดดำ*. วิทยานิพนธ์ ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- กิตติคุณ ชลวิถี. (2553). *บทบาทและประเภทของสื่อการสอน. ใน การอบรมเชิงปฏิบัติการ โครงการพัฒนาศักยภาพอาจารย์และนักศึกษาพยาบาลในการผลิตสื่อสุขภาพ (น.1-7)*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล.
- จินตนา ไบกาชุย. (2537). *การเขียนสื่อการเรียนการสอน*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.

- จิราภรณ์ กรรมบุตร. (2555). ผลของโปรแกรมอบรมพ่อแม่เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในบุตรวัยเรียนต่อทักษะชีวิตของเด็กวัยเรียน. วิทยานิพนธ์ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต, พยาบาลศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ชุติมา ไชยแสน. (2547). ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตและการปรับตัวของนักศึกษาปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ณัฏฐา ผาดจันทิก. (2545). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดลพบุรี. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ถวัลย์ มาศจรัส และพรพุด เจนสุวรรณ. (2551). นวัตกรรมการศึกษา ชุด การรู้เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ “การรู้เสริมการอ่าน”. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ธารอักษร.
- เทพ สงวนกิตติพันธ์. (2545). ทักษะชีวิต. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์.
- ชนพัชร แก้วปฎิมา. (2547). การพัฒนาแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิจัยและประเมินผลการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- นพวรรณ วงศ์ชัยวัฒน์. (2547). การพัฒนาทักษะชีวิตในการปฏิบัติตนให้รอดพ้นจากปัญหาสังคม โดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ปริญญาคุรุศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาประถมศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นพภรณ์ เสนา. (2551). ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตด้วยกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อทักษะชีวิตในด้านการป้องกันความรุนแรงด้านร่างกายของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดสมุทรสาคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาเอกอนามัยครอบครัว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นิชรา เรืองคารกานนท์. (2547). พัฒนาการและแนวโน้มปัญหาของเด็กไทย. กรุงเทพฯ: เอกสารหาใหญ่.
- นิตยา คชภักดี. (2551). พัฒนาการเด็ก. ใน นิชรา เรืองคารกานนท์, ชาคริยา ชีเรนทร, รวีวรรณ รุ่งไพรวัลย์, ทิพวรรณ หรรษคุณาชัย และ นิตยา คชภักดี (บก.), ตำราพัฒนาการและพฤติกรรมเด็ก (หน้า 359-394). กรุงเทพฯ: โฮลิสติก แพบลิชชิง.
- นิตยา ไทยาภิรมย์. (2555). การสร้างเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียน. ใน พิมพ์ภรณ์ กลั่นกลิน (บก.), การสร้างเสริมสุขภาพเด็กทุกช่วงวัย (หน้า 123-153). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา.

- นิสิตา อังกุล. (2552). *ปัจจัยที่มีผลต่อทักษะชีวิตของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 3 สังกัด กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาวิจัยและสถิติ การศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- เบญจพร ปัญญาขง. (2547). *พัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม-จริยธรรมในเด็กอายุ 10-18 ปี. ใน ศิริกุล อิศรานุกัษ์, พัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ-สังคม-จริยธรรมของเด็กไทย (หน้า 59-79). กรุงเทพฯ: เอกสารหาดีใหญ่.*
- ปัญญรัตน์ ลาภวงศ์วัฒนา, สุณีย์ ละกำป็น, ทศนีย์ นนทะสร, และปรญา นันทสุคนธ์. (2547). *ประสิทธิผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อการป้องกันการสูบบุหรี่ของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เขตกรุงเทพมหานคร. วารสารพยาบาลสาธารณสุข, 18(1), 49-60.*
- ผกา สัตยธรรม. (2551). *สุขภาพจิตเด็ก. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.*
- พรทิพย์ เทพบางจาก. (2550). *ผลของการให้ข้อมูลผ่านหนังสือการ์ตูนต่อความรู้ในการป้องกันการ ติดเชื้อของเด็กวัยเรียน. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการ พยาบาลด้านการควบคุมการติดเชื้อ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*
- พิงพิศ โตอ่อน. (2553). *ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตาม แผนร่วมกับแรงสนับสนุนทางสังคมในการพัฒนาพฤติกรรมเพื่อป้องกันโรคฟันผุใน นักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3-4 โรงเรียนเทศบาลบ้านหนองแขว เทศบาลนคร ขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.*
- มณฑิรา มลารักษ์. (2546). *ผลของการใช้เทคนิคแม่แบบในการพัฒนาทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัย เพื่อป้องกันสารเสพติดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนกิ่งเพชร กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ , บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- รุจา ภูไพบูลย์, อรุณศรี เตชสังข์, สมร อริยานุชิตกุล, ชื่นฤดี คงศักดิ์ตระกูล, เพชรรัตน์ เกิดดอน แผลก, จำปี ประสิทธิ์ชัย, และคณะ. (2553). *การประชุมเชิงปฏิบัติการ “การพัฒนา ทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพนักเรียนประถมศึกษาและการมีส่วนร่วมของครอบครัว (ครั้งที่ 2)” ภายใต้โครงการพัฒนาศักยภาพประชากรไทย. คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล.*
- รุจา ภูไพบูลย์. (2549). *การเสริมสร้างสุขภาพวัยรุ่นแบบมีส่วนร่วม. กรุงเทพฯ: บริษัทจุดทอง.*

- วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี. (2546). *หลักการสอนการพัฒนาทักษะชีวิต*. กรุงเทพฯ: ด้านสุขภาพการพิมพ์.
- วาสิณี ชุ่มกิ่ง. (2549). *ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการแนะแนวและให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- วิลาศลักษณ์ ชั่ววัลลี. (2543). *ความสามารถทางอารมณ์ของเด็กปฐมวัยและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง*. ใน อัจฉรา สุขารมณ์, วิลาศลักษณ์ ชั่ววัลลี และอรพินทร์ ชูชม, *รวบรวมบทความวิชาการ EQ* (หน้า 63-87). กรุงเทพฯ: Desktop.
- วุฒิพงศ์ ลิ้มปวีโรจน์. (ไม่ได้ระบุวันที่). *ทักษะชีวิต (หน่วยที่ 1)*. ได้รับเมื่อ 27 เมษายน 2553, จาก http://www.edu.chandra.ac.th/teacherAll.mdra/data/pdf/life_skill.pdf.
- สมาภรณ์ แผนสมบุญ. (2548). *ผลของโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดจันทรสโมสร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว), บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศรัณญา ไพรวันรัตน์. (2543). *ผลของการใช้หนังสือการ์ตูนที่ดำเนินเรื่องโดยตัวเอกที่นักเรียนคุ้นเคยและพึงพอใจต่อมโนทัศน์ทางจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์สุจริต*. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษา มหาบัณฑิต, สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2549). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม 1*. (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพฯ: บริษัทพิมพ์ดี.
- ศิริกุล อิศรานุรักษ์, สุธรรม นันทมงคลชัย และดวงพร แก้วศิริ. (2546). *โครงการพัฒนาระดับสติปัญญาเด็กวัยต่างๆ ของประเทศ ระยะที่ 2: การส่งเสริมพัฒนาการด้านการเรียนรู้แก่เด็กโดยครอบครัวและการประเมินผล*. นครปฐม: สถาบันพัฒนาการสาธารณสุขอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศิริพร ชาสุรินทร์. (2553). *ผลของการใช้โปรแกรมการวางแผนพฤติกรรมต่อทัศนคติ บรรทัดฐานการรับรู้ ความสามารถในการควบคุม ความตั้งใจและพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ในวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการพยาบาลเด็ก, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.

- ศิริวรรณ โพธิ์วัน. (2546). ความสัมพันธ์ระหว่างเจตนาในการกระทำพฤติกรรมบริโภคอาหารเพื่อการเล่นกีฬาและการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมกับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อการเล่นกีฬา ของนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาการศึกษาระดับสูง วิทยาลัยพลศึกษาในเขตภาคกลาง ตามทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2536). พัฒนาการเด็กและการเลี้ยงดู. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สุชา จันทรเฒ. (2543). จิตวิทยาเด็ก. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุวรรณ พิสุทธิศรี. (2547). School mental health. ใน พัฒน์ มหาโชคเลิวัฒนา, สุวรรณ เรืองกาญจนเศรษฐ์, วิฑูรณ บุญสิทธิ และ วิโรจน์ อารีย์กุล (บก.), กลยุทธ์การดูแลและส่งเสริมสุขภาพ “วัยรุ่น” (หน้า 241-246). กรุงเทพฯ: ชัยเจริญ.
- อมรรัตน์ ขอบธรรมดี. (2551). ประสิทธิภาพของโปรแกรมการสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 4. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตร มหาบัณฑิต, สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติครอบครัว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- อรดา วงษ์ไสว. (2547). ผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่มีต่อทักษะชีวิตในการป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาราชบุรี เขต 2 (สำนักงานการประถมศึกษา). วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อรรณ เจาะประโคน. (2551). ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อทักษะชีวิตของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 3 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศรีสะเกษ เขต 3. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการวิจัยการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- อุรัชชา สัจจาพงศ์. (2553). การใช้กิจกรรมทักษะชีวิตในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษา เขตเทศบาล จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

เอี่ยมพร เทพแจ่มใส. (2550). *ความสัมพันธ์ระหว่างหน้าที่ครอบครัวกับทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันการเสพยาบ้าในวัยรุ่น: กรณีศึกษาศูนย์แพทย์ชุมชนวัดอินทาราม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา.

Ajzen, I. (1988). *Attitudes, personality, and behavior*. Chicago, Illinois: Dorsey press.

Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Social Human Decision Processes*, 50, 179-211.

Alvarez, C., Villaruel, A., & Zhou, Y. (2010). Predictors of Condom Use Among Mexican Adolescents. *Research and Theory for Nursing Practice: An International Journal*, 24(3), 187-196

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall, Inc.

Botvin, G. & Giffin, K. (2001). Life skills training: theory, methods, and effectiveness of a drug abuse prevention approach. *Innovations in Adolescent Substance Abuse Interventions*, 31-50.

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. 2nd ed. Hillsdaler, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Enah, C. (2004). *An intervention to increase intention and behavioral skills to postpone sexual activity in Cameroonian preadolescent female students*. A dissertation submitted for the degree of Doctor of Philosophy, Division of Research and Advanced Studies of The University of Cincinnati.

Hedges, L. V., & Olkin, I. (1985). *Statistical methods for meta-analysis*. Orlando, FL: Academic press.

Johnson, R. (2004). *Psychosocial factors associated with women's behavioral intentions to store firearms safely: an application of the theory of planned behavior*. A dissertation submitted for the degree of Doctor of Philosophy, Faculty of The University of North Carolina.

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.

- Rahmati, B. Adibrad, N. Tahmasian, K. & Saleh sedghpour, B. (2010). The effectiveness of life skills training on social adjustment in children. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5(2010), 870-874.
- Rodgers, C. (2007). Health promotion of the school-age child and family: Chapter 17. In *Wong's nursing care of infants and children* (8th ed.). Hockenberry, M. & Wilson, D. ed. Canada: Mosby.
- Sobhi-Gharamaleki, N. & Rajabi, S. (2010). Efficacy of life skills training on increase of mental health and self esteem of the students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5(2010), 1818-1822.
- Suparp, J. Boonyathan, W. Kittipichai, W. & Chamroonsawasdi, K. (2010). Life skills development program to reduce bullying and to promote good practices among primary school student, Samut-Sakorn province, Thailand. *Journal of Public Health*, 40(1), 7-16.
- Visser, M. (2005). Life skills training as HIV/AIDS preventive strategy in secondary schools: evaluation of a large-scale implementation process. *Journal of Social Aspects of HIV/AIDS*, 2(1), 203-216.
- World Health Organization (WHO). (1997). *Life skills education for children and adolescents in school programme on mental health*. Geneva.
- World Health Organization (WHO). (2009). *Violence prevention: preventing violence by developing life skills in children and adolescents (strategies 2)*. Retrieved February 10, 2011, from WHO website: http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/4th_milestones_meeting/publications/en/index.html



ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ ในการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของ โปรแกรมพัฒนา
ทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อรุณศรี เตชัสหงส์
ภาควิชาการพยาบาลเด็ก โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. จิราภรณ์ กรรมบุตร
กลุ่มวิชาการพยาบาลอนามัยชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
3. อาจารย์ กมลทิพย์ เฟ่งผล
โรงเรียนอนุบาลสามเสน (สำนักงานสลากกินแบ่งรัฐบาลอุปถัมภ์)

ภาคผนวก ข**แผนการดำเนินโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูน
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5**

ผู้ดำเนินกิจกรรม ร้อยเอกหญิง พิชญากร ศรีปะโค

สถานที่ โรงเรียนประถมศึกษา

ระยะเวลาดำเนินกิจกรรม จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที สัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวมเป็นระยะเวลา
12 สัปดาห์

วิธีการประเมินผล

1. สังเกตจากการให้ความสนใจ การตอบคำถาม และการแสดงความคิดเห็น
2. สังเกตจากการให้ความร่วมมือในกลุ่มและการมีส่วนร่วมในการอภิปรายในกลุ่ม
3. จากใบงานและการนำเสนอผลการอภิปรายกลุ่ม
4. จากแบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา

ครั้งที่ 1: กิจกรรมการสร้างสัมพันธภาพและการปฐมนิเทศ

เวลา 60 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างทีมผู้นำกิจกรรมและนักเรียน
2. เพื่อละลายพฤติกรรม
3. เพื่อให้ นักเรียนตระหนักถึงประโยชน์ ความสำคัญของการมีทักษะชีวิต ทราบถึง
แนวทางในการดำเนินกิจกรรม และเกิดความร่วมมือในการดำเนินกิจกรรม

สาระสำคัญ

การเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม ต้องใช้วิธีการเรียนการสอนที่มีปฏิสัมพันธ์การเรียนรู้ร่วมกัน
ระหว่างผู้เรียนและผู้สอน โดยการเรียนรู้ในลักษณะร่วมคิดร่วมแสดงความคิดเห็นและสรุป
ข้อคิดเห็นร่วมกัน ซึ่งการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างทีมผู้นำกิจกรรมกับนักเรียน จะทำให้การเรียนรู้
อย่างมีส่วนร่วมมีประสิทธิภาพมากขึ้น

วิธีดำเนินการ

หัวข้อ	วิธีดำเนินการ	สื่อ/อุปกรณ์
การสร้าง สัมพันธภาพ และการ ปฐมนิเทศ (60 นาที)	1. ผู้นำกิจกรรมแนะนำตัวและช่วยผู้นำกิจกรรม 2. สร้างสัมพันธภาพและละลายพฤติกรรมด้วยการเล่นเกมส์ “เปิด ปรับ เปลี่ยน” ดังนี้ - ให้นักเรียนจับคู่และเป่ายิงฉุบ จากนั้นให้คนที่ชนะเป็นผู้กำมือไว้ให้แน่น และให้คนที่แพ้เป็นคนแกะมือผู้ชนะ ให้เวลา 1 นาที โดยใช้วิธีการใดๆ ก็ได้ จากนั้นให้สลับหน้าที่กัน - แจกใบงานที่ 1 ให้นักเรียนทุกคน คนละ 1 แผ่น โดยมีคำสั่งให้นักเรียนวาดรูปเพื่อนที่เป็นคู่ของเราด้วยมือข้างที่ถนัด ให้เวลา 1 นาที จากนั้นให้วาดรูปนั้นอีกครั้งด้วยมือข้างที่ไม่ถนัด ให้เวลาอีก 1 นาที - ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นว่าได้รับอะไรจากกิจกรรม “เปิด ปรับ เปลี่ยน” - ผู้นำกิจกรรมสรุปกิจกรรม ในประเด็นดังนี้ สิ่งแรกในการอยู่ร่วมกัน คือการเปิดใจ ซึ่งเหมือนกับการแกะมือของเพื่อน ถ้าเราปล่อยมือเราจะไม่เจ็บ เพื่อนก็ไม่เหนื่อย แต่ถ้าหากเรากำแน่นเราก็เจ็บ ส่วนการปรับตัวเข้าหาผู้อื่นในการอยู่ร่วมกันนั้น เป็นสิ่งสำคัญและจำเป็น ถึงแม้ว่าเราจะไม่ชอบ แต่เป็นสิ่งที่ควรทำ ซึ่งเหมือนกับการวาดรูปด้วยมือข้างที่ไม่ถนัด แม้ว่าผลงานจะออกมาไม่ดี แต่นั่นก็แสดงว่าเราทำได้ ดังนั้นเราควรเปิดใจให้กว้างในการยอมรับ ปรับตัวเข้าหาผู้อื่น และพยายามปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีเพื่อให้อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข 3. ผู้ช่วย ฯ แจกหนังสือการ์ตูนเล่มที่ 1 เรื่อง มารู้จักชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพ ให้นักเรียนทุกคน	1. ใบงานที่ 1 2. หนังสือการ์ตูนเล่ม 1 เรื่อง มารู้จักชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตและทักษะสุขภาพ 3. นกหวีด

หัวข้อ	วิธีดำเนินการ	สื่อ/อุปกรณ์
	4. ผู้นำกิจกรรมเล่าเรื่องในการ์ตูนไปพร้อมกับให้นักเรียนดูภาพประกอบ 5. ผู้นำกิจกรรมซักถามและให้นักเรียนอภิปรายเกี่ยวกับทักษะชีวิตและเพื่อสรุปเนื้อหาในการ์ตูน ดังนี้ - หนังสือการ์ตูนมีจำนวนทั้งหมดกี่เรื่อง? : 13 เรื่อง แต่ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะชีวิตมี 10 เรื่อง เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต 10 ด้าน คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง การคิดเชิงวิเคราะห์และการบริโภคสื่อ การตัดสินใจและการแก้ปัญหา การควบคุมกับอารมณ์ ความซื่อสัตย์ ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความพอเพียง ความรับผิดชอบต่อตนเอง ความรับผิดชอบต่อครอบครัว และความรับผิดชอบต่อสังคม - ทักษะชีวิตหมายถึงอะไร: ความสามารถของบุคคลที่จะจัดการกับความต้องการและสิ่งที่ท้าทายต่างๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น การคบเพื่อน ความเครียด การปรับตัว หรือปัญหาเฉพาะ เช่น ยาเสพติด สุขภาพ และสามารถที่จะรู้จักแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมเมื่อมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น - การที่นักเรียนมีทักษะชีวิตมีประโยชน์อย่างไร: เมื่อนักเรียนมีทักษะชีวิต (ความสามารถดังกล่าวข้างต้น) ก็จะทำให้นักเรียนปรับตัวและมีพฤติกรรมที่เหมาะสมต่อทุกสถานการณ์ในการดำเนินชีวิตได้ นำไปสู่การมีสภาวะสุขภาพจิตและสุขภาพกายที่ดี - เหตุใดทักษะชีวิตจึงจำเป็นต่อการดำเนินชีวิตของนักเรียนในยุคปัจจุบัน: เพราะสังคมในยุคปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วจากความก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยี ซึ่งมีอิทธิพลต่อค่านิยม วัฒนธรรมและประเพณีของนักเรียน เช่น การแต่งกาย การบริโภค การเข้าถึงสิ่งเสพติด การเข้าถึงสื่อ	

หัวข้อ	วิธีดำเนินการ	สื่อ/อุปกรณ์
	อินเทอร์เน็ต โฆษณา การรณรงค์สงวนตัว และต้องแข่งขันกับผู้อื่นเพื่อให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมเพื่อให้อยู่รอดในสังคมได้ 6. ผู้นำชักถามเพื่อกระตุ้นให้นักเรียนมีความสนใจอยากอ่านหนังสือการ์ตูน 7. สรุปกิจกรรมทั้งหมด ในประเด็นดังนี้ - ให้นักเรียนเปิดใจ มีจิตใจที่อยากเข้าร่วมกิจกรรม และเตรียมตัวเพื่อพร้อมรับและให้ความร่วมมือในการการดำเนินกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของตนเองร่วมกับผู้นำกิจกรรมและเพื่อนๆ ได้อย่างมีความสุขในครั้งต่อไป รวมทั้งหมด 12 ครั้ง - ให้นักเรียนเริ่มปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อให้มีความสุขในการดำเนินชีวิต และให้พ่อแม่มีความสุข	

ใบงานที่ 1

- คำชี้แจง** 1. ให้นักเรียนวาดรูปเพื่อนที่เป็นคู่ของเราด้วยมือข้างที่นักเรียนถนัด ให้เวลา 1 นาที
2. ให้นักเรียนวาดรูปเพื่อนที่เป็นคู่ของนักเรียน (รูปเดิม) อีกครั้งด้วยมือข้างที่ไม่ถนัด ให้เวลา 1 นาที



ครั้งที่ 2: กิจกรรมพัฒนาทักษะความภาคภูมิใจในตนเอง

เวลา 60 นาที

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักรู้ในคุณค่าของตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง มีการยอมรับนับถือตนเอง

สาระสำคัญ

คุณค่าของคนแต่ละคนไม่เหมือนกัน บางคนเรียนเก่ง บางคนเล่นกีฬาเก่ง หากนักเรียนตระหนักได้ถึงคุณค่าของตนเอง ก็จะมีภาคภูมิใจในตนเอง และยอมรับนับถือตนเอง

วิธีดำเนินการ

หัวข้อ/ เวลา	วิธีดำเนินการ	สื่อ/อุปกรณ์
ปรับทัศนคติ (15 นาที)	ปรับทัศนคติต่อการมีทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเอง โดยใช้เกมส์ “คนตาบอดขาเสีย” ดังนี้ 1. แบ่งกลุ่มนักเรียน 4 กลุ่ม (กลุ่มเดิมตลอดการดำเนินกิจกรรม 10 ครั้ง) และส่งตัวแทนกลุ่มละ 2 คน 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8.	1. ผ้าผูกขา และผ้าผูกตา อย่างละ 5 ชุด 2. เชือกฟาง และกล่องสำหรับทำเป็นเส้นทางและสิ่งกีดขวาง 3. นกหวีด
ปรับทัศนคติและสร้างการรับรู้บรรทัดฐานของสังคม (30 นาที)	1. แจกหนังสือการ์ตูนเล่ม 2 เรื่อง หนูภูมิใจในตนเอง และเล่าเรื่องในหนังสือการ์ตูนไปพร้อมกับให้นักเรียนดูภาพประกอบ 2. 3. 4. 5. 6.	1. หนังสือการ์ตูนเล่ม 2 เรื่อง หนูภูมิใจในตนเอง 2. ใบงานที่ 2: หนูภูมิใจในตนเอง 3. ใบสรุปประเด็นอภิปรายที่ 2: หนูภูมิใจในตนเอง

หัวข้อ/ เวลา	วิธีดำเนินการ	สื่อ/อุปกรณ์
เพิ่มการรับรู้ ความสามารถ ในการ ควบคุม พฤติกรรม (10 นาที)	1. ผู้นำซักถามให้นักเรียนอภิปรายเกี่ยวกับแนวทางการ แก้ไขปัญหาและอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้นในการพัฒนา ตนเองให้เป็นคนที่มีความภาคภูมิใจในตนเอง สรุป ประเด็นปัญหาและแนวทางการแก้ไข ดังนี้ 2.	1.รูปภาพนักกีฬา เหรียญทอง โอลิมปิก 2.
เสริมสร้าง ความตั้งใจใน การแสดง พฤติกรรม (5 นาที)	1. ผู้นำกิจกรรมกล่าวคำชมเชยและให้นักเรียนปรบมือ ให้กับตนเองและกลุ่ม ที่สามารถสรุปการอภิปรายปัญหา จากคำถามท้ายเรื่องหนังสือการ์ตูน ซึ่งแสดงถึงการมี พฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมได้ 2. 3. 4.	1.บอร์ดสะสม คะแนน (ดาว) ประจำกลุ่ม จำนวน 4 อัน 2.สติ๊กเกอร์รูปดาว

ใบงานที่ 2: หนูภูมิใจในตนเอง

กลุ่มที่..... ชื่อกลุ่ม.....
 ประธานกลุ่ม..... เลขานุการกลุ่ม.....
 สมาชิก 1..... 2.....
 3..... 4.....
 5..... 6.....
 7..... 8.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนทุกคนร่วมกันวิเคราะห์และอภิปรายความคิดเห็นลงในช่องว่างที่กำหนด

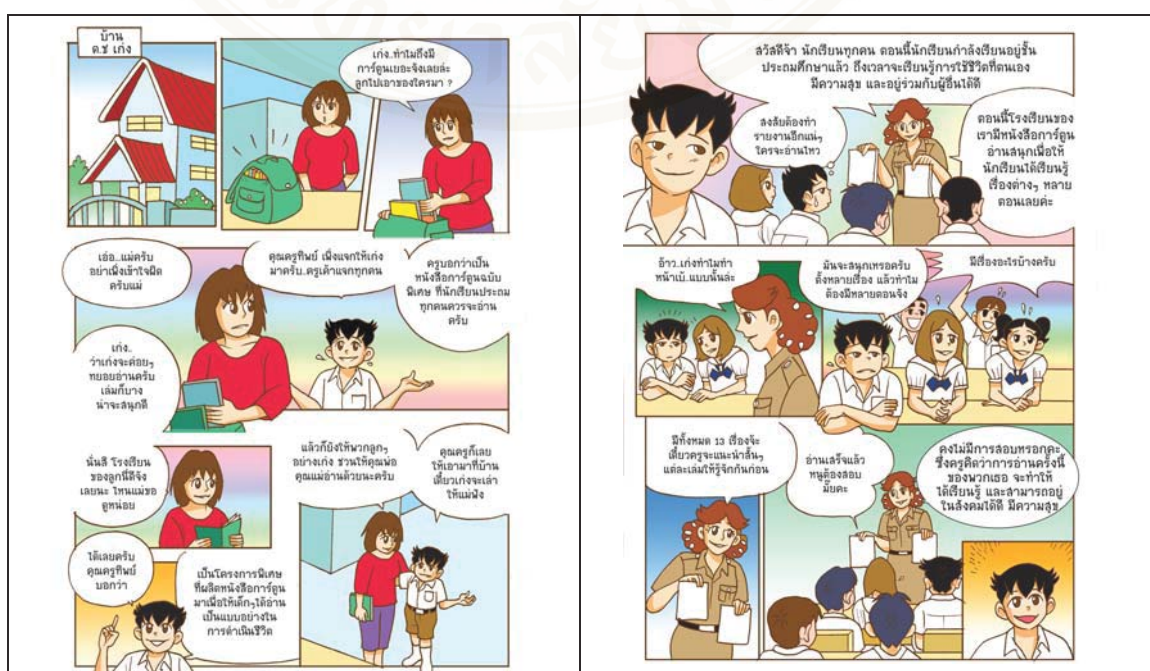
ประเด็นอภิปราย	ความคิดเห็นของสมาชิกกลุ่ม/ ข้อเสนอของกลุ่ม
1. นักเรียนคิดว่าการที่คนเรามี รูปร่าง หน้าตาที่ไม่สวยไม่หล่อสามารถมีความภาคภูมิใจในรูปลักษณ์ของตัวเองได้หรือไม่	
2. นักเรียนคิดว่าการที่คนเราไม่ได้เก่งหรือมีความสามารถเหมือนคนอื่น ๆ ในบางเรื่องจะต้องเสียใจหรือไม่	
3. นักเรียนคิดว่าการที่เราเกิดมาในครอบครัวที่ไม่ได้ร่ำรวยเหมือนคนอื่นสามารถภูมิใจในครอบครัว หรือสิ่งของที่ตนเองมีได้หรือไม่	
4. นักเรียนคิดว่าตนเองมีอะไรที่ทำให้ นักเรียนรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง ณ ปัจจุบัน (ให้ทุกคนคิดมาคนละ 2 ข้อ)	
5. นักเรียนคิดว่าพ่อแม่มีส่วนช่วยทำให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจในตนเองหรือไม่ อย่างไร ช่วยอธิบาย	

ใบสรุปประเด็นอภิปรายที่ 2: หนูภูมิใจในตนเอง

ประเด็นอภิปราย	ข้อสรุป/ แนวคิดที่ควรได้รับ
1. นักเรียนคิดว่าการที่คนเรามี รูปร่าง หน้าตา ที่ไม่สวยไม่หล่อสามารถมีความภาคภูมิใจ ในรูปลักษณ์ของตัวเองได้หรือไม่	- ได้ เพราะคนเราไม่จำเป็นต้องหล่อ/สวยเหมือนใคร อีกทั้งไม่มีใครมีหน้าตาเหมือนเรา ดังนั้นจึงภูมิใจว่าเราหล่อ/สวยที่สุด
2. นักเรียนคิดว่าการที่คนเราไม่ได้เก่งหรือมีความสามารถเหมือนคนอื่นๆในบางเรื่อง จะต้องเสียใจหรือไม่	- ไม่จำเป็น เพราะไม่มีใครในโลกเก่งไปทุกอย่าง คนเรามีความสามารถได้แตกต่างกันไป
3. นักเรียนคิดว่าการที่เราเกิดมาในครอบครัว ที่ไม่ได้ร่ำรวยเหมือนคนอื่นสามารถภูมิใจ ในครอบครัว หรือสิ่งของที่ตนเองมีได้หรือไม่	- ได้ เพราะถึงแม้ว่าเราไม่ได้มีจุดเด่นคือเกิดมาในครอบครัวที่ร่ำรวย แต่ครอบครัวของเราก็อาจมีจุดดีหรือจุดเด่นในด้านอื่นๆ ทดแทน ดังนั้นเราก็สามารถภูมิใจในครอบครัวหรือสิ่งที่เรามีได้เช่นกัน
4. นักเรียนคิดว่าตนเองมีอะไรที่ทำให้ นักเรียนรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง ณ ปัจจุบัน (ให้ทุกคนคิดมาคนละ 2 ข้อ)	- สรุปสิ่งที่นักเรียนอภิปราย - ขอให้นักเรียนพึงพอใจในสิ่งที่นักเรียนมีหรือเป็นเหล่านั้นซึ่งไม่จำเป็นต้องเหมือนใคร เชื่อว่าตนเองก็มีคุณค่า และจงภูมิใจในตนเอง
5. นักเรียนคิดว่าพ่อแม่มีส่วนช่วยทำให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจ ในตนเองหรือไม่ อย่างไร ช่วยอธิบาย	- ได้ โดยการชื่นชมนักเรียนเมื่อนักเรียนทำดี เป็นคนดี ขอมรับและเห็นคุณค่าในสิ่งที่นักเรียนเป็น และกล่าวคำภูมิใจแก่นักเรียนเสมอๆ

ภาคผนวก ค

ตัวอย่างชุดหนังสือการ์ตูนพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา





ภาคผนวก ง
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบสอบถาม

การวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยใช้หนังสือการ์ตูนต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 2 ส่วน
 ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป จำนวน 15 ข้อ
 ส่วนที่ 2 แบบวัดทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา จำนวน 46 ข้อ
2. การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเพื่อทำวิทยานิพนธ์ของนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล และจะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อตัวผู้ตอบ จึงขอให้ตอบแบบสอบถามตรงตามความเป็นจริง โดยไม่ต้องเขียนชื่อ คำตอบที่ได้จะถือเป็นความลับ
3. ให้นักเรียนอ่านคำชี้แจงของแบบสอบถามแต่ละส่วนก่อนลงมือทำ และโปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อตามความเป็นจริง

ขอขอบคุณนักเรียนทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ

ร.อ.หญิง พิชญากร ศรีปะโค

นักศึกษานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

มหาวิทยาลัยมหิดล

ภาคผนวก จ

การทดสอบการแจกแจงของตัวแปรทักษะชีวิต

โดยใช้ Komogorov-Smirnov Test

1. ทดสอบการแจกแจงของคะแนนทักษะชีวิตก่อนและหลังทดลองของกลุ่มทดลอง พบว่ามีการแจกแจงแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$) เป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นการใช้สถิติ t-test

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		total pre	total post
N		36	36
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	156.6667	165.1389
	Std. Deviation	15.32505	7.82360
Most Extreme Differences	Absolute	.136	.183
	Positive	.119	.104
	Negative	-.136	-.183
Kolmogorov-Smirnov Z		.817	1.096
Asymp. Sig. (2-tailed)		.518	.181

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

2. ทดสอบการแจกแจงของคะแนนทักษะชีวิตก่อนและหลังทดลองของกลุ่มควบคุม พบว่ามีการแจกแจงแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > .05$) เป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นการใช้สถิติ t-test

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		total pre	total post
N		31	31
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	157.3871	158.2581
	Std. Deviation	14.70074	14.87272
Most Extreme Differences	Absolute	.167	.123
	Positive	.083	.092
	Negative	-.167	-.123
Kolmogorov-Smirnov Z		.929	.685
Asymp. Sig. (2-tailed)		.354	.737

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ-สกุล	ร้อยเอกหญิง พิชญากร ศรีปะโค
วัน เดือน ปี เกิด	13 มีนาคม 2523
สถานที่เกิด	จังหวัดอุดรธานี ประเทศไทย
วุฒิการศึกษา	วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก พ.ศ. 2540 - 2545 พยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. 2552 - 2555 พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลเด็ก คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
ตำแหน่ง และสถานที่ทำงาน	อาจารย์พยาบาล ภาควิชาการพยาบาลกุมารเวชศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก พ.ศ. 2550 - ปัจจุบัน
ที่อยู่ติดต่อ	วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก 317/6 ถ.ราชวิถี แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร 10400 Email: mathawee35@hotmail.com