



ใบรับรองวิทยานิพนธ์
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว)

ปริญญา

จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

สาขา

ภาควิชา

เรื่อง ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา

The Effects of a Peer Relations Development School Camp on the Ability of
Peer Adjustment of Mathayomsuksa 1 Students at Chokchai Samakee School
in Chok Chai District Nakhon Ratchasima Province

นามผู้วิจัย นางวาสนา ฤทธิสิทธิ์

ได้พิจารณาเห็นชอบโดย

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(รองศาสตราจารย์รุ่งแสง อรุณไพโรจน์, Ph.D.)

หัวหน้าภาควิชา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วรพิมพ์ ธีระวัฒน์, ศศ.ม.)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์รับรองแล้ว

(รองศาสตราจารย์กัญจนา วีระกุล, D.Agr.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่ เดือน พ.ศ.

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถ
ในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา

The Effects of a Peer Relations Development School Camp on the Ability of
Peer Adjustment of Mathayomsuksa 1 Students at Chokchai Samakee
School in Chok Chai District Nakhon Ratchasima Province

โดย

นางวาสนา ฤทธิสิทธิ์

เสนอ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
เพื่อความสมบูรณ์แห่งปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว)

พ.ศ. 2552

วาสนา ฤทธิสิทธิ์ 2552: ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา ปรินญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว) สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์รุ่งแสง อรุณไพโรจน์, Ph.D. 141 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อเปรียบเทียบการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ กับนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมฯ 2) เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ กับนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมฯ 3) เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ 1) โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพ 2) แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน 3) แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน 4) แบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพแต่ละครั้ง แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมค่ายโรงเรียน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ Paired t-test และ Independent t-test

จากการศึกษาพบว่า 1) หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการปรับตัวเข้ากับเพื่อนแตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 2) หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนแตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 3) นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนการปรับตัวเข้ากับเพื่อนก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 4) หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการปรับตัวและคะแนนการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนแตกต่างจากนักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 5) นักเรียนกลุ่มทดลองมีความเห็นว่าการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ช่วยให้นักเรียนมีแนวทางและสามารถที่จะนำความรู้และประสบการณ์ในการเข้าค่ายไปประยุกต์ในชีวิตประจำวันได้

Wasana Ritthisit 2009: The Effects of a Peer Relations Development School Camp on the Ability of Peer Adjustment of Mathayomsuksa 1 Students at Chokchai Samakee School in Chok Chai District Nakhon Ratchasima Province. Master of Arts (Educational Psychology and Guidance), Major Field: Educational Psychology and Guidance, Department of Educational Psychology and Guidance. Thesis Advisor: Associate Professor Rungsang Arunpairojana, Ph.D. 141 pages.

The purposes of this research were: 1) to compare the peer relations of experimental group before and after participated in the Peer Relations Development School camp. 2) to compare the peer adjustment of experimental group before and after participated in the Peer Relations Development School camp. 3) to study opinions of the experimental group who participated in a Peer Relations Development School camp. The instruments used in this research were: 1) a Peer Relations Development School Camp. 2) the peer adjustment questionnaire. 3) the peer relations questionnaire, and, 4) students' self-report and students' opinions towards a Peer Relations Development School Camp. The data were analyzed by using paired t-test and independent t-test.

The research results indicated that: 1) there were significant differences at the 0.05 level between the pre- and post-test scores on the peer adjustment of the experimental group. 2) there were significant differences at the 0.05 level between the pre- and post-test scores on the peer relations of the experimental group. 3) there was no difference between the pre- and post-test scores on the peer adjustment of the control group. 4) there were significant differences at the 0.05 level between the post-test scores on the peer adjustment and the peer relations of the experimental group and the control group. 5) the experimental group reported that Peer Relations Development School Camp helped them adjust themselves to others and they can apply their experiences in their daily's social activities.

Student's signature

Thesis Advisor's signature

____ / ____ / ____

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ด้วยความกรุณาอย่างสูงยิ่งของ รองศาสตราจารย์ ดร. รุ่งแสง อรุณไพโรจน์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ซึ่งท่านได้กรุณาให้คำปรึกษาและคำแนะนำ เพื่อแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ อันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการวิจัยในครั้งนี้ ซึ่งผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้ และขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ฉัตรศิริ ปิยะพิมลสิทธิ์ ประธานการสอบ รองศาสตราจารย์ สิริวรรณ สารนาค ผู้ทรงคุณวุฒิภายนอก ที่ได้ให้คำแนะนำเพิ่มเติมเพื่อความสมบูรณ์ของวิทยานิพนธ์

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชัชวาลย์ กุลโกวิท, ผู้ช่วยศาสตราจารย์กรกฏา นกคุ้ม และอาจารย์พิชญ์มณฑน์ ลีกำเนิดไทย ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะที่มีประโยชน์ในการปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์จากผู้อำนวยการโรงเรียน โชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัด นครราชสีมา ในการเข้าไปทดลองโปรแกรมค่ายโรงเรียน ซึ่งผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในพระคุณของท่านยิ่ง และขอขอบคุณ คณะครู นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทุกคนที่ได้ให้ความช่วยเหลือและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีจนทำให้งานวิจัยนี้สำเร็จได้

สุดท้าย ขอขอบคุณครอบครัวของผู้วิจัย รวมถึงน้องๆ นิสิตสาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนวทุกคนที่ได้ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยด้วยดีเสมอมาจนทำให้วิทยานิพนธ์เรื่องนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

วาสนา ฤทธิสิทธิ
มีนาคม 2552

สารบัญ

หน้า

สารบัญตาราง	(3)
สารบัญภาพ	(5)
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	5
ขอบเขตการวิจัย	5
ข้อตกลงเบื้องต้น	7
นิยามศัพท์	7
บทที่ 2 การตรวจเอกสาร	9
แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว	10
แนวคิดเกี่ยวกับสัมพันธภาพ	25
แนวคิดเกี่ยวกับการจัดค่าย	38
แนวคิดเกี่ยวกับการถ่ายทอดความรู้	51
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	60
สมมติฐานการวิจัย	63
บทที่ 3 วิธีการวิจัย	64
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	64
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	65
การดำเนินการทดลอง	71
การวิเคราะห์ข้อมูล	73
บทที่ 4 ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์	75
ผลการวิจัย	75
ข้อวิจารณ์	89

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ	92
สรุปผลการวิจัย	92
ข้อเสนอแนะ	104
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	106
ภาคผนวก	113
ภาคผนวก ก ตัวอย่างหนังสือที่ใช้ในการวิจัย	114
ภาคผนวก ข ข้อมูลผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย	120
ภาคผนวก ค โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน	122
ประวัติการศึกษาและการทำงาน	141

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	76
2	ค่าเฉลี่ย (X) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน	77
3	ค่าเฉลี่ย (X) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อน ของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน	79
4	การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง โดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (Independent – Sample t-test)	80
5	การเปรียบเทียบคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง โดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (Independent – Sample t-test)	81
6	การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติทดสอบที (Paired – Sample t-test)	82
7	การเปรียบเทียบคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติทดสอบที (Paired – Sample t-test)	82

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
8	การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียน กลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติ ทดสอบที (Paired – Sample t-test)	83
9	การเปรียบเทียบคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติทดสอบที (Paired – Sample t-test)	83
10	การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียน กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ภายหลังการทดลอง โดยการทดสอบด้วย สถิติทดสอบที (Independent – Sample t-test)	84
11	การเปรียบเทียบคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ภายหลังการทดลอง โดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (Independent – Sample t-test)	84
12	ความคิดเห็นเกี่ยวกับโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อ ความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลอง	87
ตารางผนวกที่		
1	กำหนดการจัดกิจกรรมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน	126

สารบัญภาพ

ภาพที่

หน้า

1 วงล้อสัมพันธภาพ

34

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญของปัญหา

การที่จะทำให้ประเทศชาติพัฒนาเจริญรุ่งเรืองขึ้นไปได้นั้น สิ่งที่สำคัญที่สุดก็ต้องพัฒนาคน ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของสถาบันชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเยาวชนผู้ซึ่งจะเป็นกำลังของชาตินั้นยิ่งควรที่จะได้รับการศึกษาเพื่อพัฒนาให้เป็นกำลังคนที่มีประสิทธิภาพของสังคม ตามที่พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 (กรมสามัญศึกษา: 2542) ได้บัญญัติถึงการจัดการศึกษาว่า การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรม และวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ดังนั้นการศึกษาจึงจำเป็นต้องอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาเด็กในทุกๆด้าน ไม่เพียงเฉพาะด้านสติปัญญาเท่านั้น โรงเรียนซึ่งจะมีความสัมพันธ์กับสังคมมากขึ้น เด็กจะต้องพร้อมที่จะไปอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ปรับตัวได้ดี

ในสภาพความเป็นจริงของสังคมไทยในปัจจุบัน เป็นสังคมที่กำลังเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาอย่างรวดเร็วหลายด้าน ทั้งทางวัฒนธรรม เศรษฐกิจ และเทคโนโลยี อันมีผลกระทบกระเทือนการดำเนินชีวิตของผู้คน นับตั้งแต่เด็กเล็ก เด็กโต คนหนุ่ม คนสาว และแม้แต่ตัวผู้ใหญ่เองก็ยังปรับตัวตามสภาพแวดล้อมใหม่แทบไม่ทัน สังคมทุกวันนี้มีสภาพสับสน วุ่นวาย ขาดความคงตัว เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมามากมาย ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตของคนที่ต้องต่อสู้ดิ้นรนเพื่อการปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคมปัจจุบัน (หลุยส์ จำปาเทศ, 2542) ในการปรับตัวนั้นอาจเกิดขึ้นได้กับทุกเพศทุกวัย โดยเฉพาะวัยเด็กเป็นวัยที่มีประสบการณ์น้อย ไม่สามารถหาหนทางช่วยเหลือตนเองได้ดีเท่ากับผู้ใหญ่ ปัญหาที่พบบ่อยในวัยรุ่น อายุตั้งแต่ 12-18 ปี คือ ปัญหาการปรับตัว (มดิชน: 2550) ดังที่ ประณต แก้วนิม (2549) ได้กล่าวไว้ว่า การปรับตัวให้เข้าสถานการณ์ใหม่ๆ ไม่ว่าจะเกิดขึ้นในวัยใดย่อมนำมาซึ่งปัญหา อย่างไรก็ตามในระหว่างวัยรุ่น ปัญหาจะเลวร้ายมากกว่าความเป็นจริงกว่าช่วงวัยอื่นๆ ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่จะควรพัฒนาให้เยาวชนของชาติมีความสามารถในการปรับตัวดังที่ Hurlock (1978) กล่าวไว้ว่า “เด็กที่มีความสามารถในการปรับตัวดีก็จะเป็นรากฐานของความสำเร็จในวัยผู้ใหญ่”

นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นระยะที่ต่อเนื่องทางการศึกษาจากระดับชั้นประถมศึกษา เข้าสู่ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นการเลื่อนชั้นการศึกษาจากการที่นักเรียนเคยอยู่ในโรงเรียนที่มีขนาดเล็กไปสู่โรงเรียนที่มีขนาดใหญ่ขึ้น จากการที่นักเรียนเคยเรียนในระดับประถม ซึ่งโดยทั่วไปจะเป็นโรงเรียนที่อยู่ในชุมชนหรือในหมู่บ้านของนักเรียน บุคคลที่นักเรียนต้องสัมพันธ์ด้วยก็คือคนในชุมชนที่มีความคุ้นเคยกันอยู่แล้วทำให้นักเรียนไม่เกิดปัญหาในเรื่องของการปรับตัวเท่าใดนัก แต่เมื่อนักเรียนต้องเปลี่ยนสถานศึกษาเพื่อศึกษาต่อในระดับมัธยม ซึ่งเป็นโรงเรียนระดับอำเภอที่ต้องรองรับนักเรียนจากหลากหลายที่มาเรียนรวมกัน ทำให้นักเรียนเกิดปัญหาในเรื่องของการปรับตัวอย่างมาก ปัญหาที่พบจากการปรับเปลี่ยนสถานศึกษา คือปัญหาในเรื่องของการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนใหม่ในสังคมใหม่ ในขณะที่เด็กนักเรียนอยู่ในช่วงคาบเกี่ยวระหว่างช่วงวัย ซึ่งเป็นวัยที่เด็กมีความสับสนในการปรับตัวเข้าสู่ช่วงวัยรุ่นตอนต้น การเปลี่ยนแปลงในช่วงนี้ ไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ล้วนเป็นสิ่งที่แปลกไปสำหรับเด็กทั้งสิ้น นักเรียนจึงต้องใช้ความพยายามอย่างมากในการทำความเข้าใจตัวเองและผู้อื่นไปพร้อมๆ กัน เพื่อการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นให้ได้ แต่ก็มีนักเรียนจำนวนไม่น้อยที่ไม่ประสบความสำเร็จในการปรับตัว ทำให้นักเรียนเกิดความรู้สึกที่แปลกแยก และไม่มีความสุขในการอยู่ร่วมกับเพื่อนๆ ในสังคมใหม่

นอกจากนี้วิธีการจัดการเรียนการสอนก็นับได้ว่าเป็นปัจจัยสำคัญอีกประการหนึ่งที่ทำให้ นักเรียนเกิดปัญหาเรื่องการปรับตัว เช่น การจัดกลุ่มเรียน จากการที่นักเรียนเคยเรียนวิชาต่างๆ ตามหลักสูตรที่โรงเรียนจัดให้เรียนในห้องเรียนที่นักเรียนเรียนประจำ โดยที่นักเรียนไม่ต้องเคลื่อนย้ายไปเรียนที่อื่น นักเรียนก็ต้องไปเลือกเรียนวิชาเลือกตามความชอบและความถนัดในวิชาเลือกเพิ่มเติม เนื่องจากเป็นหลักสูตรของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา ซึ่งนักเรียนจะต้องไปร่วมเรียนกับเพื่อนกลุ่มใหม่ที่ตนไม่คุ้นเคย การเรียนในลักษณะนี้ก่อให้เกิดความยุ่งยากใจเป็นอย่างมากกับนักเรียนที่ขาดทักษะในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่น นักเรียนจะไม่สามารถที่จะสร้างสัมพันธภาพที่ดีเพื่ออยู่ร่วมกับเพื่อนได้ อันเป็นสาเหตุให้นักเรียนแยกตัว หงอยเหงาม และปลีกตัวออกจากสังคม

การให้นักเรียนเดินเรียนเป็นรายวิชา นับเป็นรูปแบบใหม่ที่แตกต่างจากเดิมที่นักเรียนเคยนั่งประจำอยู่ในห้องเรียน มีครูประจำชั้นคอยดูแลประจำห้องตลอดเวลา และเพื่อนๆ ที่นักเรียนคุ้นเคย ทำให้นักเรียนต้องมีการพบปะและต้องมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งหากนักเรียนไม่สามารถทำได้ ซึ่งอาจทำให้นักเรียนทำพฤติกรรมต่างๆ ที่ไม่พึงประสงค์ เช่น พฤติกรรมก้าวร้าว ก่อให้เกิดปัญหาสังคมตามมาในภายหลัง

วิธีการสอนของครู ซึ่งในแต่ละวิชาครูจะใช้เทคนิคในการจัดการเรียนการสอนที่ต่างกันไป เช่น ครูบางคนจัดการเรียนการสอนโดยการใช้กระบวนการกลุ่ม นักเรียนจะต้องทำงานร่วมกับกลุ่มเพื่อน ภายในกลุ่มต้องมีการติดต่อสื่อสารซึ่งกันและกัน ทำให้นักเรียนที่ขาดทักษะด้านการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนนั้นไม่สามารถสื่อสารกับเพื่อนได้ ส่งผลให้นักเรียนไม่สามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนได้ และรวมถึงนักเรียนที่มีพฤติกรรมบางลักษณะที่ไม่เป็นที่ยอมรับของเพื่อน นักเรียนไม่เข้าใจในเรื่องการปฏิบัติที่เหมาะสมกับเพื่อน แยกไม่ออกจากคนแต่ละคนไม่เหมือนกัน นักเรียนไม่ทราบว่าตนควรจะปฏิบัติตนอย่างไรจึงจะเป็นที่ยอมรับได้ในสังคม นักเรียนเหล่านี้จะไม่เป็นที่ยอมรับของเพื่อน และถูกปฏิเสธไม่ให้เข้าร่วมทำกิจกรรมกลุ่มด้วย ทำให้สภาพจิตใจของนักเรียนเปลี่ยนไป เกิดทัศนคติที่ไม่ดีต่อเพื่อนและการเรียน นักเรียนไม่ยอมเรียน หนีเรียน ออกจากบ้านมาแล้วไม่เข้าโรงเรียน ส่งผลโดยตรงถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน

จากสาเหตุต่างๆ ที่กล่าวมาส่วนก่อให้เกิดปัญหาในเรื่องของการปรับตัว ซึ่งจากการสังเกตและสอบถามข้อมูลเบื้องต้นจากครูที่ปรึกษาประจำชั้นนักเรียนที่มีปัญหาในการปรับตัวพบว่า นักเรียนแสดงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาหลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นลักษณะของความก้าวร้าว เช่น การทะเลาะเบาะแว้งกับเพื่อนด้วยตัวเองหรือการทะเลาะเบาะแว้งข้ามสายชั้น การชกต่อย ใช้กำลังกับเพื่อนร่วมชั้นที่เล็กกว่า หรือลักษณะของการเก็บตัว เงียบขี้นิ่งไม่คุยกับใคร ขี้อาย ไม่ค่อยกล้าพูดคุย เงื่องหงอย เศร้าซึม มีความวิตกกังวล หวาดกลัว ไม่กล้า ปลีกตัวออกจากสังคม ปัญหาทั้งหลายเหล่านี้โดยรวมแล้วเกิดจากการที่นักเรียนมีปัญหาในเรื่องของการปรับตัวอันเนื่องมาจากขาดทักษะในด้านการสร้างสัมพันธภาพทั้งสิ้น

โรงเรียนโชคชัยสามัคคีเป็นโรงเรียนรัฐบาลขนาดใหญ่พิเศษ ซึ่งผู้ปกครองให้ความสนใจไว้วางใจส่งบุตรหลานเข้ามาเรียนเป็นจำนวนมาก เช่นในปีการศึกษา 2551 โรงเรียนได้คัดเลือกนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 ให้เข้าเรียนในโรงเรียนจำนวนทั้งสิ้น 688 คน ลักษณะของนักเรียนมีความแตกต่างกันทั้งความสามารถทางสติปัญญา ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ที่พักอาศัย สิ่งแวดล้อม การอบรมเลี้ยงดู ตลอดจนเรื่องพฤติกรรมของนักเรียน แม้ว่าโรงเรียนจะมีการจัดกิจกรรมในรูปแบบต่างๆ เพื่อสร้างความคุ้นเคยและส่งเสริมให้นักเรียนอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข แต่ก็ยังไม่สามารถทำให้นักเรียนกลุ่มที่ขาดสัมพันธภาพที่ดีต่อเพื่อนสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนได้ ซึ่งผู้วิจัยมองว่าปัญหาการปรับตัวนี้หากมิได้แก้ไขจะกระทบกระเทือนพัฒนาการด้านอื่นๆ ของนักเรียน เช่น ด้านอารมณ์และการเรียน ยิ่งกว่านี้ถ้าปล่อยไว้ปัญหานี้จะติดตัวไปจนถึงชีวิตการทำงาน เกิดเป็นปัญหามนุษยสัมพันธ์ในการทำงาน และเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาการด้านสังคม

ของนักเรียนเหล่านี้ ซึ่งอาจทวีความรุนแรงจนเป็นผลร้ายต่อสังคมโดยรวม ดังนั้น จึงควรหาทางช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาการปรับตัวเพื่อให้มีพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ซึ่งจะช่วยให้เขาได้พัฒนาตนเองและช่วยให้สังคมมีความสุข

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้จัดสร้างโปรแกรมการสร้างเสริมสัมพันธภาพที่มีต่อบุคคลในรูปแบบของการจัดกิจกรรมแบบการเข้าค่ายโรงเรียนขึ้น ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าจะสามารถพัฒนาทักษะการสร้างสัมพันธภาพของนักเรียนได้ เนื่องจากนักเรียนจะได้ใช้ทักษะของการถ่ายโยงความรู้ในด้านการสร้างสัมพันธภาพ หลังจากทีนักเรียนได้เรียนรู้ในภาคทฤษฎีที่ผู้วิจัยได้จัดทำเป็นโปรแกรมในช่วงแรกมาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จำลองคล้ายจริงได้อย่างมีประสิทธิภาพโดยใช้กิจกรรมเป็นตัวเน้นให้นักเรียนเข้ามาอยู่ร่วมกัน อันเนื่องมาจากการที่นักเรียนจะได้มีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนๆ ในสถานการณ์ที่นอกเหนือจากที่ได้เรียนรู้ในห้องเรียน เป็นการพัฒนาทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม มุ่งเน้นความสำคัญให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ให้ความรับผิดชอบ อยู่ในกฎระเบียบข้อบังคับ รู้จักทำงานร่วมกับผู้อื่น การเข้าค่ายจึงเป็นกิจกรรมที่สามารถจำลองและสร้างสถานการณ์ต่างๆ เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์ทางการศึกษาอย่างสร้างสรรค์ โดยทำให้เกิดความร่วมมือของกลุ่มในบรรยากาศกลางแจ้ง ใช้ทรัพยากรสิ่งแวดล้อมธรรมชาติ กับการทำกิจกรรมที่หลากหลาย ซึ่งผู้วิจัยได้ค้นคว้า ศึกษา และรวบรวม จากเอกสารและตำราที่เกี่ยวข้องกับการเพิ่มทักษะในการสร้างสัมพันธภาพ นำมาพัฒนาเพื่อจัดโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียน เพื่อช่วยแก้ไขปัญหาการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพ
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพ
3. เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผลการวิจัยจะเป็นแนวทางในการนำโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นไปช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาในการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน
2. เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้สนใจสามารถนำเอาโปรแกรมนี้ไปปรับใช้เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนสำหรับนักเรียนในกลุ่มหรือระดับชั้นอื่นๆ ต่อไป

ขอบเขตการวิจัย

ในการวิจัยเรื่อง ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research) ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตของการวิจัย ดังต่อไปนี้

กลุ่มประชากร

กลุ่มประชากรที่ใช้ศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา ประจำปีการศึกษา 2551 จำนวน 688 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา โดยการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive random sampling) จำนวน 60 คน แล้วสุ่มจัดกลุ่มอย่างง่าย (randomly assigned) เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน โดยมีวิธีการสุ่มดังนี้

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทั้งหมด ทำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน แล้วดำเนินการตรวจ เพื่อหานักเรียนที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 23 จำนวน 167 คน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียน จำนวน 167 คน ทำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน แล้วดำเนินการตรวจเพื่อหานักเรียนที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 40 จำนวน 76 คน
3. ผู้วิจัยประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยให้นักเรียน 76 คน รับทราบเพื่อสมัครเข้าโครงการวิจัย มีนักเรียนสนใจเข้าร่วมโครงการทั้งสิ้น 60 คน
4. ผู้วิจัยดำเนินการสุ่มอย่างง่ายด้วยวิธีการจับสลากแล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน

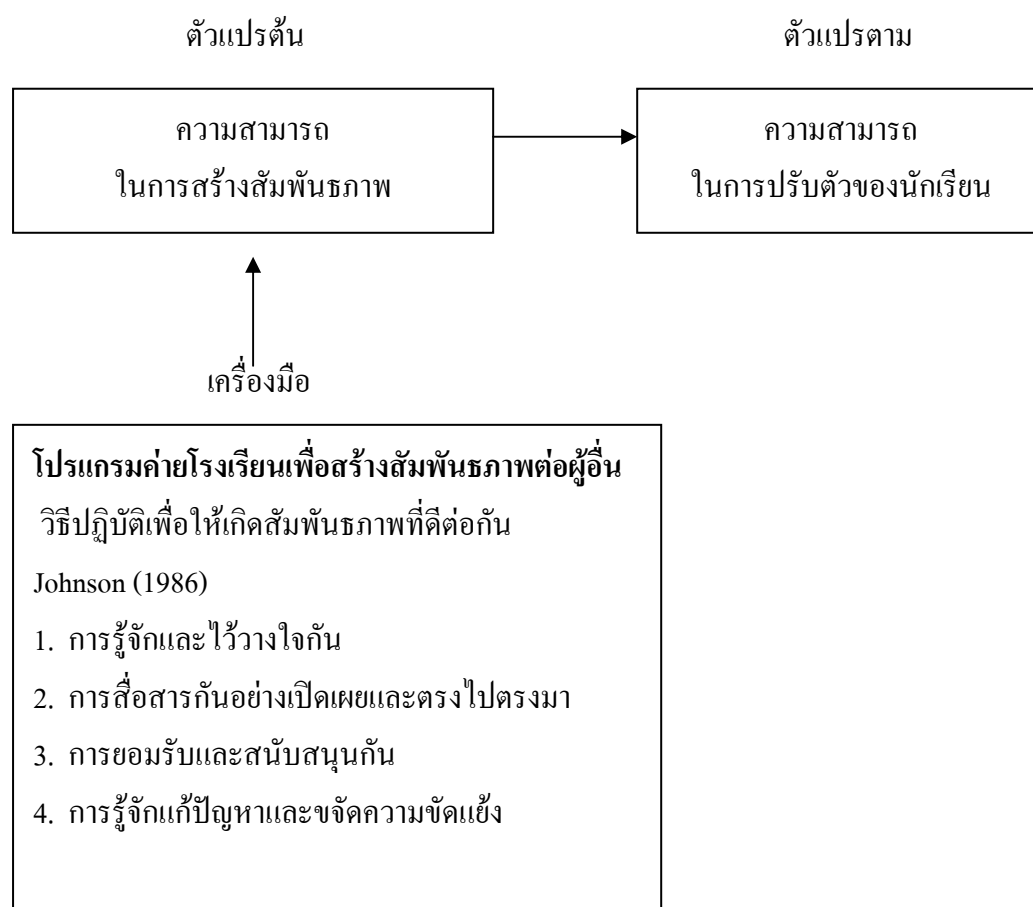
ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่

ตัวแปรต้น ได้แก่ ความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพ

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ข้อตกลงเบื้องต้น

การวิจัยครั้งนี้ใช้รูปแบบการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองเดียว (One Group Pretest – Posttest Design) ที่มีการวัดตัวแปรตามก่อนและหลังการทดลอง โดยกลุ่มตัวอย่างยังคงดำเนินชีวิตประจำวันไปตามปกติ ทำให้ไม่สามารถควบคุมตัวแปรเกินบางอย่างที่อาจเกิดขึ้นได้ระหว่างการวิจัย

นิยามศัพท์

ค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพ หมายถึง โปรแกรมที่ผู้วิจัยได้พัฒนาเพื่อช่วยเสริมสร้างการสร้างสัมพันธภาพที่ดี โดยอิงจากแนวความคิด วิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ของ Johnson (1986:7-9) แบ่งออกเป็น 4 ด้านดังนี้

1. การรู้จักและไว้วางใจกัน
2. การสื่อสารกันอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา
3. การยอมรับและสนับสนุนกัน
4. การรู้จักแก้ปัญหาและจัดการความขัดแย้ง

ความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการแสดงพฤติกรรมต่างๆ เพื่อให้เข้ากับเพื่อนได้ โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้านดังนี้

1. ด้านการเข้าใจตนเอง ได้แก่ การเข้าใจความรู้สึกที่มีต่อตนเองและเพื่อนและการเข้าใจพฤติกรรมของตนเองที่มีต่อเพื่อน
2. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ได้แก่ การรู้จักและเข้าใจเพื่อน การแสดงพฤติกรรมในการทักทายเพื่อนได้อย่างเหมาะสม และการรู้จักให้และรับ
3. ด้านการดำเนินชีวิตร่วมกับเพื่อนทั้งในและนอกชั้นเรียน ได้แก่ การได้รับการยอมรับจากเพื่อน การเห็นความสำคัญของตนเองและเพื่อน การแสดงความคิดเห็นในกลุ่มเพื่อน ความร่วมมือในการทำงานและความรับผิดชอบในการทำงาน

ความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการแสดงพฤติกรรมต่างๆ เพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน เพื่อให้เข้ากับเพื่อนได้

นักเรียน หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2551 ของโรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา

กลุ่มทดลอง หมายถึง กลุ่มนักเรียนที่ได้รับการฝึกตามโปรแกรมการจัดค่ายโรงเรียนเพื่อส่งเสริมการสร้างสัมพันธภาพ

กลุ่มควบคุม หมายถึง กลุ่มนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมใดๆ ทั้งสิ้น

บทที่ 2

การตรวจเอกสาร

การวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเนื้อหาสาระ ทฤษฎี แนวคิดต่างๆ จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมีรายละเอียด ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว

- ความหมายของการปรับตัว
- สาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัว
- แบบแผนของการปรับตัว
- กระบวนการในการปรับตัว
- ลักษณะของการปรับตัวที่ไม่ดี
- ลักษณะของการปรับตัวที่ดี

2. แนวคิดเกี่ยวกับสัมพันธภาพ

- ความหมายของสัมพันธภาพ
- การสร้างสัมพันธภาพ
- หลักพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพ
- ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคล
- การพัฒนาสัมพันธภาพ
- การสร้างสัมพันธภาพอันดีกับเพื่อน

3. แนวคิดเกี่ยวกับการจัดค่าย

- ความหมายการอยู่ค่ายพักแรม
- วัตถุประสงค์ของค่ายพักแรม
- คุณประโยชน์ของค่ายพักแรม
- ประเภทของค่ายพักแรม

4. แนวคิดเกี่ยวกับการถ่ายโอนการเรียนรู้

- ความหมายของการถ่ายโอนการเรียนรู้
- ชนิดของการถ่ายโอนการเรียนรู้
- องค์ประกอบของการถ่ายโอนการเรียนรู้
- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการถ่ายโอนการเรียนรู้
- ทฤษฎีในการถ่ายโอนการเรียนรู้
- การเรียนรู้เพื่อให้เกิดการถ่ายโอนการเรียนรู้
- การถ่ายโอนการเรียนรู้กับการเรียนการสอน

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว

ความหมายของการปรับตัว

English and English (1958: 14 -15) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า การปรับตัวเป็นสถานะของความสัมพันธ์ที่กลมกลืนของบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งบุคคลได้รับความพึงพอใจในการตอบสนองทั้งทางร่างกายและทางสังคม การที่บุคคลสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดีย่อมแสดงถึงสถานะปกติของคนส่วนใหญ่ ในทางตรงกันข้ามถ้าไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้หรือปรับตัวได้ไม่ดี ไม่สามารถปรับพฤติกรรมให้สอดคล้องกับคนส่วนใหญ่ได้ บุคคลนั้นจะดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมโดยปราศจากความสุข ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสังคม ส่วนมากจะเป็นผลมาจากการปรับตัวไม่ดี

Lazarus (1969: 18) กล่าวว่า การปรับตัว เป็นผลลัพธ์ของกระบวนการความคิดที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องของบุคคล ในการประเมินสถานการณ์หรือสิ่งเร้า และวางแผนหรือหาทางเลือกในการจัดการกับสถานการณ์ที่บุคคลประเมินว่าเป็นความเครียด ความพยายามทางความคิด และพฤติกรรมต่างๆ ในการเผชิญปัญหา โดยใช้ทรัพยากรต่างๆ ที่มีอยู่จากบุคคลเอง จากสังคมรอบข้างและสิ่งที่เกิดขึ้น

Coleman and Hammen (1974) ให้ความหมายของการปรับตัวว่า การปรับตัวหมายถึง ผลของการพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการ หรือด้านอารมณ์ ให้เกิดความเหมาะสมกับสภาพแวดล้อม

จนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถอยู่ได้ในสภาพแวดล้อมนั้นๆ และถ้าบุคคลนั้นปรับตัวแล้ว และสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมได้อย่างมีความสุข แสดงว่าบุคคลนั้นมีสุขภาพจิตดี

Gilmer (1975) ได้อธิบายว่าการปรับตัวเป็นกระบวนการที่มนุษย์มีปฏิกิริยาโต้ตอบกับสิ่งแวดล้อม เป็นการปรับตัวเข้ากับปัญหา รวมถึงการปรับสภาพปัญหาที่เป็นอยู่เข้ากับความต้องการด้วย

Hurlock (1978: 260 - 261) ให้ความหมายของการปรับตัวว่าเป็นความสำเร็จของบุคคลในการปรับตัวเข้ากับกลุ่มบุคคลต่างๆ ได้ คนที่ปรับตัวได้ดีจะเรียนรู้ทักษะทางสังคม เช่น ความสามารถในการเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นทั้งกลุ่มเพื่อน และคนแปลกหน้าและช่วยพัฒนาทัศนคติทางสังคมด้วย เช่น มีความตั้งใจที่จะช่วยเหลือผู้อื่น และได้ให้เกณฑ์การปรับตัวทางสังคมไว้สรุปดังนี้

1. มีการแสดงออกที่เหมาะสม และเป็นไปตามความคาดหวังของกลุ่ม ซึ่งจะทำให้ได้รับการยอมรับ
2. สามารถปฏิบัติตนให้เข้ากับกลุ่มบุคคลต่างๆ ได้
3. มีเจตคติที่ดีต่อบุคคลต่างๆ ต่อการเข้าร่วมสังคม
4. มีความพึงพอใจในบทบาทของตนเอง

Grasha and Kirschenbaum (1980) ให้ความหมายของการปรับตัวว่าหมายถึง ความสามารถของบุคคลที่จะจัดการกับปัญหา และความต้องการของสภาพแวดล้อมให้บรรลุผล

Weiten and Liloyd (2000) ให้ความหมายของการปรับตัวว่า เป็นกระบวนการทางจิตวิทยาเกิดขึ้นจากการที่บุคคลสามารถจัดการหรือรับมือกับความต้อการหรือความท้าทายในชีวิตประจำวัน

ศรีสะอาด ฌ ลำปาง (2540) ให้ความหมายของการปรับตัวว่า เป็นผลของความพยายามของบุคคล ที่จะพยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้าน

บุคลิกภาพ ความต้องการหรืออารมณ์ ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถอยู่ได้ในสภาพแวดล้อมนั้นๆ ได้อย่างมีความสุข นั่นแสดงว่าบุคคลนั้นมีสุขภาพจิตดี

บัวทอง สว่างโสภาค (2541) กล่าวว่า การปรับตัว คือการที่เราพยายามที่จะทำให้เกิดความสมดุลกันระหว่างความคิดเห็นของตนเอง หรือแรงกระตุ้นกับสิ่งเร้าและการเรียกร้องของสิ่งแวดล้อม รวมทั้งโอกาสต่างๆ ที่สิ่งแวดล้อมอำนวยความสะดวกให้ การปรับตัวประกอบด้วยความพยายามที่จะสนองความต้องการโดยเอาชนะอุปสรรคทั้งภายในตนเองและภายนอก และโดยการเข้าไปอยู่ในสิ่งแวดล้อมอย่างเหมาะสม ทางกายเรามีการปรับตัวเพื่อให้ร่างกายของเราเข้ากันได้กับสิ่งแวดล้อม และทางใจเราก็มีการปรับตัวเพื่อให้จิตใจของเราเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้เช่นกัน ได้มีการเรียกการปรับตัวทางจิตใจนี้ว่าเป็นการทำให้อยู่รอดทางจิต

ลักขณา ศรีวัฒน์ (2545) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลสามารถสร้างหรือขัดเกลาพฤติกรรมให้เข้ากับแบบแผนของสังคม หรือสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมายที่ต้องการ ทำให้มีชีวิตอยู่อย่างปกติสุขทั้งกายและจิตใจ ไม่เกิดผลเสียทั้งต่อตนเองและผู้อื่นเป็นผลของความพยายามของบุคคลที่จะปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการ หรือด้านอารมณ์ เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถอยู่ได้ในสิ่งแวดล้อมนั้นๆ และถ้าบุคคลนั้นปรับตัวแล้วและสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นได้อย่างมีความสุขแสดงว่าบุคคลนั้นมีสุขภาพจิตดี

วราภรณ์ ตระกูลสฤณี (2545: 2) การปรับตัวหมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้ความพยายามในการปรับตนเอง เมื่อต้องเผชิญกับสภาพปัญหาความอึดอัดใจ ความคับข้องใจ ความเครียด ความทุกข์ใจ ความวิตกกังวลต่างๆ ฯลฯ จนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลคนนั้นสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมหรือสภาพปัญหานั้นๆ ได้ ถ้าบุคคลปรับตัวแล้วสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมได้อย่างมีความสุขได้นั้นแสดงว่าบุคคลนั้นมีสุขภาพจิตดี แต่หากว่าบุคคลปรับตัวแล้วยังมีความทุกข์ใจ ว้าวุ่น ไม่สบายใจอยู่ ความรู้สึกดังกล่าวย่อมจะทำให้บุคคลนั้นกลายเป็นบุคคลที่มีสุขภาพจิตที่ไม่ดี และหากเรื้อรังรุนแรงมากขึ้น อาจจะเจ็บป่วยเป็นโรคประสาทหรือโรคจิตได้

จากคำจำกัดความดังกล่าวพอสรุปได้ว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลพยายามที่จะปรับพฤติกรรมของตนให้เหมาะสมเพื่อให้ตนมีความสุขกับสภาพแวดล้อมที่ตนอยู่

สาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัว

วราภรณ์ ตระกูลสฤณี (2545: 2-3) กล่าวว่า การปรับตัวมีเหตุผลสำคัญ ดังนี้

1. เพื่อความอยู่รอดของชีวิต ตลอดชั่วชีวิตของบุคคลๆ หนึ่ง เราทุกคนต้องพบกับสภาพความเปลี่ยนแปลงมาโดยตลอด ซึ่งทุกคนต้องปรับตัวเพื่อจะอยู่รอดให้ได้ในแต่ละช่วงของชีวิต จึงจำเป็นต้องปรับตัวเองให้เข้ากับสภาพความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตัวเรา

2. เพื่อความสุข เพราะการปรับตัวช่วยให้เรายอมรับสภาพการณ์ สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแล้วพยายามหาวิธีแก้ไข ขจัดปัดเป่าปัญหาหรือสภาพการณ์ที่ค่อนข้างเลวร้าย หรือสภาพการณ์ที่เลวร้ายมากๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวเราให้บรรเทาเบาบางลง ซึ่งอาจจะพยายามแก้ไขด้วยตนเอง หรือมีการแสวงหาบุคคลอื่นมาช่วยในการแก้ปัญหา สุดท้ายเมื่อปัญหาคเล็ดลอยมีการแก้ไขแล้ว ความคิดความรู้สึกของคนเราก็มักจะดีขึ้น ผ่อนคลายความตึงเครียดลงไป เมื่อความทุกข์หาย ความสุขสบายใจย่อมเกิดขึ้น

ศุภลักษณ์ จารุรัตน์จามร (2534: 56-58) ได้อธิบายสาเหตุของการปรับตัวไว้ว่า สาเหตุที่ทำให้บุคคลเกิดการปรับตัวมี 2 ประการใหญ่ๆ ได้แก่

1. สาเหตุทางกายภาพ ได้แก่ อากาศร้อนเกินไป หรืออากาศหนาวจัดเกินไป หรือร่างกายได้รับบาดเจ็บ เป็นต้น ทำให้ร่างกายต้องปรับสภาพให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และอาจปรากฏออกมาเป็นลักษณะต่างๆ เช่น ความเหนื่อยล้า ความเหนื่อยชา หรือความตึงเครียด เป็นต้น

2. สาเหตุทางจิตวิทยา แม้จะไม่มีผลกระทบต่อทางร่างกายโดยตรง แต่ก็มีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกัน ได้แก่

2.1 ความคับข้องใจ (Frustration) หมายถึงสภาวะที่เกิดขึ้นจากการมีอุปสรรคที่ทำให้ไม่สามารถไปถึงเป้าหมาย ผลที่เกิดขึ้นเป็นเหตุให้เกิดอารมณ์ด้านลบ เช่น โกรธ กลัว วิตกกังวล เครียด ฯลฯ ซึ่งสัมพันธ์กับสรีระของบุคคล ทำให้เกิดพฤติกรรมต่างๆ กัน อุปสรรคหรือสาเหตุที่ทำให้เกิดความคับข้องใจ ได้แก่

2.1.1 สาเหตุทางกายภาพ (Physical factors) เป็นความคับข้องใจที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมที่ไม่มีชีวิตเป็นอุปสรรค ตัวอย่างเช่น สภาพดินฟ้าอากาศ ฝนแล้ง น้ำท่วม เป็นเหตุให้เกิดความคับข้องใจแก่เกษตรกร คนที่รีบเดินทางแต่ฝนตกหรือรถเสีย ทำให้ล่าช้า ก่อให้เกิดความคับข้องใจแก่คนนั้น เป็นต้น

2.1.2 สาเหตุทางจิตวิทยา (Psychological factor) เป็นความคับข้องใจที่เกิดจากอุปสรรค ดังนี้

ก. ปัจจัยทางสังคม ซึ่งเป็นความคับข้องใจอันเป็นผลมาจากการอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม หรืออยู่ในสังคมต้องมีความสัมพันธ์ความคับข้องใจ ตัวอย่าง เช่น พึ่งพาอาศัยกัน สาเหตุทางสังคมย่อมก่อให้เกิดความคาดหวัง ความกดดันให้เกิดความคับข้องใจ ตัวอย่างเช่น เด็กที่มีน้องใหม่ ความรักความเอาใจใส่จากมารดาจึงถูกแบ่งไป ทำให้เด็กเกิดความต้องการทางใจและความต้องการทางสังคม หากเด็กไม่ได้รับการตอบสนองเต็มที่ ย่อมก่อให้เกิดความคับข้องใจ เป็นต้น

ข. ปัจจัยทางสภาพส่วนบุคคล ซึ่งเป็นความคับข้องใจอันเกิดจากความจำกัด ความบกพร่อง หรือการขาดทางร่างกาย เช่น มีความพิการ เกิดการเจ็บป่วยเป็นเวลานานทำให้ไม่สามารถไปถึงเป้าหมายได้ ตัวอย่างเช่น คนที่มีเขาวงกตปัญญาไม่ดี เรียนไม่เก่ง แต่อยากเรียนระดับอุดมศึกษา คนที่ไม่สวยอยากเป็นเทพี เป็นต้น

2.2 ความขัดแย้ง (Conflict) หมายถึง สภาวะที่เกิดขึ้นมีสาเหตุ 2 สาเหตุขึ้นไป ซึ่งมีความสำคัญเท่าๆ กัน เกิดขึ้นในเวลาเดียวกัน และไม่สามารถเลือกตอบสนองสาเหตุทั้งหมดในครั้งเดียวได้ จึงจำเป็นต้องเลือกเพียงสาเหตุใดสาเหตุหนึ่ง ความขัดแย้งนี้เกิดขึ้นเมื่อมีเหตุการณ์หรือเป้าหมายที่ต้องการที่พึงปรารถนาที่น่าสนใจดึงดูดใจหลายๆ อย่างเกิดขึ้นพร้อมกัน บุคคลต้องการจะหลีกเลี่ยงทั้งหมด แต่ก็จำเป็นต้องเลือกสภาพใดสภาพหนึ่ง นอกจากนี้ความขัดแย้งยังเกิดขึ้นเมื่อมีเหตุการณ์หรือเป้าหมายเดียวกัน แต่มีทั้งต้องการ ไม่ต้องการ พึงปรารถนา ไม่พึงปรารถนา ดึงดูดใจ ไม่ดึงดูดใจ อยู่ร่วมกัน ทำให้เกิดทัศนคติสองทางกำกวมกัน สภาพการณ์เช่นนี้ เกิดขึ้นบ่อยๆ ในชีวิตประจำวัน คนเราจะปรับตัวเมื่อเกิดความไม่สบายใจ ความวิตกกังวล ความคับข้องใจและความเครียด

นิภา นิธยาน (2530: 106-115) ได้กล่าวถึงปัจจัย 3 ประการที่มีอิทธิพลร่วมกันในการกำหนดพฤติกรรมการปรับตัวซึ่งเป็นรากฐานบุคลิกภาพ อิทธิพลของทั้งสามประการไม่สามารถแยกออกจากกันอย่างเด็ดขาดได้ แต่จะเชื่อมโยงเกี่ยวพันกันตลอดชีวิต ปัจจัยทั้งสามประการ ได้แก่

1. อิทธิพลของสภาวะพื้นฐานทางกายในเชิงชีววิทยา อันได้แก่ อิทธิพลของพันธุกรรมมีขึ้นเป็นตัวนำลักษณะต่างๆ ทำให้เกิดโครงสร้างทางกายวิภาค และการทำหน้าที่ทางสรีระภายในตัวของแต่ละบุคคล เช่น การทำงานของระบบประสาท ระบบต่อมต่างๆ รูปร่าง หน้าตา อัตราการเจริญเติบโต และทำให้มีขีดจำกัดของความสามารถต่างๆ เช่น แรงขับ ศักยภาพในการเรียนรู้ อารมณ์ ความแข็งแรง ความเร็วและช้าในการเคลื่อนไหวของบุคคลมีการปรับตัวต่อสภาพปัญหาแตกต่างกัน

2. อิทธิพลต่อสภาพแวดล้อม ได้แก่ สภาพดินฟ้าอากาศที่ทำให้แต่ละคนแสดงออกแตกต่างกันในการปรับตัวเพื่อตอบสนองความต้องการหรือแรงขับภายใน วัฒนธรรมในสังคมที่อาศัยอยู่จะเป็นตัววางรากฐานให้แก่บุคลิกภาพ ทั้งในด้านความรู้สึกนึกคิด การกระทำ ความเชื่อต่างๆ จรรยาบรรณ ข้อย้ำ ระเบียบกฎเกณฑ์ทั้งหลายที่เป็นที่ยอมรับในสังคมนั้น โดยเริ่มต้นจากครอบครัว ซึ่งมีอิทธิพลต่อการปลูกฝังลักษณะนิสัยบุคลิกภาพพื้นฐานแก่เด็กได้มาก สถาบันทางสังคมอื่นๆ เช่น โรงเรียน ชุมชน วัด ตลอดจนสถาบันชาติ ล้วนเป็นสถาบันซึ่งสมาชิกของสังคมต้องเกี่ยวข้องด้วย โดยมีสิ่งต่อไปนี้เป็นเครื่องกำกับระเบียบแบบแผนการประพฤติปฏิบัติ ได้แก่ กฎหมาย หลักธรรมคำสอน จรรยาบรรณ และข้อย้ำ ตลอดจนระเบียบกฎเกณฑ์ทั้งหลายที่เป็นที่ยอมรับกันในสังคม

3. อิทธิพลของสภาวะความเป็น “คน” เป็นอิทธิพลของความรู้สึกและเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง ซึ่งได้แก่แบบแผนของชีวิตซึ่งเป็นแบบเฉพาะตัว ทั้งนี้หมายถึงความรวมถึงความสามารถ ลักษณะ นิสัย ความสนใจ ค่านิยม ตลอดจนความรู้สึกเข้าใจ หรือความคิดรวบยอดเกี่ยวกับสภาวะแห่งตน ซึ่งแต่ละคนเรียนรู้ที่จะประเมินหรือตัดสินคุณค่าของตัวเองจากการที่ได้เกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับสังคมและจากการที่ได้เป็นที่ยอมรับจากกลุ่มบุคคลต่างๆ ในสังคมที่ตนเองอยู่ การที่บุคคลจะสามารถประเมินคุณค่าของตัวเองทั้งทางร่างกายและจิตใจ ก็เนื่องมาจากเจตคติที่ผู้อื่นมีต่อเขา โดยเฉพาะบุคคลที่มีความหมายและมีความสำคัญต่อชีวิตเขา เช่น บิดา มารดา เพื่อนฝูง ครูอาจารย์

นิภา นิธยาน (2530: 71-87) ได้กล่าวว่าการปรับตัวเกิดจากสาเหตุมนุษย์ต้องเผชิญกับแรงผลักดันที่มีอิทธิพลสำคัญเกี่ยวกับการปรับตัว 2 ประการ คือ

1. แรงผลักดันภายนอกหรือข้อเรียกร้องอันเกิดจากสภาพแวดล้อมและสังคม ได้แก่ ความต้องการทางร่างกายที่จะปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และแรงผลักดันที่เกิดจากข้อเรียกร้องของสังคมหรือบุคคลที่มีความสัมพันธ์กัน เช่น บิดามารดาสั่งสอนให้ทำสิ่งนั้น ห้ามทำสิ่งนี้ เมื่อโตขึ้นจะยังพบข้อเรียกร้องที่มีความสลับซับซ้อนขึ้น และข้อเรียกร้องในแต่ละสังคมมีมาตรฐานต่างกัน ขึ้นอยู่กับแบบแผนของระเบียบประเพณีและวัฒนธรรมซึ่งแตกต่างกัน

2. แรงผลักดันภายในซึ่งเป็นแรงกระตุ้นภายในบุคคล ซึ่งจากสภาพทางสรีระ ได้แก่ ความต้องการสิ่งจำเป็นในการดำรงชีพ เช่น อาหาร น้ำ อากาศ ความอบอุ่น การพักผ่อนหลับนอนที่เพียงพอ อีกประการหนึ่ง คือจากประสบการณ์ทางสังคมที่บุคคลนั้นได้เรียนรู้ในอดีตหรือประสบการณ์ที่ผ่านมา เรียกอีกนัยหนึ่งว่า “เหตุจูงใจทางสังคม” ได้แก่ความต้องการที่จะมีเพื่อนฝูง ความต้องการความรัก ความต้องการความสำเร็จ และเป็นที่ยกย่อง

ซึ่งความต้องการที่เกิดจากแรงผลักดันทั้ง 2 ประการนี้ นักจิตวิทยาเรียกว่า ความต้องการจำเป็น (need) ความต้องการเหล่านี้เป็นข้อเรียกร้องให้มนุษย์ต้องมีปฏิกิริยาตอบโต้ซึ่งเป็นภาวะเรียกว่า ภาวะตึงเครียด ซึ่งมนุษย์ทุกคนต้องหาทางตอบสนองความต้องการนั้นให้ได้ สิ่งที่มีความสำคัญกับภาวะตึงเครียด ได้แก่

1. ความคับข้องใจ (Frustration) ซึ่งหมายถึง สถานการณ์ที่คนเราไม่สามารถปฏิบัติให้สำเร็จที่ได้วางไว้ไม่ว่าด้วยเหตุผลประการใดก็ตาม ซึ่งนักจิตวิทยาพบว่าความคับข้องใจเป็นสภาพการณ์สำคัญที่นำไปสู่ปฏิกิริยาที่ยุ่งยากอื่นๆ

2. ภัยคุกคาม (Threat) หมายถึง การที่คนเรารู้มีภัยรออยู่ข้างหน้า เช่น รู้สึกเจ็บปวด การสูญเสียความนิยมนกย่อง เป็นต้น ถ้าภัยคุกคามมีมากเท่าไร ก็จะมีผลต่ออารมณ์และวิธีการแสดงออกในการปรับตัวเพื่อเผชิญสถานการณ์มากเท่านั้น

3. ความรู้สึกที่ขัดแย้งในใจ (Conflict) หมายถึง สภาพการณ์ที่บุคคลต้องเผชิญกับการที่ต้องเลือกกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เมื่อต้องเลือกกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งแล้วต้องเสียอีกสิ่งหนึ่งไป ทำให้ลำบากในการตัดสินใจ แบ่งออกเป็น 3 ประการคือ

3.1 ความขัดแย้งชนิดพอใจทั้งคู่ (Approach-Approach Conflict) เป็นความขัดแย้งที่เกิดขึ้นเนื่องจากสิ่งเร้าที่เราต้องการและตัดสินใจเลือกนั้น เป็นสิ่งที่ชอบหรือพึงพอใจทั้งสองอย่างหรือมากกว่าทั้งสองอย่าง แต่ต้องเลือกเอาอย่างใดอย่างหนึ่ง จึงทำให้เกิดความขัดแย้งขึ้นในใจ

3.2 ความขัดแย้งชนิดขัดใจทั้งคู่ (Avoidance-Avoidance Conflict) เป็นความขัดแย้งจากสิ่งที่เราต้องตัดสินใจเลือกสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่เราไม่พึงพอใจทั้งสองอย่างหรือมากกว่าสองอย่าง แต่ต้องเลือกเอาอย่างใดอย่างหนึ่งทำให้ลำบากใจในการตัดสินใจว่าจะเลือกเอาอย่างไหนดี จึงทำให้เกิดความขัดแย้งในใจขึ้น

3.3 ความขัดแย้งชนิดพอใจและไม่พอใจ (Approach-Avoidance Conflict) เป็นความขัดแย้งที่เกิดขึ้นเนื่องจากสิ่งที่เราต้องตัดสินใจเลือกนั้นมีสิ่งที่เราพอใจและไม่พอใจรวมอยู่ด้วย หรือต้องเลือกพร้อมๆ กัน จึงทำให้เกิดความขัดแย้งขึ้น

4. ความวิตกกังวล (Anxiety) หมายถึง ปฏิกริยาโต้ตอบบางอย่างที่ทำให้คนเรากอยู่ในภาวะอึดอัดใจ กังวลใจ

แบบแผนของการปรับตัว

ลักษณะ สิริวัฒน์ (2545) กล่าวว่า บุคคลแต่ละบุคคลต่างก็มีแบบแผนของการปรับตัวของตนเองตามความแตกต่างของบุคคล เราสามารถแบ่งแบบแผนของการปรับตัวออกเป็น 2 ประเภทดังนี้

1. การปรับตัวที่ดีปราศจากศิลปะหรือการปรับตัวแบบโบราณ (Primitive adjustment) สำหรับการปรับตัวแบบนี้จะเป็นแบบสู้หรือถอย จะเห็นว่าคนเราตามปกติเมื่อเกิดความคับข้องใจแล้วจะสู้เพื่อเอาชนะอุปสรรค แต่หากสู้ไม่ได้จะถอยหนี

2. การปรับตัวที่มีการปรับตัวอย่างเหมาะสมหรือสอดคล้องกับปัญหาหรือสถานการณ์ (Modified adjustment) สำหรับการปรับตัวแบบนี้ บุคคลที่เผชิญกับปัญหาหรือสถานการณ์ที่ไม่พึงปรารถนา จะพยายามปรับตัวหรือแก้ไขปัญหาลดลงทั้งพฤติกรรมของเขาให้เหมาะสมกับตนเองและให้สอดคล้องกับสถานการณ์จนได้

กระบวนการในการปรับตัว

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530) ได้แยกแยะ กระบวนการในการปรับตัวออกเป็น 4 ขั้นตอน คือ

1. ปัจจัยที่ก่อให้เกิดแรงขับเคลื่อน
2. พฤติกรรมในการค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหามีประสิทธิภาพ
3. บรรลุถึงเป้าหมาย
4. ความพึงพอใจลดลง

และได้แบ่งกระบวนการในการปรับตัวที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของแต่ละบุคคลออกเป็น 2 ระดับ คือ

1. การปรับตัวที่เรารู้ตัว (Conscious attempt of adjustment) ซึ่งสามารถกระทำได้ 2 ทาง คือ

1.1 บุคคลเพิ่มความพยายามมากขึ้น เพื่อเอาชนะอุปสรรคความยุ่งยากต่างๆที่เกิดขึ้น ทั้งนี้เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้

1.2 บุคคลเปลี่ยนเป้าหมายที่ตั้งไว้ ในกรณีที่เป้าหมายที่ตั้งไว้นั้นสูงเกินไป และบุคคลไม่สามารถจะบรรลุเป้าหมายนั้นได้

2. การปรับตัวที่กระทำไปโดยไม่รู้ตัว (Unconscious attempt of adjustment) เมื่อบุคคลเกิดปัญหาแล้วแก้ปัญหานั้นไม่ได้ เกิดความคับข้องใจขัดแย้งในใจ ทางออกทางหนึ่งที่บุคคลนำมาใช้ คือ กลวิธีการปรับตัวที่เรียกว่า กลไกทางจิต (Mental mechanism) หรือกลไกป้องกันตนเอง (Self-defense mechanism) ทั้งนี้เพื่อไม่ให้เกิดความวิตกกังวล หรือเพื่อให้เกิดความสบายใจ หลบหลีกความวิตกกังวลต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น

นอกจากนี้ วราภรณ์ ตระกูลสฤณย์ (2545: 3) ยังได้แบ่งลักษณะของกระบวนการปรับตัวออกเป็น 2 แบบ ดังนี้

1. การปรับตัวที่สมบูรณ์ หรือการปรับตัวแบบบูรณาการ (Integrating adjustment) เป็นลักษณะการปรับตัวของบุคคลเมื่อเผชิญปัญหาหรืออุปสรรคแล้วสามารถแก้ไขปัญหามหาหรือจัด

อุปสรรคนั้นได้ โดยที่ตนเองเกิดความสุขกายสบายใจ ไม่มีข้อห่วงข้อสงสัยอยู่ การปรับตัวลักษณะนี้ถือว่าการปรับตัวแบบบูรณาการแบบผสมผสาน หรือที่เรียกว่า การปรับตัวที่สมบูรณ์ การปรับตัวแบบนี้มีได้หมายถึงว่า การแก้ปัญหาของบุคคลนั้นสามารถแก้ได้ บางครั้งปัญหาที่เกิดขึ้นไม่ได้รับการแก้ไขจนเสร็จสิ้น หากแต่บุคคลที่เผชิญปัญหานั้นสามารถยอมรับสภาพปัญหาที่เขาพยายามแก้ไขแล้วแต่ไม่สำเร็จ และหากว่าเจ้าของปัญหายอมรับทำใจได้ ปรับสภาพความคิดความรู้สึกได้ ก็ถือว่าการปรับตัวที่สมบูรณ์แบบเช่นเดียวกัน

2. การปรับตัวแบบไม่สมบูรณ์ (Non-Integrating adjustment) เป็นการปรับตัวที่บุคคลไม่สามารถเผชิญกับปัญหาได้ รวมทั้งไม่สามารถแก้ปัญหานั้นๆ ได้ ซึ่งบุคคลพอจะมีวิธีคลายความตึงเครียดลงได้บ้าง แต่ยังคงมีความเครียด ความไม่สบายใจ ความทุกข์ใจเหลืออยู่ การปรับตัวนี้ยังคงมีความทุกข์ค้างคาใจอยู่ จึงเป็นการปรับตัวที่ไม่สมบูรณ์แบบ และจำเป็นต้องอาศัยกลไกทางจิตหรือกลไกการป้องกันตนเองมาใช้เพื่อผ่อนคลาย หรือลดความตึงเครียดลงไป

ลักษณะของการปรับตัวที่ไม่ดี

Kaplan (1959) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมที่เกิดจากการปรับตัวที่ไม่ดี มี 6 ประเภท ด้วยกันคือ

1. พฤติกรรมบ่งชี้ว่าประสาทไม่ปกติ (nervous behavior) พฤติกรรมประเภทนี้มักแสดงออกโดยการเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกาย จนมักคิดเป็นนิสัย เช่น การกระพริบตาบ่อยๆ กัดหรือเลียริมฝีปาก ดึงผม กัดเล็บ กระดิกขา กระดิกนิ้วมือ หรือปัสสาวะบ่อยๆ พวกนี้เกิดจากความวิตกกังวล

2. พฤติกรรมซึ่งบ่งปฏิกิริยาทางอารมณ์รุนแรงและเปลี่ยนแปลงมากเกินไป (Emotional overreactions and deviation) พฤติกรรมประเภทนี้ แสดงออกโดยการเสียอกเสียใจมากเกินไป ตื่นเต้นเกินขนาด ไม่รับผิดชอบงาน ขาดสมาธิ สนใจเรื่องเล็กๆ น้อย พวกนี้เกิดจากความรุนแรงของอารมณ์

3. พฤติกรรมบ่งชี้ความไม่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ (Emotional Immaturity) แสดงออกโดยการทำงานเพียงคนเดียวไม่ฟังผู้อื่น จีระแวงสงสัย ขาดเหตุผล ตัดสินใจเองไม่ได้ รู้สึกว่าตนเองมีปมด้อย พฤติกรรมเหล่านี้เกิดจากการขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์

4. พฤติกรรมบ่งชี้การชอบอวดตัว (Exhibitionistic behavior) แสดงออกโดยการชอบผลักรั้ว ชอบการประจบประแจง พูดก้าวร้าวผู้อื่น คำหยาบคาย พูดจาขวนขวาย พูดตบตบ พวกนี้คิดว่าตนเองเหนือกว่าผู้อื่น

5. พฤติกรรมบ่งชี้การต่อต้านสังคม (Antisocial behavior) แสดงออกโดยพฤติกรรมที่โหดร้าย เช่น พูดจาไม่สุภาพ ชอบขัดคำสั่ง ชอบรังแกทารุณสัตว์ ลามกอนาจาร เล่นิทานหยาบ โหล่น ขัดขืนระเบียบวินัยของโรงเรียน หนีโรงเรียน พวกนี้เกิดจากการต่อต้านสังคม

6. พฤติกรรมบ่งชี้การผิดปกติทางจิต (Psychosomatic disturbance) แสดงออกโดยการเจ็บป่วยโดยขาดเหตุผล กินจุ แต่หิวเก่ง บางครั้งอาเจียน และอุจจาระไม่เป็นเวลา พวกนี้เกิดจากจิตได้รับการกระทบกระเทือน

จากหลักการต่างๆ ดังได้กล่าวมาแล้วข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า บุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดีมิใช่ผู้ปราศจากปัญหา แต่เป็นผู้กล้าเผชิญปัญหาอุปสรรคและความยุ่งยากในการเผชิญปัญหาอุปสรรคและความยุ่งยากในชีวิตอย่างมีสติและไม่หวาดหวั่น ตลอดจนพร้อมที่จะเผชิญทั้งความสุขและความทุกข์ในชีวิตบางครั้งแม้จะประสบความผิดหวังหรือความล้มเหลวก็ยังคงมีความกล้าหาญเข้มแข็งพอที่จะดำเนินชีวิตต่อไปโดยไม่ยอมพ่ายแพ้หรือท้อถอย

สำหรับครูซึ่งมีหน้าที่ส่งเสริมและพัฒนาความรู้สึกลึกซึ้งต่อตนเองของนักเรียนโดยการป้องกันไม่ให้เกิดความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในทางลบ ครูต้องเป็นผู้มีเจตคติที่ดีกับตนเองในทางที่ดีเสียก่อนจึงพร้อมที่จะเข้าใจเด็กและยอมรับผู้อื่น คือให้เข้าใจตนเอง ยอมรับตัวเองเสียก่อน จึงพร้อมที่จะยอมรับผู้อื่น โดยเฉพาะนักเรียน แต่ในทำนองเดียวกัน ถ้าหากครูปฏิเสธตนเองไม่เห็นคุณค่าในตนเอง ก็ไม่พร้อมที่จะยอมรับคนอื่น ในด้านการจัดเรียนการสอน ที่จะนำไปสู่การพัฒนาความรู้สึกลึกซึ้ง ประณีต ชูทัย เจนจิต (2545: 309) กล่าวว่า จะต้องมีการบรรยายดังต่อไปนี้

1. บรรยายภาพที่ท้าทาย โดยการกระตุ้นให้กำลังใจเพื่อให้เด็กประสบผลสำเร็จในการเรียน
2. บรรยายภาพที่อิสระ โดยการสร้างให้เด็กยอมรับนับถือตนเอง มีโอกาสที่จะเลือกสิ่งที่ดี มีความหมายต่อตนเอง ทำให้เกิดความมั่นใจในตนเอง

3. บรรยายภาพที่ยอมรับนับถือ โดยการให้การยอมรับว่า เด็กมีความสามารถและมีคุณค่าในตัวเอง ทำให้เด็กรู้สึกว่าคุณค่าเพื่อสร้างความศรัทธาในตัวเอง

4. บรรยายภาพที่อบอุ่น โดยการให้ความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจ ให้ความช่วยเหลือ สร้างความรู้สึกทางด้านจิตใจเพื่อให้เด็กเกิดความอบอุ่นใจ มีความรักผูกพันกับโรงเรียน

5. บรรยายภาพแห่งการควบคุม โดยการฝึกระเบียบวินัยให้เด็กเข้าใจถึงการอยู่ร่วมกัน ครูต้องให้ความยุติธรรม ไม่ให้สิทธิพิเศษกับเด็กบางคน ให้ความสำคัญกับเด็กเท่าเทียมกัน

ลักษณะของการปรับตัวที่ดี

Hurlock (1978) ได้กล่าวว่า บุคคลที่มีการปรับตัวที่ดีจะมีลักษณะยอมรับสภาพของตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้ มีความเป็นประชาธิปไตย มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น ทั้งนี้ยังให้หลักในการพิจารณาการปรับตัวที่ดีไว้ 4 ประการ คือ

1. การแสดงออก ถ้าหากว่าพฤติกรรมที่แสดงออกนั้นเหมาะสมกับความคาดหวังของกลุ่มอายุ และระดับการพัฒนาแล้วก็จะเป็นที่ยอมรับของกลุ่ม

2. ความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลทุกกลุ่ม

3. มีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น และต่อบทบาทของตนเองในสังคม

4. มีความพอใจในตนเองทั้งการเป็นผู้นำและผู้ตาม

นิภา นิธยาชน (2530) กล่าวถึงลักษณะของวัยรุ่นที่สามารถปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข และมีสุขภาพจิตดี พอสรุปได้ดังนี้

1. มีความเชื่อมั่นและความรู้สึกมั่นคง ไม่รู้สึกว่าตนมีปมด้อย ไม่เกรงกลัวตำแหน่งความยิ่งใหญ่ หรือการก้าวร้าวของผู้อื่น ในขณะเดียวกันก็รู้จักยอมรับความสามารถและความสำเร็จของผู้อื่น มีความปรารถนาดีต่อผู้อื่นด้วยความจริงใจ วิพากษ์วิจารณ์ผู้อื่นด้วยใจเป็นกลาง กล้าที่จะเผชิญชีวิตแม้จะมีเหตุการณ์ร้ายแรงเกิดขึ้นก็ตาม

2. ลักษณะที่อบอุ่นเป็นมิตร สามารถให้และรับความรัก มีลักษณะนิสัยน่ารักเมตตากรุณาต่อผู้อื่นด้วยใจจริงมิใช่หวังผลตอบแทน จิตใจไม่โหดร้ายหรือเห็นแก่ตัว รู้จักเกรงใจและคำนึงถึงจิตใจผู้อื่น

3. ความรู้สึกตระหนักในคุณค่าของภาระหน้าที่ที่ปฏิบัติ ใช้ความสามารถและสติปัญญาอย่างเต็มที่ในการศึกษาเล่าเรียนและในกิจกรรมต่างๆ ของโรงเรียน เข้าร่วมชุมนุมต่างๆ ของโรงเรียนด้วยความสนุกสนานและสนใจ ขณะอยู่บ้านก็ช่วยเหลืองานบ้านเท่าที่ทำได้

4. พร้อมที่จะรับประสบการณ์ใหม่ และสนใจในกิจกรรมรอบตัว มีความสุขในสิ่งต่างๆ ความถนัดและความสนใจ เช่น การเล่นเทนนิส การเล่นดนตรีที่ตนชอบ ถึงแม้จะเล่นได้ไม่ดีนัก

5. รู้จักรักษานามัยและสุขภาพร่างกายสม่ำเสมอทั้งในการกินการนอนและการออกกำลังกาย

6. มีความกล้าที่จะเผชิญความจริงในชีวิต ไม่พยายามหลบหนีปัญหาต่างๆ ที่จะนำความทุกข์ใจ เช่น ความล้มเหลวที่เกิดขึ้น ความผิดพลาดในชีวิต โดยไม่หาทางออกด้วยการกล่าวโทษผู้อื่นหรือกลบเกลื่อนข้อบกพร่องของตนเองด้วยวิธีการปรับตัวแบบต่างๆ

7. มีจิตใจหนักแน่นมั่นคง ไม่ท้อถอยหวาดหวั่น พร้อมที่จะแก้ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นเต็มกำลังความสามารถ และไม่ว่าจะเผชิญต่อความคับข้องใจมากเพียงใดก็ตามก็ยังจะสามารถคงไว้ซึ่งบุคลิกภาพที่น่านับถือ

8. มีความสามารถในการปรับตัวได้ดี สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมทางครอบครัวและสังคมได้ง่าย มีใจกว้างพอที่จะรับฟังข้อโต้แย้งของผู้อื่น ในขณะเดียวกันก็เป็นผู้ยึดมั่นในหลักการที่ดีมีมาตรฐานการประพฤติปฏิบัติสูงและยึดถือค่านิยมที่ดีงาม

9. มีความสามารถในการควบคุมจิตใจตนเองได้ ไม่มีอารมณ์เกลียดแรงแสดงแค้นหรืออิจฉาริษยา รู้จักยับยั้งอารมณ์โกรธได้

10. ปราศจากนิสัยในทางจิตที่กระทบกระเทือนบุคลิกภาพ ไม่ลงโทษตัวเองเมื่อกระทำผิด แต่จดจำประสบการณ์ไว้เป็นบทเรียนที่มีค่า ไม่หวาดหวั่นระแวงสงสัยผู้อื่น ไม่หุ่หม่หม่ในเรื่อง เล็กน้อยไร้สาระ ไม่เคร่งเครียด และวิตกกังวลจนเกินเหตุ

Gilmer (1975 อ้างใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2533: 640) ได้เสนอว่า คนที่จะปรับตัวได้ ดีควรจะมีลักษณะดังนี้

1. เป็นคนที่ยอมรับความจริง และยอมรับตนเองตลอดเวลา
2. เป็นคนที่ตระหนักถึงความต้องการ ความรู้สึก และความคิดของตนเอง
3. เป็นคนที่รู้จักถึงคุณค่าของตนเอง
4. เป็นคนที่มีความมั่นคงทั้งกายและใจ
5. เป็นคนที่มีความสามารถให้ความรักแก่บุคคลอื่นได้
6. เป็นคนที่มีความสามารถรับความรักจากบุคคลอื่นได้
7. เป็นคนที่มีความสามารถในการสร้างสรรค์
8. เป็นคนที่รู้ถึงระดับความเครียดของตนเอง
9. เป็นคนที่พยายามแก้ไขสถานการณ์ที่เผชิญอยู่แทนที่จะยอมรับอย่างง่ายดาย
10. เป็นคนที่พยายามหาทางเปลี่ยนแปลง เมื่อเกิดความไม่สบายใจ
11. เป็นคนที่ยืดหยุ่น
12. เป็นคนที่รู้ตัวว่าเมื่อไหร่ควรหรือไม่ควรวิตก

ลักษณะของการปรับตัวที่ดีของวัยรุ่น

Havighurst (1961 อ้างใน พรณี ชูทัย เจนจิต, 2545) กล่าวว่า ในแต่ละช่วงวัยของชีวิตนั้น จะมีงานประจำวัย ซึ่งเป็นงานที่เด็กแต่ละคนควรจะได้ทำในช่วงวัยนั้นๆ เป็นงานที่แต่ละบุคคล จะต้องเรียน เป็นผลงานของชีวิต เป็นงานที่แต่ละคนจะต้องทำในช่วงวัย ถ้าบุคคลใดไม่ประสบ ผลสำเร็จในช่วงนั้นๆ จะมีผลต่อการปรับตัว ซึ่งมีอิทธิพลต่อการทำงานระยะหลังๆ ด้วย สังคมที่ เจริญก้าวหน้าต่อไปได้อย่างสมบูรณ์นั้น คือ สังคมที่คนในชาติบรรลุนานตามพัฒนาการ

Havighurst ได้เสนอผลงานประจำของวัยรุ่น ซึ่งมีอายุระหว่าง 12-18 ปี โดยอาศัยพื้นฐาน ทางสรีระวิทยา วัฒนธรรม และจิตวิทยา ไว้ดังนี้

1. สามารถสร้างความสัมพันธ์อันดีและเหมาะสมกับเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกันได้ทั้งเป็นเพื่อนเพศเดียวกันและเพื่อนต่างเพศ เปิดโอกาสให้เด็กได้ปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนๆ ในชั้นเรียน ครูควรให้ความช่วยเหลือเป็นพิเศษกับเด็กที่ไม่สามารถเข้ากับเพื่อนๆ ได้

2. แสดงบทบาททางสังคมได้เหมาะสมกับเพศของตน พยายามให้เด็กเห็นว่าทั้งเพศหญิงและเพศชายล้วนมีความสามารถที่จะประกอบอาชีพต่างๆ ได้เหมือนกัน อย่าทำให้รู้สึกว่าการเป็นเพศหญิงอ่อนแอพึ่งพาตนเองไม่ได้

3. ยอมรับสภาพกายตนเอง และสามารถใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกายได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนรู้จักระวังสุขภาพตนเอง

4. รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเองได้

5. มีความมั่นใจเกี่ยวกับการใช้จ่าย รู้จักรับผิดชอบต่อการเงิน ตลอดจนมีการเลือกและเตรียมตัวเพื่ออาชีพ

6. มีการเตรียมตัวเพื่อการแต่งงานมีครอบครัว ซึ่งอาจเป็นไปได้ว่าวิธีที่ดีที่สุดที่จะช่วยให้เด็กบรรลุงานนี้ คือการจัดเป็นวิชาเฉพาะเกี่ยวกับการแต่งงาน และการมีครอบครัวไว้ในหลักสูตร

7. เริ่มเตรียมตัวที่จะเป็นพลเมืองดี โดยการหาทักษะในการใช้ภาษา การสื่อความหมาย การหาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องต่างๆ เช่น กฎหมาย รัฐบาล เศรษฐกิจ และสังคม ครูควรกระตุ้นให้เด็กมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของสังคม

8. มีความต้องการและรู้จักพัฒนาตนเองให้มีความรับผิดชอบต่อทั้งตนเองและผู้อื่น ให้คำนึงถึงความต้องการผู้ที่ด้อยกว่าตน ให้คำชมเชยสำหรับพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกถึงความรับผิดชอบ

9. มีความเข้าใจเรื่องค่านิยม ตลอดจนรู้จักตัดสินใจเลือกค่านิยม และมาตรฐานที่ตนควรยึดถือหลักในการดำเนินชีวิต

ฉะนั้น จึงกล่าวโดยสรุปว่า ผู้ที่มีการปรับตัวทางสังคมดี ต้องเป็นบุคคลที่มีความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง และเข้าใจผู้อื่น รับรู้และเข้าใจสภาพของความเป็นจริงในสังคม มีความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นในสังคม สามารถอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีความสุข เมื่อพบปัญหาหรืออุปสรรคสามารถจัดการกับปัญหานั้นได้อย่างเหมาะสม

แนวคิดเกี่ยวกับสัมพันธภาพ

ความหมายของสัมพันธภาพ

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับเรื่องสัมพันธภาพ ได้มีผู้ให้ความหมายของคำว่า “สัมพันธภาพ” ดังนี้

Chickering (1993: 90) กล่าวว่า สัมพันธภาพระหว่างบุคคล หมายถึง การที่บุคคลมีความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น และการเปลี่ยนแปลงจากการพึ่งพาตนเองไปสู่การพึ่งพาซึ่งกันและกัน ซึ่งความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น ได้แก่ การสามารถยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่นได้ และการมีใจกว้าง ส่วนการเปลี่ยนแปลงจากการพึ่งพาตนเองไปสู่การพึ่งพาซึ่งกันและกัน ได้แก่ การวางใจกัน การให้ความช่วยเหลือสนับสนุน การให้และการรับ เป็นต้น

ราชบัณฑิตสถาน (2530: 809) สัมพันธภาพ หมายถึง ความผูกพัน ความเกี่ยวข้อง

กฤษณา ศักดิ์ศรี (2534: 10) กล่าวถึง ความหมายของสัมพันธภาพว่า สัมพันธภาพเป็นความเกี่ยวข้องของมนุษย์ที่มีต่อกันทั้ง โดยทางตรงและทางอ้อม มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีความสามัคคีกัน ยอมรับนับถือ ตลอดจนการปฏิบัติตนให้อยู่ในกรอบของสถาบัน และวัฒนธรรมอันเดียวกัน มีการสืบทอดเจตนารมณ์จนเกิดเป็นสังคมขึ้น ความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันของมนุษย์นี้เองเป็นทางช่วยให้มนุษย์เข้าใจซึ่งกันและกัน ทั้งระหว่างบุคคลหรือกลุ่ม

วิจิตร อาวะกุล (2542: 10) สัมพันธภาพ หมายถึง ความสัมพันธ์ผูกพันเกี่ยวข้องกันระหว่างบุคคลกับบุคคล บุคคลกับกลุ่มบุคคล บุคคลกับคณะบุคคลหรือสังคม

จากคำจำกัดความสัมพันธภาพที่กล่าวมานั้นพอสรุปได้ว่า สัมพันธภาพ หมายถึง ความผูกพันเกี่ยวข้องกันระหว่างบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป ที่มีต่อกันทั้งโดยทางตรงและทางอ้อม โดยมี

พฤติกรรมโต้ตอบระหว่างบุคคลอันจะนำมาซึ่งความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันของบุคคล ทำให้เกิดการปรับตัวทางสังคม ความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น เกิดการพึ่งพาซึ่งกันและกัน เพื่อความสงบสุขของสังคมและทำให้สังคมนั้นน่าอยู่

การสร้างสัมพันธภาพ

ในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีนั้น ควรเริ่มจากการเข้าใจตนเอง และปรับปรุงข้อบกพร่องของตนเองก่อน ซึ่ง คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2547: 112 - 113) ได้แบ่ง “ตน” หรือ “ตนเอง” ออกเป็น 3 ประเภทดังนี้

1. ตนตามอุดมคติ (Ideal Self) หมายถึง ตนที่คนเราอยากจะเป็น

2. ตนที่ตนเองและคนอื่นรับรู้ (Perceived Self) มี 2 ลักษณะได้แก่

2.1 ตนที่ตนเองรับรู้ หมายถึง การที่เรามองเห็นตนเองว่าเป็นอย่างไร เช่น เรามองเห็นว่าตัวเองเก่ง ดี รวย เป็นต้น

2.2 ตนที่คนอื่นรับรู้ หมายถึง การที่คนอื่นมองว่าเรามีลักษณะอย่างไร เช่น เป็นคนไม่สุภาพ ไม่เป็นมิตร เป็นต้น

3. ตนที่เป็นจริง (Real Self) หมายถึง สภาพที่แท้จริงของบุคคล บางครั้งบุคคลบางคนไม่รู้จักตนเองได้ดี จึงแสดงพฤติกรรมออกไปไม่เหมาะสม เช่น บางคนชอบร้องเพลงทั้งๆ ที่ร้องเพลงไม่ไพเราะเลย

การยอมรับในความแตกต่างของบุคคลนั้นก็มีความสำคัญกับการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ดังที่ วิจิตร อาวะกุล (2542: 20) ได้กล่าวว่า การยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่นเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น เพราะบุคคลจะดีเหมือนกันหมดไม่ได้ในขณะเดียวกันก็ไม่เลวไปหมดทุกคน บุคคลย่อมมีความแตกต่างกัน มากบ้างน้อยบ้าง จากดีที่สุด ก่อนข้างดี พอใช้ ใช้ไม่ได้ เลว น้อย เลวมาก เหล่านี้ละเล้ากันไป บุคคลต้องเผชิญและสัมพันธ์กับบุคคลเหล่านี้อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ การยอมรับความแตกต่างของบุคคล จะทำให้บุคคลเข้าใจได้ดี มีความอดทนในการสัมพันธ์กัน

วิจิตร อาวะกุล (2542: 21 -22) ได้กล่าวถึงความแตกต่างของบุคคลไว้ดังนี้

1. รูปร่าง หน้าตา ท่าทาง (Appearance) บุคคลย่อมเลือกเกิดไม่ได้ บางคนสูง บางคนต่ำ บางคนดำ บางคนขาว บางคนพิการ เป็นต้น แต่บุคคลมีความเป็นคนเสมอภาคกันหมด ดังนั้นจึงไม่ควรมียึดติดต่อรูปร่าง ท่าทาง และการแต่งกายของบุคคลในการมีสัมพันธภาพกัน
2. อารมณ์ (Emotion) บุคคลมีอารมณ์แตกต่างกัน บางคนอารมณ์เย็น บางคนมีอารมณ์ร้อน โมโหฉุนเฉียว โกรธง่าย เป็นต้น
3. นิสัย (Habit) บางคนนิสัยดี บางคนนิสัยใจคอร้าย คดโกง เป็นต้น
4. ทักษะ (Attitude) ความรู้สึกที่แสดงออกแตกต่างกันเป็นรายบุคคลหรือเป็นหมู่เหล่า
5. พฤติกรรม (Behavior) การแสดงออกของบุคคล แตกต่างกันไปตามสาเหตุหรือสิ่งเร้า
6. ความถนัด (Aptitude) บุคคลมีความถนัดตามธรรมชาติต่างกัน ถ้าได้ทำงานที่ถนัด จะทำได้มาก ทำได้ดี ผลงานดี มีขวัญในการทำงานดี แต่ถ้าทำงานในสิ่งที่ไม่ถนัด นอกจากจะทำได้ไม่ดีหรือทำได้แต่ไม่ดี ผลงานเสียแล้วยังหนักใจและยังกลัวใจอีกด้วย
7. ความสามารถ (Ability) บุคคลมีความสามารถแตกต่างกันเช่น ร่างกายแข็งแรง ไม่เท่ากัน คนที่แข็งแรงย่อมทำงานหนักได้มากกว่าคนอ่อนแอ ผู้ชายแข็งแรงกว่าผู้หญิง และผู้หญิงทำงานละเอียดเรียบร้อยกว่าผู้ชาย
8. สุขภาพ (Health) บุคคลย่อมมีสุขภาพอ่อนแอแข็งแรงไม่เท่ากัน ผอมแห้งแรงน้อย บางคนมีโรคประจำตัว บางคนสมบูรณ์
9. รสนิยม (Taste) บุคคลมีรสนิยมต่างกัน ดังนั้น ไม่ควรดูถูกเหยียดหยามเยาะเย้ยถากถาง ดำเนินดีเดียวกัน เพราะบุคคลมีพื้นฐานต่างกัน
10. สังคม (Social) สังคมของบุคคลแต่ละคนจะแตกต่างกัน ทุกคนจะมีโลกและสังคมของตนเอง

นอกจากนี้บุคคลจะมีความสัมพันธ์สนิทสนมกันได้ จะต้องมีความไว้วางใจเกิดขึ้นก่อน ความไว้วางใจจะทำให้บุคคลเกิดอบอุ่นใจ กล้าแสดงความคิดเห็น ช่วยเหลือเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน การมีความไว้วางใจจะต้องมีความพัฒนาเป็นขั้นตอน ไม่ใช่ไปสู่จุดสูงสุดเลย ภายในครั้งเดียว ความไว้วางใจจะถูกสร้างขึ้น ถ้าบุคคลมีความรู้สึกว่าบุคคลใดได้รับการสนับสนุน และยอมรับมีการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน ซึ่งจะทำให้เกิดความไว้วางใจกันมากขึ้น

สิ่งสำคัญอีกสิ่งหนึ่งในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นคือ การให้ความช่วยเหลือผู้อื่น ในยามที่บุคคลนั้นมีปัญหา แต่เราจะไม่แก้ปัญหแทนบุคคลนั้น ทั้งหมดทุกอย่างเพราะเรามีความเชื่อมั่นว่าบุคคลนั้นมีความสามารถที่จะรับผิดชอบตนเองได้ และในการช่วยเหลือกัน ควรมีลักษณะพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน เพราะไม่มีใครจะเป็นผู้รับหรือผู้ให้ฝ่ายเดียวได้ ซึ่งเป็นพฤติกรรมสังคมที่จะต้องมีการตอบสนองกันอยู่ตลอดเวลาพฤติกรรมสังคมนี้เป็นศิลปะที่เรียนรู้ได้ แต่จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับพื้นฐานอันละเอียดอ่อนในจิตใจของแต่ละบุคคล นอกจากนี้ปัจจัยที่แฝงอยู่และเป็นเครื่องเสริมให้มีมิตรภาพดำเนินไปอย่างราบรื่น คือความจริงใจ ที่เกิดขึ้นทั้งฝ่ายผู้ให้และผู้รับ (วิภาพร มาพบสุข: 2543)

หลักพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพ

Coleman and Hammen (1974) ได้กล่าวถึงหลักพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพ ประกอบด้วยปัจจัยที่สำคัญ ได้แก่

1. การมีวัตถุประสงค์ร่วมกัน สัมพันธภาพใดก็ตามจะยั่งยืนก็ต่อเมื่อสัมพันธภาพนั้นสนองความต้องการของบุคคลทั้งสองฝ่าย ไม่ว่าจะเป็นเพื่อน ความรัก การเป็นที่ยอมรับทางสังคม ความรู้สึกมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี เป็นต้น ถ้าไม่สนองความต้องการแม้ในฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง สัมพันธภาพไม่อาจคงอยู่ได้ ดังนั้นการมีวัตถุประสงค์และความต้องการร่วมกัน จึงเป็นปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญอย่างยิ่งในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

2. การเคารพในสิทธิและความเป็นตัวของตัวเองของบุคคล สัมพันธภาพที่ใกล้ชิดอาจแตกร้างลงได้ ถ้าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งล่วงล้ำสิทธิและไม่ยอมให้อีกฝ่ายหนึ่งเป็นตัวของตัวเอง คนที่เคยสนิทอาจเลิกคบกันได้ การปฏิบัติต่อกันต่อประชาธิปไตยด้วยความเคารพในสิทธิและเสรีภาพของกันและกันจึงเป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่ง แต่ไม่ได้หมายความว่าเราจะต้องยอมรับและเห็นด้วยกับความคิดหรือความเชื่อของเขา

3. โครงสร้างและแบบแผนของสัมพันธภาพ สัมพันธภาพทางสังคมโดยทั่วไปมักมีโครงสร้างและลักษณะการติดต่อสื่อสารเฉพาะที่เป็นข้อตกลง สอดคล้องต่อกัน เช่น สัมพันธภาพระหว่างครูกับนักเรียน สัมพันธภาพระหว่างเพื่อนกับเพื่อน บิดามารดากับบุตร เป็นต้น โครงสร้างและแบบแผนการติดต่อสื่อสารจะขึ้นอยู่กับผู้อื่นที่อยู่ในสัมพันธภาพนั้นๆ เป็นรายๆ ไปเป็นส่วนใหญ่ โครงสร้างและแบบแผนการติดต่อสื่อสารที่พัฒนาขึ้นอยู่ในขอบเขตที่สร้างความพึงพอใจทั้งสองฝ่าย สัมพันธภาพจะยาวนานหรือไม่ขึ้นขึ้นอยู่กับความพึงพอใจของทั้งสองฝ่าย

4. องค์ประกอบของการติดต่อสื่อสาร องค์ประกอบในการติดต่อสื่อสาร ที่อาจก่อให้เกิดปัญหาในด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ได้แก่

4.1 การมีภูมิหลังและประสบการณ์แตกต่างกัน เช่น ผู้มีระดับการศึกษาและฐานะทางเศรษฐกิจเดียวกันมักมีภาษาที่สื่อสารความหมายระดับเดียวกัน

4.2 การเลือกรับรู้โดยให้ความสนใจเฉพาะข้อความบางตอน ทำให้ไม่ได้ข้อเท็จจริงทั้งหมดซึ่งทำให้การตีความผิดพลาดได้

4.3 อารมณ์และความรู้สึกในขณะที่มีการรับรู้ปัจจัยในสิ่งแวดล้อมไม่ว่าจะเป็นเหตุการณ์หรือบุคคลที่ก่อให้เกิดอารมณ์ต่างๆ เช่น ความมั่นใจ ความกลัว หรือความโกรธเป็นต้น อาจทำให้เกิดการรับรู้ และการตีความหมายที่ผิดพลาดได้

4.4 ความไม่ไวต่อการรับรู้ ส่วนใหญ่อารมณ์ที่ซ่อนเร้นอยู่ในข้อความต่างๆ มีความหมายสำคัญยิ่งกว่าข้อความที่สื่อสารออกมา ความไม่สามารถรับรู้ถึงอารมณ์ที่ซ่อนเร้นอยู่อาจรับรู้และตีความหมายผิดพลาดได้

5. การรู้จักตนเอง และสิ่งแวดล้อมอย่างกระจ่าง

5.1 การรับรู้ตนตามความเป็นจริง ซึ่งจะนำไปสู่การยอมรับตนเอง

5.2 การรับรู้ผู้อื่นตามความเป็นจริง อันจะนำไปสู่การเข้าใจและยอมรับผู้อื่น

5.3 การรับรู้สัมพันธภาพตามความเป็นจริง เพื่อจะสนองความต้องการและ

ก่อให้เกิดความพึงพอใจรวมทั้งสองฝ่าย

6. การห่วงใยผู้อื่น อาจแสดงออกโดยการพูดหรือการกระทำอาจพูดปลอบใจ แสดงความห่วงใยหรือให้ความช่วยเหลือ เมื่อผู้อื่นประสบความยุ่งยากลำบากใจ หรือแสดงความซาบซึ้ง แสดงความขอบคุณ ในคุณความดีที่ผู้อื่นได้แสดงต่อตน แสดงความชื่นชมในความดีที่ผู้อื่นมี ย่อมเป็นการเสริมแรงคุณลักษณะเช่นนั้น และช่วยสร้างเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคลให้แน่นแฟ้นยิ่งขึ้น

7. ชื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น การเป็นตัวของตัวเองและชื่อสัตย์ต่อความคิดเห็นและความเชื่อของตนเองนั้นเป็นสิ่งสำคัญ บุคคลไม่ควรหลีกเลี่ยงที่จะพูดความจริงเพียงเพราะไม่กล้าเผชิญความขัดแย้ง และควรมีความเชื่อด้วยว่าผู้อื่นก็ยอมจะกล้าเผชิญความจริง และหาทางแก้ไขปัญหาค้นได้ในทางสร้างสรรค์ อย่างไรก็ตาม ความเป็นจริงที่พูดต้องแสดงให้เห็นความเคารพในความเป็นตัวเองของผู้อื่นคำนึงถึงความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่น พร้อมทั้งแสดงความห่วงใย เป็นมิตรอย่างจริงใจด้วย ความหวังดีจึงเป็นความจริงที่นุ่มนวลไม่ก้าวร้าว

ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า หลักพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพนั้นเป็นสิ่งสำคัญในการทำให้อีกบุคคลเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น พฤติกรรมและการแสดงออกของแต่ละบุคคลจะทำให้สามารถรับรู้ถึงสิ่งที่ซ่อนเร้นอยู่ได้ การรับรู้และการตีความถึงอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นที่ถูกต้องและตรงความเป็นจริง รับรู้ตนเองและผู้อื่นตามสภาพความเป็นจริง รวมทั้งการแสดงออกด้วยความจริงใจ ความห่วงใย การรู้จักช่วยเหลือผู้อื่น จะทำให้สัมพันธภาพระหว่างบุคคลแน่นแฟ้นและยืนยาวขึ้นได้

ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคล

Carkhuff and Berenson (1977: 203-207) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ดังนี้

1. สัมพันธภาพแบบเปิดเผย การเปิดเผยความรู้สึกเต็มใจที่จะแลกเปลี่ยนข้อมูลประสบการณ์ซึ่งกันและกัน
2. มีความรู้สึกร่วม หมายถึง สามารถมีความเข้าใจบุคคลอื่น รับรู้ความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับบุคคลอื่น

3. การพและยอมรับในบุคคลอื่น หมายถึง ยอมรับในบุคคลอื่นโดยไม่ตัดสินว่าถูกหรือผิด ไม่ประเมินบุคคล การพในบุคคลอื่น รับฟังความคิดเห็นของบุคคลอื่น

4. การยอมรับโดยไม่ต้องเห็นด้วย หมายถึง การเป็นผู้ฟังที่ดีที่พยายามทำความเข้าใจโดยไม่ประเมินบุคคลอื่น แต่ให้ความสนใจในบุคคลอื่น จากข้อความดังกล่าวข้างต้น จะเห็นได้ว่าการพัฒนาตนเองเกี่ยวกับสัมพันธภาพนั้นบุคคลต้องเปิดเผยความรู้สึกของตนเอง แต่ให้ความสนใจบุคคลอื่น

Schneider (1965 อ้างใน วิมาพร มาพบสุข, 2543) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคลไว้ดังนี้คือ

1. ความพอใจในการคบหา หมายถึงการที่บุคคลคบหาสมาคมกันนั้นจำเป็นจะต้องคำนึงถึงความรู้สึก และความพอใจของทั้งสองฝ่ายเป็นเบื้องต้น ต่างฝ่ายก็พอใจที่จะคบหาสมาคม ถ้าต่างฝ่ายไม่พอใจที่จะรู้จักหรือคบหากันแล้ว ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลก็จะไม่ยืนยาวต่อไป อาจจะเป็นการรู้จักกันอย่างผิวเผินเท่านั้น

2. การรู้จักและไว้วางใจกัน เมื่อบุคคลพอใจที่จะคบหาสมาคมกันแล้ว ก็ต้องทำความรู้จักกัน ต้องศึกษารายละเอียดและประวัติส่วนตัวของฝ่ายตรงข้าม หาโอกาสสนทนากันแล้ววิเคราะห์ดูว่าบุคคลนั้นมีทัศนคติหรือสเนิยมแบบเดียวกับตนหรือไม่ การที่จะให้ผู้อื่นไว้วางใจตนเองนั้น บางคนใช้วิธีเปิดเผยตัวเองแสดงความบริสุทธิ์ใจเพื่อให้ฝ่ายรู้จักคุ้นเคยและไว้วางใจรวดเร็วขึ้น ซึ่งจะทำให้บุคคลมีความเข้าใจ สนิทสนมกันเป็นอย่างดี

3. ปทัสถานส่วนบุคคล สิ่งหนึ่งที่จะช่วยให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นไปอย่างแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น ได้แก่ ปทัสถานส่วนตัวที่แต่ละบุคคลยึดมั่นและแสดงออก อันมีผลกระทบต่อกันถ้าบุคคลมีปทัสถานส่วนบุคคลดี ก็จะเป็นเสน่ห์ของบุคคลนั้น เป็นที่รักใคร่และชื่นชอบของบุคคลอื่น อันจะเป็นปัจจัยในการสร้างสัมพันธภาพและมิตรภาพที่ดีต่อกันได้

4. การลงทุนส่วนตัว เมื่อบุคคลเข้าไปมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นหรือกลุ่มอื่นใดก็ตาม บุคคลอาจจะได้กำไร หรือขาดทุน กำไรในที่นี้หมายถึง ความพอใจ ความสำเร็จ ความร่าเริงและความสุขใจส่วนขาดทุนหมายถึง ความไม่สบายใจ ความทุกข์ใจ ความอับอายและความกระวนกระวายใจ คำว่าต้นทุนหมายถึง ทรัพย์สินเงินทอง ชื่อเสียง โอกาสและเวลาที่เสียไปด้วย ดังนั้นการ

ที่บุคคลจะคบใครนั้นแต่ละบุคคลจะต้องพิจารณาถึงกำไรและขาดทุนไว้ในใจ และยอมลงทุน โดยเสียบ้างบางส่วนเพื่อแลกกับบางอย่างที่พอใจ

Coleman and Hammen (1974) ได้กล่าวถึงปัจจัยในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลได้แก่

1. การมีวัตถุประสงค์ร่วมกัน โดยสัมพันธภาพนั้นสนองความต้องการทั้งสองฝ่าย
2. การเคารพในสิทธิและความเป็นตัวเอง ไม่ล่วงล้ำสิทธิและเสรีภาพของกันและกัน
3. โครงสร้างและแบบแผนของสัมพันธภาพ ซึ่งสัมพันธภาพจะยาวนานหรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับความพึงพอใจของทั้งสองฝ่ายได้รับ
4. องค์ประกอบของการติดต่อได้แก่
 - 4.1 ภูมิหลังและประสบการณ์ที่แตกต่างกัน
 - 4.2 การเลือกรับรู้โดยสนใจเฉพาะข้อความบางตอน ทำให้ไม่ได้รับข้อเท็จจริงทั้งหมด ทำให้การตีความผิดพลาดได้
 - 4.3 อารมณ์และความรู้สึกขณะรับรู้ ทำให้ตีความผิดพลาด
 - 4.4 ความไวในการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกที่ซ่อนเร้น ซึ่งอาจทำให้การรับรู้และตีความผิดพลาดได้
5. การรู้จักตนเองและผู้อื่น
 - 5.1 การรับรู้ตนเองตามความเป็นจริง ซึ่งจะนำไปสู่การเข้าใจและยอมรับตนเอง
 - 5.2 การรับรู้ผู้อื่นตามความเป็นจริงอันจะนำไปสู่ความเข้าใจและยอมรับผู้อื่น

5.3 การรับรู้สัมพันธภาพตามความเป็นจริง เพื่อจะสนองความต้องการและก่อให้เกิดความพึงพอใจร่วมกันทั้งสองฝ่าย

6. การห่วงใยผู้อื่น ซึ่งอาจแสดงออกได้โดยการพูดปลอบใจ แสดงความห่วงใย ความซาบซึ้ง หรือช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นประสบความยุ่งยากลำบากใจหรือมีปัญหา

7. การเคารพตนเองและผู้อื่น ได้แก่ การเป็นตัวของตัวเอง เคารพต่อความคิดเห็นและความเชื่อของตนเอง ไม่หลีกเลี่ยงที่จะพูดความจริงที่นุ่มนวลไม่ก้าวร้าว และในเชิงสร้างสรรค์มากกว่า นอกจากนี้ยังต้องคำนึงถึงความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่น การห่วงใยและเป็นมิตรอย่างจริงจังจะทำให้สัมพันธภาพดำเนินไปอย่างราบรื่นได้ดี

จากปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคลดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า การที่บุคคลจะสามารถพัฒนาตนเองเกี่ยวกับด้านการสร้างสัมพันธภาพได้นั้น ควรเริ่มจากความพอใจที่ทั้งสองฝ่ายจะคบหาสมาคมกันมีการแสดงออกด้วยมารยาทและความประพฤตินี้ดีต่อกันรู้จักเปิดเผยตนเองอย่างบริสุทธิ์ใจ ไว้วางใจซึ่งกันและกันรับรู้ความรู้สึกที่เกิดขึ้นของบุคคลอื่นทั้งควรเคารพและยินดีรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นด้วย

การพัฒนาสัมพันธภาพ

Sasse (1978) กล่าวว่า สัมพันธภาพกับผู้อื่นมิได้เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติ สัมพันธภาพจะเจริญหรือมีความมั่นคงขึ้นอยู่กับบุคคลและความสัมพันธ์ของบุคคล ดังนั้นการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นจึงเป็นสัมพันธภาพบนพื้นฐานของกระบวนการพัฒนาความรู้สึกและการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การพัฒนาสัมพันธภาพประกอบด้วย

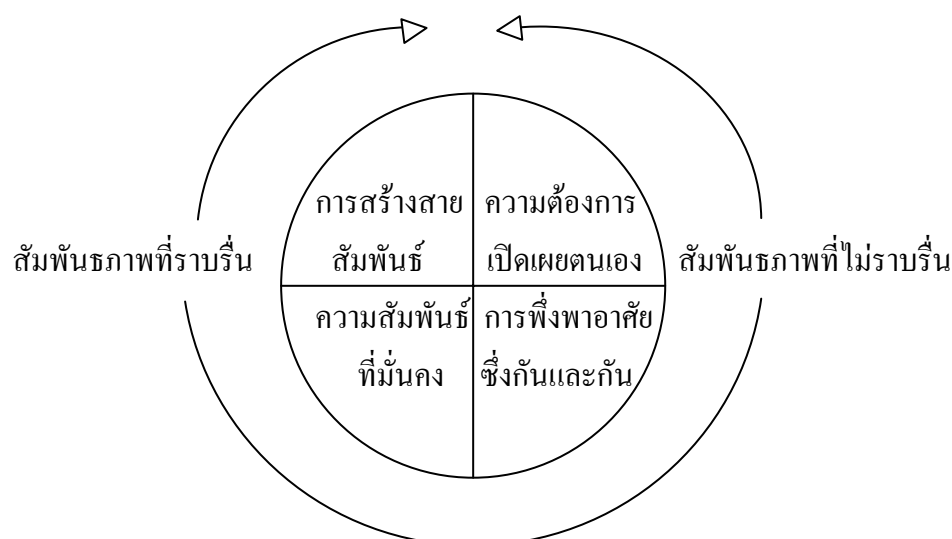
1. การสร้างสายสัมพันธ์ เป็นความรู้สึกที่ทำให้บุคคลอื่นสบายใจ การสร้างสายสัมพันธ์ที่นำไปสู่การปฏิสัมพันธ์ในครั้งต่อไป ขณะที่พัฒนาสายสัมพันธ์ บุคคลจะรู้สึกสบายใจไม่ป้องกันตนเองแต่จะเปิดเผยตนเองและเล่าเรื่องเกี่ยวกับตนเองมากขึ้น

2. การเล่าเกี่ยวกับตนเอง เมื่อบุคคลมีสายสัมพันธ์ต่อกัน บุคคลมักชอบเล่าความรู้สึก ประสบการณ์ และทัศนคติของตนเอง ทำให้รู้จักตนเองและผู้อื่นมากขึ้น

3. การรู้จักพึ่งพาซึ่งกันและกันและกัน บุคคลจะได้เรียนรู้ซึ่งกันและกัน และทราบว่าผู้อื่นชอบอะไรไม่ชอบอะไรเพื่อได้ตอบสนองให้ถูกต้อง และทราบว่าช่วยเหลือเพื่อให้อีกกันได้อย่างไร

4. ความต้องการสัมพันธ์ที่มั่นคง บุคคลเริ่มมีการเคารพซึ่งกันและกัน มีความเชื่อมั่นในตนเองและผู้อื่น และมีความรักในสัมพันธภาพที่เกิดขึ้นเพื่อให้สัมพันธภาพนั้นมั่นคงต่อไป

การพัฒนาทั้งสี่ซึ่งเปรียบเทียบเหมือนสี่ล้อรวมทั้งหมดคือ วงล้อ โดยสามารถหมุนไปข้างหน้าหรือข้างหลังหากสัมพันธภาพเป็นไปทางบวก วงล้อก็หมุนไปข้างหน้าและจะหมุนไปเรื่อยๆเป็นความสัมพันธ์ที่มั่นคง แต่ถ้าการสร้างสายสัมพันธ์เป็นไปในลักษณะโต้เถียงเอาชนะกันในบรรยากาศที่ไม่ดีจะทำให้บุคคลเริ่มลดการเปิดเผยตนเองซึ่งแสดงในภาพประกอบดังนี้



ภาพที่ 1 วงล้อสัมพันธภาพ

ที่มา: Sasse (1978)

Sasse (1978) กล่าวอีกว่า การสร้างความคุ้นเคยเป็นสิ่งสำคัญซึ่งเปรียบเทียบเสมือนบันไดที่บุคคลต้องก้าวไปที่ละขั้น ดังนี้

1. ความใกล้ชิดทางปัญญา เมื่อบุคคลมาพบกันมักจะเริ่มความสัมพันธ์ด้วยการพูดและความคิด เช่น การพูดคุยเกี่ยวกับภาพยนตร์ ความเป็นไปของสังคม เป็นต้น ในช่วงนี้ต่างรักษาความรู้สึกที่แท้จริงในบางเรื่องของคนไว้ และไม่แสดงออกมากเกินไป

2. ความใกล้ชิดทางร่างกาย บุคคลที่มาถึงขั้นนี้จะมีความสนิทสนมกันมากขึ้น มีการสัมผัสกัน เช่น การจับมือ การแตะไหล่ การโอบกอด เป็นต้น

3. ความใกล้ชิดทางอารมณ์ บุคคลสามารถแสดงความรู้สึกของตนเองออกมาได้อย่างเป็นธรรมชาติ ไม่เสแสร้ง ไม่ปกป้องตนเอง บุคคลสามารถเข้าใจ มีความรักและสนับสนุนซึ่งกันและกัน ร่วมแลกเปลี่ยนความรู้สึกหรือความคิดเห็นส่วนตัว

เนื่องด้วยความต้องการของแต่ละบุคคลมีความแตกต่างกันบางคนต้องการหรือชอบมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นเพราะบุคคลนั้นมีความคิดและความสามารถทางปัญญา ส่วนบางคนมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นเพราะมีความใกล้ชิดทางอารมณ์ ใฝ่ใจซึ่งกันและกัน

ในขณะที่สัมพันธภาพกำลังพัฒนานั้น สิ่งสำคัญที่จะช่วยให้เกิดการพัฒนาสัมพันธภาพคือลักษณะของบุคคลได้แก่

1. ความใฝ่ใจ ความสามารถในการใฝ่ใจผู้อื่น เป็นการแสดงถึงความเชื่อมั่นว่าจะไม่มีใครปฏิเสธ หรือทำให้เราเสียความรู้สึก ความใฝ่ใจในที่นี้ หมายถึง การที่เราคาดหวังว่าบุคคลอื่นจะให้การยอมรับและสนับสนุน ความใฝ่ใจจะเริ่มระหว่างสองระยะแรกของวงล้อสัมพันธภาพ กล่าวคือ ขณะสร้างสายสัมพันธ์และแลกเปลี่ยนความรู้สึก ความใฝ่ใจจะมีส่วนสำคัญและเป็นตัวชี้ว่า วงล้อสัมพันธภาพจะเดินไปทางใด

2. ความรักหรือความชอบ ความต้องการความรัก ความพอใจ จะเป็นสิ่งสำคัญของสัมพันธภาพ โดยเฉพาะจำนวนและปริมาณความรักในสัมพันธภาพเป็นองค์ประกอบที่จะช่วยในการพัฒนา แต่ไม่จำเป็นว่าสัมพันธภาพที่จะเกิดขึ้นจะต้องมีความรัก เช่น สัมพันธภาพในทางธุรกิจ พลังหรืออำนาจ เป็นส่วนหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคล พลังหรืออำนาจจะให้เห็นชัดในบางสัมพันธภาพ เช่น พ่อแม่มีอำนาจลงโทษลูก ตำรวจมีอำนาจยึดใบขับขี่ เป็นต้น

3. พลังหรืออำนาจมิได้มีเพียงฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ดังตัวอย่าง ลูกก็มีพลังหรืออำนาจที่จะแสดงออกได้หลายทาง เช่น ปัสสาวะรดที่นอน เป็นต้น หรือพลังอำนาจมักเกี่ยวข้องกับการตัดสินใจ อายุการศึกษา การเงิน เพศ ทักษะ หรือมีความสามารถ บุคลิกภาพ แต่พลังหรืออำนาจมักจะเป็นที่มาของความขัดแย้ง บุคคลบางคนมีความต้องการอำนาจ และมีความสุขที่ได้อำนาจ แต่บางคนต้องการเพียงเล็กน้อย บุคคลที่ต่อสู้เพื่ออำนาจจะมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นได้ไม่ยั่งยืน

ดังนั้นสามารถสรุปได้ การพัฒนาสัมพันธภาพย่อมขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ของแต่ละบุคคลว่าจะสามารถพัฒนาสายสัมพันธ์ไปในทิศทางใด การสร้างสายสัมพันธ์ที่ดีเริ่มจากการเปิดเผยตนเอง การทำความรู้จักตนเองและผู้อื่นให้มากขึ้นจากการพูดคุยและความคิดเพื่อตอบสนองผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม สามารถแสดงความรู้สึกต่างๆ ออกมาอย่างเป็นธรรมชาติทำให้เกิดความสนิทสนมกันมากขึ้น เกิดการพึ่งพาอาศัยกันและกัน อันจะนำไปสู่สัมพันธภาพที่มั่นคงมีความเคารพซึ่งกันและกันต่อไป

การสร้างสัมพันธภาพอันดีกับเพื่อน

Johnson (1986: 7 - 9) ได้เสนอแนะวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกันไว้ดังนี้คือ

1. การรู้จักไว้วางใจกัน ซึ่งจะเกิดได้จากการเปิดเผยตนเอง ได้แก่ การเปิดเผยว่าเรามีความรู้สึกอย่างไรต่อสิ่งที่เรากระทำลงไป การตระหนักในตนเอง ได้แก่ รู้ เข้าใจ และยอมรับในความรู้สึก ความคิด ความสามารถ และการกระทำของตนเอง การยอมรับตนเอง ได้แก่ พอใจและยอมรับลักษณะต่างๆ ของตนเอง
2. การสื่อสารอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา บอกความคิด ความรู้สึกของเราให้ผู้อื่นทราบอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา
3. การยอมรับและสนับสนุนกัน ได้แก่ ช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นมีปัญหา หรือประสบภาวะวิกฤต
4. การรู้จักแก้ปัญหาและจัดการความขัดแย้ง จะช่วยให้บุคคลมีความใกล้ชิด และสนิทสนมกันมากยิ่งขึ้น

กรมสุขภาพจิต (2545: 5-10) ได้เสนอวิธีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นไว้ดังนี้

1. ความเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน
2. ความไว้วางใจ
3. การยอมรับนับถือ
4. การมีส่วนร่วมและการแบ่งปัน
5. การมีความยืดหยุ่น

6. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

วิจิตร อาวะกุล (2542: 137-141) กล่าวว่าวิธีปฏิบัติให้เพื่อนรักใคร่ เห็นอกเห็นใจควรปฏิบัติดังนี้

1. เปิดฉากทักทายติดต่อกัน
2. มีความจริงใจต่อเพื่อน
3. หลีกเลี่ยงการนินทาเพื่อน
4. อย่าขัดท้อความผิดให้เพื่อน
5. ยกย่องชมเชยเพื่อนในสิ่งที่สมควร
6. ให้ความร่วมมือในกิจการของเพื่อนด้วยความเต็มใจเสมอ
7. ให้เพื่อนได้ทราบในสิ่งที่เขาชอบ
8. ฟังความคิดเห็นของเพื่อนบ้าง
9. หลีกเลี่ยงการทำตัวเหนือเพื่อน
10. ทำตนให้เสมอต้นเสมอปลาย
11. ใจกว้างและเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อเพื่อนฝูง
12. ออกไปพบปะสังสรรค์กันกับเพื่อนบ้างตามสมควร
13. ให้ความเห็นอกเห็นใจช่วยเหลือเพื่อนในยามทุกข์ร้อน

วิจิตร อาวะกุล (2542: 181) ได้กล่าวว่าคุณลักษณะของเพื่อนที่ดีที่ควรคบนั้น ควรประกอบด้วยคุณสมบัติดังนี้

1. เป็นคนไม่เอาเปรียบเพื่อน เห็นเพื่อนได้ดีก็ดีใจด้วยไม่อิจฉาริษยา เมื่อเพื่อนตกทุกข์ได้ยากเจ็บไข้ได้ป่วยก็สงสาร เป็นทุกข์แทน พยายามหาทางช่วยเหลือและขอมเสียสละให้กันเมื่อถึงคราวจำเป็น

2. เป็นคนรักเพื่อน ไม่เห็นแก่ตัว เสียสละและเห็นประโยชน์ของส่วนรวม โอบอ้อมอารีย์ เมตตากรุณา พุดจาไมศัลมีสัจย์ เชื่อถือได้ รักษาคำพูด มีสามัคคีธรรม กริยาสุภาพเรียบร้อย นอบน้อมต่อผู้ใหญ่ ไม่กระด้าง

3. มีวาจาอ่อนหวานนินมวล อ่อนน้อมกับคนทั่วไป รักเกียรติของตนและผู้อื่นไม่ทับถมผู้อื่นที่ทำผิดหรือช้า

4. ชักนำ แนะนำเพื่อนในสิ่งดี คอยดักเตือนเพื่อนเมื่อเห็นเพื่อนทำผิด มีความหวังดีต่อเพื่อนมนุษย์ ไม่ผูกพยาบาท

5. ไม่เสียเรื่องความประพฤติ เรื่องการเงิน ไม่เป็นหนี้สินมากมาย ไม่เป็นคนเจ้าชู้ ไม่พาลเกร เล่นการพนัน เสพยาเสพติด ไม่ชอบนินทาขุแหย่ ส่อเสียดผู้อื่น ไม่เป็นที่รังเกียจของสังคมทั่วไป

6. เป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย หนักแน่น เข้มแข็ง ไม่หุเบา เชื้อคนง่าย ไม่เป็นคนจี๋เหนียว แต่ก็ไม่ใช่คนสุรุ่ยสุร่าย

คุณลักษณะดังกล่าวเป็นคุณลักษณะที่ดีของเพื่อนที่ควรคบ ส่วนจะมีมากน้อยหรือมีคุณสมบัติที่สำคัญอย่างไรบ้าง ควรจะคบเพื่อนประเภทใดก็อาจพิจารณาด้วยตนเอง และพิจารณาจากสายตาของคนอื่นว่า คนส่วนมากเขามองคนๆ นั้น เป็นอย่างไรประกอบด้วยก็จะพิจารณาได้ดียิ่งขึ้น

การคบเพื่อนเป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะเพื่อนคือสิ่งแวดล้อมหล่อหลอมชีวิตของเรา ถ้าเพื่อนดี เพื่อนจะชักนำเราไปในทางดี แต่ถ้าเพื่อนไม่ดีก็จะชักนำเราไปในทางที่ไม่ดีได้ หลักอีกข้อหนึ่งในการคบเพื่อนก็คือ เราต้องสังเกตดูว่า เพื่อนที่เราคบนั้น ในสายตาของคนอื่นเห็นว่าเขาเป็นคนเลวเป็นที่ติฉินนินทาหรือสังคมรังเกียจหรือไม่ ถ้าเป็นเช่นนั้นเราก็ต้องสันนิษฐานได้ว่าเพื่อนคนนั้นต้องเป็นคนไม่ดีด้วย ไม่ควรคบหา

แนวคิดเกี่ยวกับการจัดค่าย

ความหมายการอยู่ค่ายพักแรม

ค่ายพักแรม (camping) ตามคำจำกัดความของสมาคมค่ายพักแรมแห่งประเทศไทย สหรัฐอเมริกา เกื้อ แก้วเกต (2524 อ้างใน วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว, 2549) กล่าวว่า

... ค่ายพักแรมเป็นประสบการณ์ทางการศึกษาด้านสร้างสรรค์ ที่เกิดจากการมีชีวิตอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มกลางแจ้ง ใช้ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ เป็นตัวกระตุ้นให้เกิดการพัฒนาสติปัญญา ร่างกาย สังคมและจิตใจ ของคน โดยการช่วยเหลือแนะนำจากผู้นำที่ได้รับการฝึกฝนมาเพื่อการนี้ ...

คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ (2532: 5) สรุปแนวคิดและความหมายของค่ายพักแรมไว้ว่า ค่ายพักแรมที่มีการจัดระเบียบเต็มรูปแบบนั้นมีลักษณะสำคัญ 5 ประการ คือ

1. การจัดประสบการณ์ในทางสร้างสรรค์และในทางการศึกษา
2. การใช้ชีวิตร่วมกันเป็นหมู่คณะไม่ใช่คนเดียวหรือรายบุคคล
3. การใช้ชีวิตร่วมกันนอกสถานที่หรือนอกเมือง
4. การศึกษาและนำเอาทรัพยากรธรรมชาติและทรัพยากรอื่นๆ มาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาสติปัญญา ร่างกาย จิตใจ อารมณ์และการอยู่ร่วมในสังคมประชาธิปไตย
5. การดำเนินการจะต้องอยู่ภายใต้การดูแลช่วยเหลือของผู้นำที่ได้รับการฝึกอบรมมาโดยเฉพาะ

วีระ วิเศษสมิตร (2546) ได้ให้ความหมายของคำว่าค่ายพักแรม หมายถึง การที่บุคคลออกไปใช้ชีวิตนอกอาคารโดยค้างแรมตามป่าหรือบริเวณที่โล่งแจ้งในระยะเวลาหนึ่ง ซึ่งแตกต่างไปจากการอยู่ในบ้าน

จากคำจำกัดความของการอยู่ค่ายพักแรมที่กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า การฝึกปฏิบัติการอยู่ค่ายพักแรมนั้นมิได้หมายความว่าแค่เพียงการไปพักแรมนอกสถานที่หรือการไปค้างแรมเป็นกลุ่มโดยใช้ชีวิตตามธรรมชาติเพื่อความสนุกสนานร่วมกันเท่านั้น แต่การอยู่ค่ายพักแรมยังมีความหมายต่อผู้เข้าร่วมการอยู่ค่ายพักแรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการพัฒนาการศึกษาและการสร้างเสริมคุณลักษณะที่พึงประสงค์ในด้านต่างๆ โดยมีการศึกษาและการฝึกปฏิบัติเข้าไปเกี่ยวข้องเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์ของค่ายพักแรม

การอยู่ค่ายพักแรมมีเป้าหมายที่แน่ชัดและสามารถทำตามเป้าหมายนั้นๆ จนประสบความสำเร็จได้จนทำให้กิจกรรมการอยู่ค่ายพักแรมได้รับความนิยมสนใจอย่างยิ่ง การกำหนดเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ที่สามารถกระทำได้สำเร็จและได้ผลตามที่องค์กรต้องการในการจัดค่ายพักแรมนั้นแต่ละค่ายจะต้องกำหนดวัตถุประสงค์เฉพาะค่ายพักแรมของตน

Dimock (1952: 33–36) ได้กล่าวถึงจุดประสงค์โดยทั่วไปของค่ายพักแรมว่า

1. เพื่อพัฒนาความรู้สึกใกล้ชิดสัมพันธ์กับธรรมชาติและศิลปะการใช้ชีวิตกลางแจ้ง
2. เพื่อศึกษาและเรียนรู้การใช้ชีวิตอย่างถูกต้องและมีความปลอดภัย
3. เพื่อเรียนรู้การสร้างสรรค์สิ่งมีประโยชน์ในเวลาว่าง
4. เพื่อส่งเสริมการพัฒนานุคลิกภาพ
5. เพื่อเรียนรู้การอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มและวิถีทางประชาธิปไตย
6. เพื่อพัฒนาคุณธรรมของจิตใจ

Viola and Crawford (1961) มีแนวคิดเกี่ยวกับจุดมุ่งหมายทั่วไปของค่ายพักแรมดังนี้คือ

1. ค่ายพักแรมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ในอุดมคติ เป็นเหมือนห้องทดลองการดำรงชีวิตในระบอบประชาธิปไตย เพราะเด็กจะเป็นผู้กำหนดวิถีทางของเขาร่วมกัน เป็นการปลูกฝังการปกครองในระบอบประชาธิปไตย

2. ค่ายพักแรมให้ความสนุกสนาน ความสนุกนี้ได้จากการผจญภัย การเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ การได้พบกับเพื่อนใหม่

3. ค่ายพักแรมช่วยให้เกิดการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

4. ค่ายพักแรมช่วยการปรับตัวทางสังคม

5. ค่ายพักแรมพัฒนานิสัยและพัฒนานุคลิกภาพที่ดี

6. ค่ายพักแรมช่วยให้รู้จักการรักษาสุขภาพ และรักษาความปลอดภัย
7. ค่ายพักแรมช่วยพัฒนาความรัก และความสนใจการใช้ชีวิตนอกเมือง
8. ค่ายพักแรมสร้างให้เกิดความมีน้ำใจ

คุณประโยชน์ของค่ายพักแรม

สมบัติ กาญจนกิจ (2536: 13–18) ได้สรุปคุณค่าและสิ่งที่ได้รับจากค่ายพักแรมของเด็กและเยาวชนโดย กล่าวว่า สถาบันทางสังคมจะสร้างสวัสดิการและประสบการณ์ชีวิตให้แก่เด็ก เยาวชน และประชาชน จากการที่สมาคมค่ายพักแรมแห่งประเทศไทยซึ่งก่อตั้งขึ้นในปี ค.ศ.1860 ได้จัดการประชุมผู้นำค่ายพักแรมทุกชนิดขึ้น ในลักษณะของการอบรมเชิงปฏิบัติการ โดยมีจุดประสงค์ในเชิงคำถามว่า ค่ายพักแรมจะส่งเสริมวิถีชีวิตของชาวสหรัฐอเมริกาให้ดีขึ้นได้อย่างไร และจากการประชุมได้มีการนำเสนอหัวข้อ ชื่อ เอกลักษณะและคุณค่าของค่ายพักแรมอย่างมีรูปแบบ (unique contributions of organized camping) ซึ่งได้สรุปว่า สิ่งที่ได้รับจากค่ายพักแรม ได้แก่ ความเข้าใจในตนเอง ความซาบซึ้งในความวิเวก สิทธิเสรีภาพส่วนบุคคล มิตรภาพและความเป็นเพื่อน เวลาว่างและอิสรภาพที่แท้จริง ความซาบซึ้งในการทำงาน ความคิดสร้างสรรค์ สุขทริยภาพ การยอมรับนับถือ ความรับผิดชอบ ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน การเพิ่มพูนความรู้และประสบการณ์ชีวิต ศักยภาพทางกาย ทางจิตใจ ทางอารมณ์ สังคมและจิตวิญญาณ

1. ความเข้าใจในตนเอง (self-understanding) ค่ายพักแรมสร้างโอกาสให้แก่บุคคลได้รู้จักตนเองอย่างเต็มที่ ค่ายพักแรมเป็นสถานที่ที่ปลอดภัยในบุคคลที่ทุกคนยอมรับมากที่สุด ดังนั้น ค่ายพักแรมควรสร้างความรักความเข้าใจพื้นฐานสำหรับเด็ก เพื่อที่จะเจริญเติบโตขึ้นด้วยความอบอุ่นใจ ค่ายพักแรมจะต้องสร้างบรรยากาศให้เด็กกล้าที่จะเผชิญกับความล้มเหลว บรรยากาศและสิ่งแวดล้อมก็ควรจัดให้เด็กเหล่านั้นที่ประสบความล้มเหลว นำพาไปสู่ความสำเร็จได้โดยได้เรียนรู้จากตนเองในสถานการณ์ของค่ายพักแรม ซึ่งคิดว่าจะอยู่ในเมืองที่มีแต่บ่วงที่ทำให้ล้มเหลว แต่ไม่สามารถนำพาไปสู่ความสำเร็จได้ ในขณะที่เดียวกันเขาจะได้รับคำแนะนำอย่างฉลาดและเหมาะสมจากผู้นำค่ายพักแรม การเข้าใจในสถานการณ์และประสบการณ์ ทำให้เด็กสามารถพัฒนาตนเองจากสิ่งแวดล้อมที่ไม่ต้องการจากบ้าน มาเป็นรูปแบบใหม่ที่เหมาะสมภายใต้สถานการณ์ของค่ายพักแรม ชาวค่ายจะมีความเจริญเติบโตในด้านการรู้จักและเข้าใจตนเอง มีโอกาสที่จะทดสอบ

เอกลักษณ์ของตนเอง โดยผ่านกิจวัตรประจำวันในค่ายพักแรมนั้นๆ เช่น การเลือกเพื่อน การเลือกความสนใจ พบคนใหม่ ๆ แทนที่จะอยู่ในครอบครัวเท่านั้น

2. ความซาบซึ้งในความวิเวก (appreciation of solitude) สิ่งที่เราเรียนรู้ที่สุดในการมีชีวิตอยู่ในเมืองก็คือ ความกลัวที่จะอยู่อย่างเปล่าเปลี่ยว คนเราสามารถที่จะค้นหาทรัพยากรภายในตัวเองได้นั่นคือ การมีโอกาสที่จะเรียนรู้ถึงความเปล่าเปลี่ยวค่ายพักแรมช่วยในการที่ทำให้คนเราอยู่คนเดียวหรืออยู่ในกลุ่มโดยไม่เปล่าเปลี่ยวได้ โดยธรรมชาติ เราไม่สามารถจะจัดโอกาสให้คนเราอยู่คนเดียวและไม่เปล่าเปลี่ยวได้ แต่ค่ายพักแรมสามารถช่วยได้ ชาวค่ายสามารถที่จะอยู่ในค่ายพักแรมได้นานๆ และบ่อยครั้งขึ้นตามประสบการณ์ที่ได้รับ รวมถึงอายุขัยของคนเหล่านั้น อย่างไรก็ตามก็ต้องขึ้นอยู่กับกิจกรรมและความต้องการของชาวค่ายด้วย ดังนั้น ทีมงานที่จัดต้องมีทักษะและความเข้าใจว่าชาวค่ายต้องการอย่างไร กิจกรรมนอกเมืองจะช่วยให้สิ่งนี้ได้เป็นอย่างดี โดยทำให้ผู้คนมีลักษณะที่ชอบและรักธรรมชาติมากขึ้น บทกลอน บทกวี ดนตรี หรือการผจญภัย ผู้จัดค่ายพักแรมควรนำกิจกรรมต่างเหล่านี้มารวมอยู่ด้วยเพื่อประสบการณ์ที่สมบูรณ์

3. สิทธิเสรีภาพส่วนบุคคล (individualism and independence) เป็นสิ่งที่ได้รับจากค่ายพักแรมและจะส่งเสริมความเป็นพลเมืองดีในระบอบประชาธิปไตย ชาวค่ายจะมีโอกาสได้รู้จักตนเองและมีความเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น การสร้างความสามัคคีในกลุ่ม ต้องสร้างจากตัวบุคคลก่อนและเริ่มสร้างเป็นทีมทีหลัง ที่ปรึกษาค่ายควรจัดโปรแกรมที่ส่งเสริมความเป็นตัวของตัวเอง เช่น การส่งเสริมความคิด ความอ่านของตัวบุคคล และควรมีกิจกรรมที่ทำทนายไว้สำหรับเด็กที่ไม่ค่อยกล้าแสดงออก รวมไปถึงกลุ่มผู้นำค่ายและพี่เลี้ยง ควรมีการสร้างคุณธรรม จริยธรรม ให้แก่ทุกคนในค่ายพักแรม

4. มิตรภาพและความเป็นเพื่อน (friendliness) บรรยากาศของค่ายพักแรมที่จะได้รับอย่างไม่มีที่สิ้นสุดก็คือ มิตรภาพและความเป็นเพื่อน ความรู้สึกที่มั่นคง มั่นใจ อบอวน จะเกิดขึ้นตลอดในการอยู่ค่ายพักแรม ซึ่งจะหาได้และเกิดขึ้นง่ายกว่าในสังคมเมือง ในโรงเรียนรวมไปถึงครอบครัว ซึ่งกว่าจะเกิดขึ้นได้ต้องใช้เวลานานกว่าในค่ายพักแรม

5. การค้นพบเวลาว่างและอิสระโดยแท้จริง (discovering the real meaning of leisure) ค่ายพักแรมได้ให้โอกาสเด็กๆ ได้ค้นพบเวลาว่างและเวลาที่เป็นอิสระโดยแท้จริง โปรแกรมในค่ายพักแรมสามารถทำให้ชาวค่ายได้รู้จักสิ่งเหล่านี้ โดยการเลือกกิจกรรมที่เกี่ยวกับเวลาว่างและทักษะ และสามารถนำไปใช้ในโอกาสที่เติบโตเป็นผู้ใหญ่และใช้ได้จริงในชีวิตประจำวันได้

6. ความรู้สึกที่ดีต่อการทำงาน (appreciation of work) ความพึงพอใจในชีวิตช่วงหนึ่ง ก็คือ สิ่งที่เราเริ่มงานทำ ได้ทำงาน ชาวค่ายสามารถที่จะเรียนรู้บทบาท และความซาบซึ้งในความต้องการของกลุ่มในการทำงานในชีวิตประจำวัน ทำงานโดยมีความรู้สึกสนุกสนาน ตามสัญลักษณ์ และหน้าที่ของงาน เช่น เป็นคนดูแล คนครัว ช่างไม้ ภารโรง ซึ่งจะยอมรับในการทำงานของคนในหน้าที่นั้นๆ ทุกๆ คนมีงานอีกชิ้นหนึ่งที่ชาวค่ายต้องรับผิดชอบ คือ งานที่ต้องสร้างสรรค์ โดยจะเกิดขึ้นในกลุ่มของชาวค่ายเอง โดยการแบ่งงานกันทำ ซึ่งทำให้เกิดการเรียนรู้ในลักษณะของการทำงานเป็นทีม การทำงาน การมีเวลาว่าง หรือความเป็นอิสระเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตของทุกๆ คน ซึ่งจะอยู่ในส่วนที่เป็นช่วงนั้นทนทานการนั้นเอง ซึ่งค่ายพักแรมได้สร้างขึ้นเพื่อความสุขของชีวิตของชาวค่ายทุกคน เพราะฉะนั้นการอยู่ค่ายพักแรมก็จะทำให้เด็กได้ซาบซึ้งการทำงาน และการนำสิ่งดังกล่าวไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ตลอดไป

7. การเสริมสร้างความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ (fostering creativity) กิจกรรมค่ายพักแรมเปิดโอกาสให้การสร้างงานที่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ตามกิจกรรมในค่ายต่างๆ ตัวอย่างเช่น ศิลปหัตถกรรม วิทยาศาสตร์ ธรรมชาติศึกษา วิถีชีวิตของชาวอินเดียนแดง เป็นต้น นอกจากนี้ยังเปิดโอกาสในรูปของกิจกรรมอื่นอีก เช่น ละคร ศิลปะ หรือสิ่งที่เรียนรู้จากกลุ่ม โดยจะสร้างแนวความคิดสร้างสรรค์จากค่ายพักแรมไปสู่ชีวิตจริงในชุมชนต่างๆ

8. ความซาบซึ้งในสุนทรียภาพ (aesthetic appreciation) โปรแกรมของการอยู่ค่ายพักแรม ควรมีการจัดการทางด้านทรัพยากรในรูปแบบของเวลาเพื่อการอ่านที่ดี การฟังที่ดีหรือดนตรีที่ยอดเยี่ยม เช่น โปรแกรมการร้องเพลงที่ดี การจัดกิจกรรมในขณะฝนตก ซึ่งชี้ให้เห็นถึงความมีสุนทรีย์ หรือการชี้ให้เห็นรูปทรงของใบเมฆมูมว่ามีความสวยงามเพียงใด การแต่งเรียงความ การร้องเพลง ชาวค่าย การฟังเสียงสัตว์ หรือสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ อื่นๆ ผู้จัดค่ายพักแรมจะจัดกิจกรรมเหล่านี้ อย่างรอบคอบ โดยจะลืมเสียไม่ได้ในเรื่องของความมีสุนทรีย์ในตัวเองของสิ่งต่างๆ ดังที่กล่าวมาข้างต้น

9. คุณค่าของการยอมรับนับถือ (respect and reverence) ควรเกิดขึ้นด้วยความบริสุทธิ์ใจ ไม่ใช่เกิดจากความกลัว ซึ่งในค่ายพักแรมสามารถสอนให้ทุกคนยอมรับสิ่งเหล่านี้ ที่เกิดขึ้นในประสบการณ์ชีวิตของแต่ละบุคคลได้ เช่น การยอมรับในบุคลิกภาพ การยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล และวัย การยอมรับในความแตกต่างของศาสนา การรักษาทรัพยากรเหล่านี้ คือ ไม่ทำลายสมบัติส่วนบุคคล อาจรวมถึงการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีด้วย

10. ความรู้สึกความรับผิดชอบ (sense of responsibility) สิ่งเหล่านี้จะรู้สึกได้จากการมีวินัยในตนเอง ในค่ายพักแรมมีความซาบซึ้งในความรับผิดชอบด้วยกิจกรรมต่างๆ ที่ทางค่ายจัดให้ เช่น การเดินป่า การปีนเขา การไต่เขา ชาวค่ายจะต้องแบ่งความรับผิดชอบกันออกไปตามหน้าที่ต่างๆ ที่ได้รับมอบหมาย เช่น การควบคุมหรือระวังไฟ การกำจัดขยะ การเดินตามเส้นทางที่กำหนดให้ การสร้างอุปกรณ์ หรือสถานที่ต่างๆ ตลอดจนการยอมรับในส่วนต่างๆ ของการอยู่ค่ายพักแรม ซึ่งสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ทั้งสิ้น

11. ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มที่หลากหลาย (identification with vertical groups) ในกลุ่มที่แตกต่างกันชาวค่ายจะมีโอกาสในการมีส่วนร่วมกับผู้ที่มีความแตกต่างกันทางด้านต่างๆ เช่น อายุ ความคิด เพศ หนาคร่างกาย ฯลฯ มากกว่ากลุ่มสังคมอื่นๆ ซึ่งทำให้ได้รู้จักกลุ่มมากขึ้นนั่นคือ เด็กรู้จักผู้ใหญ่ คนรูปร่างเล็กรู้จักคนรูปร่างใหญ่ เพศหญิงรู้จักเพศชาย เป็นต้น ในชั้นเรียนส่วนมากจะทำกิจกรรมอยู่กับคนในกลุ่มเดียวกันตลอด แต่ที่ค่ายพักแรมชาวค่ายสามารถเข้าร่วมกลุ่มอื่นๆ ได้โดยไม่มีปัญหาและด้วยความเสมอภาคอย่างที่สุด

12. การเพิ่มพูนความรู้และประสบการณ์ชีวิต (broadening the camper's horizons) ในขณะที่อยู่ในโรงเรียนหรือในสังคมเมืองบุคคลส่วนมากจะพบปะกับคนกลุ่มเดิมเสมอ เช่น กลุ่มนักเรียน กลุ่มครู กลุ่มตำรวจ กลุ่มศาสนา กลุ่มเพื่อนบ้าน นั่นคือ เป็นกลุ่มเดียวกันตลอด แต่ถ้าอยู่ในค่ายพักแรมจะสามารถทำกิจกรรมต่างๆ กับคนกลุ่มต่างๆ กันได้ในลักษณะของการกินอยู่ การนอน การทำงาน การทำกิจกรรมประเภทการแข่งขันกันทุกอย่าง ซึ่งสามารถจัดทำร่วมกันได้ นั่นคือมีความสัมพันธ์กันนอกกลุ่มจากกลุ่มประจำที่เคยกันมา

13. ศักยภาพทางกายภาพ (physical potential) ค่ายพักแรมช่วยแก้ไขการเป็นเอกลักษณ์โดยที่คนอยู่ในกลุ่มแคบๆ ไปอยู่ในกลุ่มที่ใหญ่ขึ้นเป็นการช่วยส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย ซึ่งในสังคมสมัยใหม่จะมีปัญหาต่างๆ เข้ามา มอมเมาหลายอย่าง ค่ายพักแรมจะส่งเสริมคุณภาพของชีวิตเหล่านี้ได้ ด้วยกิจกรรมที่ทางค่ายได้จัดไว้ให้ เช่น กิจกรรมที่ทำท่ายทางด้านทางกาย เช่น การกินอาหารที่ถูกต้อง การพักผ่อน มีการช่วยเหลือ ความจำกัดในเรื่องของกิจกรรมทางกาย เช่น การวิ่งเล่นของชาวค่าย นั่นคือ มีการปฏิบัติมากกว่าการชมเพียงอย่างเดียว

14. ศักยภาพทางจิตใจ (mental potential) ศักยภาพทางจิตใจของชาวค่ายทั้งผู้ชายและผู้หญิงจะกว้างและมากกว่าการเรียนรู้ในชั้นเรียน ความสามารถที่แยกได้อย่างชัดเจนว่าอะไรจริงหรืออะไรเป็นสิ่งชวนเชื่อบุคคลที่มีโอกาสอย่างแท้จริงในการวางแผนของกลุ่มและบุคคล เช่น การ

ประชุมชาวค่าย การส่งเสริมให้เด็กรู้จักคิด วางแผน แก้ปัญหา ในแต่ละวันมีการเจริญเติบโตในด้านสติปัญญา ชาวค่ายสามารถมองเห็นตัวเองได้จากกลุ่มหรือจากพี่เลี้ยง จากคำวิจารณ์ จากการวิเคราะห์ของผู้นำค่ายพักแรม คล้ายกับการส่องกระจกเงาตนเองว่าควรปรับปรุงในจุดใดบ้าง จะมีการยอมรับในหลายสิ่งหลายอย่างของกลุ่มชาวค่าย ทุกคนจะมีส่วนร่วมในการเลือก การวางแผนและการตัดสินใจร่วมกัน เพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้

15. ศักยภาพทางด้านอารมณ์ (emotion potential) เด็กโดยปกติจะได้รับความรัก และรับรู้ในการกระทำของผู้อื่น การผ่อนคลายในค่ายพักแรมจะทำให้เด็กได้ประสบผลสำเร็จในด้านอารมณ์ เช่น การรับรู้ความรู้สึกของกลุ่ม การมีอิสระจากความยำเกรง ตลอดจนความรู้สึกและความสำเร็จที่ได้จากผู้อื่น ทั้งกลุ่มของตนเองและกลุ่มอื่น ซึ่งกลุ่มของเพื่อนและผู้นำจะช่วยกันในทุก ๆ ด้าน

16. ศักยภาพทางด้านสังคม (social potential) สังคมต้องมีความเข้าใจในกลุ่มอื่นๆ ด้วยหลักประชาธิปไตยในค่ายพักแรม เพราะฉะนั้นค่ายพักแรมจะมีส่วนช่วยเหลือและส่งเสริมในการเคารพสิทธิของผู้อื่น ได้จากกิจกรรมต่างๆ ที่ทางค่ายจัดให้โดยการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

17. ศักยภาพทางจิตวิญญาณ (spiritual potential) โดยปกติเด็กจะมีความรู้สึกที่อ่อนน้อม และเป็นธรรมชาติที่เกี่ยวข้องกับความมีน้ำใจ แต่สังคมจะสอนให้สิ่งบริสุทธิ์เหล่านี้ลดน้อยถอยลงในค่ายพักแรมจะมีกิจกรรมที่สอนในลักษณะของความมีน้ำใจ ความงาม ความจริง และสิ่งต่างๆ ตามขั้นตอนที่ทำให้เกิดความซาบซึ้งทางธรรมชาติของคนและสิ่งแวดล้อม

คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ (2532: 8-9) ได้กล่าวถึงประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าค่ายพักแรมว่า เด็กและเยาวชนจะได้รับประโยชน์ทางสังคมอย่างมาก ทำให้รู้จักการปรับตัวเข้ากับผู้อื่น รู้จักการอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม และการทำงานเป็นกลุ่ม ซึ่งเป็นประโยชน์ที่ได้รับจากประสบการณ์ตรงของการเข้าค่ายพักแรม รวมทั้งได้รับการฝึกให้สามารถช่วยเหลือตนเองและผู้อื่นในชุมชนเดียวกัน ตลอดจนมีความเสียสละและพร้อมที่จะร่วมกิจกรรมการพัฒนาชุมชนและสังคม ซึ่งจะเห็นได้ว่าเป็นประโยชน์ต่อด้านสังคมอย่างมาก สำหรับเด็กและเยาวชน ส่วนประโยชน์ทางด้านการพัฒนาและปรับปรุงตนเองนั้น เด็กและเยาวชนจะได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลินฝึกให้เป็นคนมีความอดทนอดกลั้นมีระเบียบวินัยและเข้าใจความต้องการของตนเอง ซึ่งชาวค่ายทุกคนจะได้รับการฝึกให้เป็นคนมีระเบียบวินัยตรงต่อเวลา ซื่อสัตย์ อดทน และมีความกล้าหาญรวมทั้งมีการร่วมกิจกรรมนันทนาการนับว่าเป็นประโยชน์ต่อตนเอง สำหรับเด็กและเยาวชนที่ได้รับจากการเข้าค่ายพักแรม

จะเห็นได้ว่า สิ่งที่ได้รับจากการอยู่ค่ายพักแรมดังที่กล่าวข้างต้น สรุปได้ว่าบุคคลที่เข้าค่ายพักแรมและปฏิบัติกิจกรรมค่ายพักแรมได้รับประโยชน์และประสบการณ์ตรงที่สามารถเพิ่มพูนความรู้ สร้างเสริม พัฒนา แก้ไข คุณลักษณะในทุกๆ ด้านของตนเองและผู้อื่น ภายใต้สถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากการอยู่ค่ายพักแรม

วิพงษ์ชัย รื่องขันแก้ว (2549) ได้กล่าวถึงคุณประโยชน์จากการเข้าร่วมค่ายพักแรมว่า ผู้เข้าร่วมได้รับคุณประโยชน์จากการเข้าร่วมค่ายพักแรมอย่างบริบูรณ์รอบด้าน ทั้งทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา โดยคุณประโยชน์ของแต่ละด้านมีรายละเอียดดังนี้

1. ด้านร่างกาย ค่ายพักแรมโดยทั่วไปจะมีการจัดกิจกรรมกีฬา เช่น แข่งขันกีฬา การออกกำลังกาย การแข่งกีฬาพื้นบ้าน กิจกรรมที่ต้องเดิน เช่น กิจกรรมวอล์คแรลลี่ (Walk Rally) กิจกรรมเดินทางไกล โอเรียนเทียร์ริง (Orienteering) หรือเกมการแข่งขัน ที่ต้องวิ่งและใช้ความเร็ว เช่น กินวิบาก เรือบก ขี่ม้าส่งเมือง วิ่งสามขา เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้ล้วนส่งเสริมให้มีสุขภาพดีและมีร่างกายแข็งแรง นอกจากนี้ในค่ายพักแรมยังมีการจัดตารางเวลาตามหลักปฏิบัติสุขนิสัยประจำวัน เช่น การรับประทานอาหารที่ตรงเวลา การตื่นนอนและการเข้านอนที่เป็นเวลา ซึ่งเป็นการส่งเสริมสุขนิสัยที่ดีและช่วยให้มีร่างกายที่แข็งแรง

2. ด้านอารมณ์ ค่ายพักแรมสามารถพัฒนาทางอารมณ์ของผู้เข้าร่วมได้ เพราะบรรยากาศที่เป็นกันเอง ความรัก ความอบอุ่น ความห่วงใย การให้อภัย และมิตรไมตรี ที่มีให้กันในค่ายพักแรมช่วยให้ผู้เข้าร่วมได้รับความสบายใจ รู้สึกเป็นอิสระ และปราศจากความกลัว นอกจากนี้หลาย ๆ กิจกรรมในค่ายพักแรมยังสร้างความบันเทิง ความผ่อนคลาย ความสุข และความสนุกสนาน ให้แก่ผู้เข้าร่วม ตัวอย่างเช่น กิจกรรมเกมนันทนาการ , กิจกรรมการแสดง, กิจกรรมงานรื่นเริง เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้ ล้วนส่งเสริมการพัฒนาทางอารมณ์ของผู้เข้าร่วมแทบทั้งสิ้น และในหลาย ๆ กิจกรรมที่จัดขึ้นในค่ายพักแรมจะมีการสอดแทรกข้อคิดในการพัฒนาทางอารมณ์ให้แก่ผู้เข้าร่วม เช่น กิจกรรมวอล์คแรลลี่ (Walk Rally) กิจกรรมเกมนันทนาการ, กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, กิจกรรมกีฬา เป็นต้น

3. ด้านจิตใจ ค่ายพักแรมไม่ว่าเป็นของหน่วยงานใดล้วนแต่มีกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาจิตใจ เช่น กิจกรรมทางศาสนา เกมเกมนันทนาการเพื่อการพัฒนาจิตใจ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เป็นต้น ยิ่งเป็นค่ายอบรมคุณธรรมและจริยธรรมแล้ว กิจกรรมทั้งหมดจะมุ่งเน้นไปที่การพัฒนาจิตใจของผู้เข้าร่วม

นอกจากนี้การที่ผู้เข้าร่วมได้อยู่ร่วมกัน ทำกิจกรรมร่วมกัน มีความรัก ความห่วงใย ความหวังดี และแบ่งปันประสบการณ์ดีๆ ให้แก่กันและกัน สามารถพัฒนาจิตใจของผู้เข้าร่วมได้

4. ด้านสังคม ค่ายพักแรมเป็นกิจกรรมที่นำคนมาอยู่ร่วมกันเป็นหมู่คณะนอกสถานที่ เป็นแบบจำลองของสังคม ผู้เข้าร่วมต้องใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน มีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน พบปะกันตลอดเวลา ทำกิจกรรมร่วมกัน กิจกรรมต่างๆ ในค่ายพักแรมจะเน้นการทำงานเป็นกลุ่ม เช่น กิจกรรมระดมความคิด (Brain Storming) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ กิจกรรมวอล์คแรลลี่ (Walk Rally) เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้ ช่วยพัฒนาความสามารถทางด้านสังคมของผู้เข้าร่วมค่ายพักแรมให้เพิ่มขึ้นได้

5. ด้านสติปัญญา ค่ายพักแรมโดยทั่วไปมีกิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาด้านสติปัญญาโดยตรง เช่น การบรรยาย การอบรม การสัมมนาเชิงปฏิบัติการ (Workshop) เป็นต้น และการพัฒนาสติปัญญาโดยใช้กิจกรรมต่างๆ เป็นสื่อ เช่น กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ กิจกรรมระดมความคิด (Brain Storming) กิจกรรมสถานการณ์จำลอง (Simulation) นอกจากนี้การใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในค่ายพักแรมต้องมีเรื่องให้คิดและมีปัญหาที่ต้องแก้ไขอยู่ตลอด ฉะนั้นผู้เข้าร่วมจะได้ฝึกการใช้สติปัญญาในการแก้ไขปัญหา การใช้ความคิดหาเหตุและผลในเรื่องต่างๆ เพื่อที่จะสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันภายในค่ายพักแรมได้อย่างมีความสุข

ประเภทของค่ายพักแรม

ค่ายพักแรมมีมากมายหลายชนิด ยิ่งความเจริญทางด้านวัตถุเพิ่มขึ้นเพียงใด ความจำเป็นและความต้องการของมนุษย์ในกิจกรรมค่ายพักแรม ก็ย่อมจำเป็นมากขึ้นเป็นลำดับ ทั้งนี้ก็เนื่องมาจากการอยู่ค่ายพักแรมเป็นการพักผ่อนหย่อนใจในเวลาว่างและใช้ชีวิตหาประสบการณ์ในกิจกรรมธรรมชาติต่างๆ ไป ไม่ต้องมีกรรมวิธีดำเนินการสลับซับซ้อนมากนัก เช่น ค่ายพักแรมทัศนอาทร ค่ายพักแรมล่าสัตว์ ค่ายพักแรมปีนเขา ค่ายพักแรมตกปลา เป็นต้น สำหรับค่ายพักแรมที่มีการดำเนินอย่างมีระบบ ระเบียบ แบบแผนนั้น มีกรรมวิธีดำเนินการอย่างสลับซับซ้อน มีการจัดระบบระเบียบแบบแผน เพื่อให้สมาชิกหรือชาวค่ายได้รับประสบการณ์ในกิจกรรมต่าง ๆ มากที่สุด

จรินทร์ ธานีรัตน์ (2513 อ้างใน วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว, 2549) ได้กล่าวถึงค่ายพักแรมที่มีการจัดระเบียบตามหลักและวิธีการดำเนินงาน และได้แบ่งประเภทค่ายพักแรมออกเป็น 2 ประเภทคือ

1. ค่ายพักแรมที่แบ่งตามผู้จัด
2. ค่ายพักแรมที่แบ่งตามลักษณะและวิธีการจัด

ค่ายพักแรมแบ่งตามผู้จัด

ค่ายพักแรมแบ่งตามผู้จัดเป็นการแบ่งประเภทของค่ายพักแรมโดยพิจารณาประเภทของค่ายพักแรม โดยยึดถือผู้จัดดำเนินการหรือผู้สนับสนุนค่ายพักแรมเป็นเกณฑ์ในการแบ่ง ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. ค่ายพักแรมองค์กร สโมสร หรือสมาคม (organization camps) ได้แก่ ค่ายพักแรม ซึ่งจัดดำเนินการและได้รับการสนับสนุนในด้านการเงินและด้านอื่นๆ จากองค์กร สโมสร หรือสมาคม ค่ายพักแรมประเภทนี้เป็นค่ายพักแรมที่มีวัตถุประสงค์เฉพาะขององค์กร สโมสร หรือสมาคม เช่น ค่ายพักแรมของวาย เอ็ม ซี เอ ค่ายวาย ดับเบิลยู ซี เอ ค่ายสมาคมผู้บำเพ็ญประโยชน์ สโมสรลูกเสือ ค่ายพักแรมของสมาคมบ้านเยาวชนและค่ายพักแรมขององค์กรและสมาคมอื่นๆ เป็นต้น

2. ค่ายพักแรมธุรกิจเอกชน (private camps) ได้แก่ ค่ายพักแรมที่จัดดำเนินการและเป็นเจ้าของโดยบุคคลหรือคณะบุคคล เพื่อหวังผลประโยชน์ทางกำไร เป็นวัตถุประสงค์สำคัญ ด้วยเหตุนี้ค่ายพักแรมแบบนี้จึงเรียกได้อีกอย่างหนึ่งว่า ค่ายพักแรมแบบการค้า (commercial camps) เช่น ค่ายพักแรมของสำนักงานเพื่อนเดินทาง เป็นต้น

3. ค่ายพักแรมหน่วยงานรัฐ (public camps) ได้แก่ ค่ายพักแรมที่จัดดำเนินการโดยองค์กร หรือหน่วยงานของรัฐที่ได้รับเงินสนับสนุนจาก งบประมาณแผ่นดิน หรือภาษีอากรของประชาชน ค่ายพักแรมหน่วยงานรัฐนี้สามารถแบ่งออกเป็น 4 ประเภท คือ

- 3.1 ค่ายพักแรมโรงเรียน (school camps) ได้แก่ ค่ายพักแรมที่จัดดำเนินการโดยโรงเรียน ซึ่งใช้งบประมาณของโรงเรียนหรือสถาบันการศึกษา เช่น ค่ายพักแรมลูกเสือ

- 3.2 ค่ายพักแรมเทศบาล (municipal camps) ได้แก่ ค่ายพักแรมที่จัดขึ้นโดยอาศัยเงิน งบประมาณที่ได้จากภาษีในเขตเทศบาลมาใช้ในการจัด โดยปกติแผนกสันตนาการของเทศบาลเป็นผู้รับผิดชอบดำเนินการ เพื่อเด็กและเยาวชนภายในเขตเทศบาลของตน เช่น ค่ายพักแรมของศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร เป็นต้น

3.3 ค่ายพักแรมอุทยานแห่งชาติ หรือในเขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่า (camps operated by state parks) ได้แก่ ค่ายพักแรมที่จัดดำเนินการและอำนวยความสะดวกต่างๆ โดยเจ้าหน้าที่ประจำอุทยานแห่งชาติ เช่น ค่ายพักแรมบนภูกระดึง และค่ายพักแรมบนทุ่งแสลงหลวง

3.4 ค่ายพักแรมของกรมการพัฒนาชุมชน ได้แก่ การจัดค่ายเยาวชนเพื่อการค้นหาผู้นำเยาวชน และการเสริมสร้างความเข้าใจอันดีระหว่างเยาวชนกับผู้นำท้องถิ่น

3.5 ค่ายพักแรมของกระทรวงเกษตรและสหกรณ์และหน่วยงานอื่นๆ นอกจากที่กล่าวมาแล้ว ยังมีหน่วยราชการอื่นที่จัดค่ายพักแรมอีก เช่น กรมประชาสัมพันธ์ จัดค่ายพักแรมฤดูร้อนสำหรับเด็กและเยาวชน

ค่ายพักแรมที่แบ่งตามลักษณะและวิธีการจัด

ค่ายพักแรมแบ่งตามลักษณะและวิธีการจัด เป็นการแบ่งประเภทของค่ายพักแรม โดยพิจารณาว่า ค่ายพักแรมนั้นมีวิธีการจัดอย่างไร หรือมีจุดมุ่งหมายในการจัดอย่างไร เป็นเกณฑ์สามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ค่ายพักแรมแบบเดินทาง (trip camps) ลักษณะที่สำคัญของค่ายพักแรมเดินทาง คือ การใช้ชีวิตแรมคืนในธรรมชาติเพื่อทัศนาร โดยมีการวางแผนว่าจะเดินทางไปพักที่ใด ส่วนใหญ่มุ่งศึกษาธรรมชาติและภูมิประเทศ ลักษณะการตั้งค่ายพักแรมเป็นแบบชั่วคราว โดยอาศัยสิ่งที่ัดแปลงเป็นที่นั่ง หรือใช้รถนอน หรือใช้การนอนบนแพล่องแก่ง ประโยชน์ที่ได้จากการอยู่ค่ายพักแรมแบบนี้ คือ การฝึกหัดตนในการใช้ชีวิตกลางแจ้ง รู้จักช่วยตนเองและปรับตัวให้เข้ากับธรรมชาติได้

2. ค่ายพักแรมแบบถาวร (residential camps) หมายถึง ค่ายพักแรมที่มีที่ทำการถาวรมีคณะกรรมการของค่ายประจำ มีการจัดค่ายประจำ มีการจัดค่ายอย่างเป็นระบบ มีสถานที่และเครื่องอำนวยความสะดวกครบ ค่ายพักแรมถาวรในประเทศไทย ได้แก่ ค่ายวชิราวุธ ค่ายลูกเสือแห่งชาติ และค่ายลูกเสือของจังหวัดต่างๆ เป็นต้น นอกจากนี้ค่ายพักแรมถาวรยังสามารถแบ่งย่อยออกเป็น 10 ชนิด คือ

- 2.1 ค่ายพักแรมระยะสั้น เป็นค่ายพักแรมที่จัดสำหรับชาวค่ายเข้าอยู่ในระยะเวลาอันสั้น เป็นครั้งเป็นคราว ซึ่งแต่ละครั้งอาจใช้เวลา 1–2 สัปดาห์ การจัดค่ายพักแรมแบบนี้มักจะจัดโดย

องค์การหรือสมาคม เป็นค่ายที่มีวัตถุประสงค์เฉพาะ เช่น ค่ายพักแรมฤดูร้อนของ วาย เอ็ม ซี เอ ซึ่งจัดครั้งละ 10 วัน เป็นต้น

2.2 ค่ายพักแรมระยะยาว ค่ายพักแรมประเภทนี้ คล้ายกับค่ายพักแรมระยะสั้น แต่ระยะเวลาในการจัดนานกว่า คือใช้เวลาอย่างน้อยครั้งละหนึ่งเดือนหรือมากกว่า โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้ปรับปรุงตนเอง มีประสบการณ์หลายๆ ด้านมีความอดทนและรู้จักการใช้ชีวิตร่วมกันกับเด็กอื่นๆ

2.3 ค่ายพักแรมแบบสหศึกษา หมายถึง ค่ายพักแรมที่ส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนชายและหญิงได้มีโอกาสปฏิบัติกิจกรรมร่วมกันเพราะโดยปกติแล้ว การจัดค่ายพักแรมแบบสหศึกษาเกิดจากความคิดของนักศึกษาที่ว่า การที่เด็กและเยาวชนชายและเด็กและเยาวชนหญิงได้มีกิจกรรมร่วมกัน จะเป็นการสร้างความเข้าใจระหว่างเพศและแก้ปัญหาเรื่องเพศตรงข้ามได้อย่างเหมาะสมภายใต้การแนะนำและที่ปรึกษาของเจ้าหน้าที่ผู้นำค่ายพักแรม

2.4 ค่ายพักแรมแบบครอบครัว เป็นค่ายพักแรมซึ่งได้รับการส่งเสริมสนับสนุนจากองค์การสาธารณะหรือองค์การที่ไม่หวังประโยชน์ทางการค้ามักจะช่วยจัดค่ายพักแรมแบบนี้ขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์ที่สำคัญเพื่อช่วยกระชับความผูกพันระหว่างสมาชิกภายในครอบครัว กล่าวคือในเมืองใหญ่ๆ ในปัจจุบันนี้ชีวิตครอบครัวได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก การงานอันรัดตัวและต้องแข่งขันกันอยู่ตลอดเวลา ทำให้บิดาต้องห่างไกลจากภรรยาและบุตร ดังนั้นทางค่ายจะจัดสิ่งอำนวยความสะดวกให้ นอกจากนี้ยังให้บริการด้านความรู้และการบันเทิง

2.5 ค่ายพักแรมแบบอนุรักษ์ธรรมชาติ เป็นค่ายพักแรมที่จัดตั้งขึ้นโดยมีความมุ่งหมายที่จะอบรมบ่มนิสัยเด็กและเยาวชนให้มีใจรักธรรมชาติ ตระหนักในคุณค่าอันมหาศาลของป่าเขา ลำเนาไพรและทรัพยากรธรรมชาติ ดินน้ำลำธาร สัตว์ป่าจะได้ช่วยกันรักษาไว้ ค่ายแบบนี้จะเป็นสถานที่ที่ดีที่สุดสำหรับเด็กและเยาวชนทำให้เห็นคุณค่าและประโยชน์ของธรรมชาติ เพื่อจะได้ช่วยกันอนุรักษ์ต่อไป ทั้งยังเป็นการศึกษาธรรมชาติโดยการปฏิบัติจริง ซึ่งจะทำให้เด็กและเยาวชนได้ซาบซึ้งในความงามของธรรมชาติยิ่งขึ้น

2.6 ค่ายพักแรมสุขภาพ จัดตั้งขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อปลูกฝังให้เด็กและเยาวชนรู้จักรักษาอนามัยของตนเองและส่วนรวมเพื่อส่งเสริมความรู้เบื้องต้นด้านสุขภาพและสุขปฏิบัติ

กิจกรรมที่เน้นในการจัดค่ายพักแรมแบบนี้ คือ กิจกรรมด้านการรักษาความสะอาด การออกกำลังกาย กิจกรรมนันทนาการ ความรู้ด้านโภชนาการและการปฐมพยาบาล

2.7 ค่ายพักแรมสุดสัปดาห์ มีระยะเวลาสั้นที่สุด จัดขึ้นในวันหยุดสุดสัปดาห์ คือ วันเสาร์-อาทิตย์ ค่ายพักแรมชนิดนี้นิยมใช้ในการอบรมเตรียมเจ้าหน้าที่ประจำค่าย เช่น ที่ปรึกษาประจำค่าย (counselor) หรือผู้นำกลุ่ม หรือผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม เพื่อวางแผนและลงจัด

2.8 ค่ายพักแรมในเวลากลางวัน ชาวค่ายจะใช้เวลากลางวันที่ค่าย แต่เวลากลางคืนก็อยู่ที่บ้านของตนเอง ซึ่งเป็นลักษณะพิเศษของค่ายแบบนี้ ค่ายพักแรมชนิดนี้เหมาะสำหรับเด็กและเยาวชนที่ยังไม่สามารถช่วยตัวเองได้ ส่วนกิจกรรมที่จัดโดยทั่วไปจะเลียนแบบกิจกรรมค่ายพักแรมโดยทั่วไป เช่น ค่ายพักแรมที่จัดช่วงปิดภาคฤดูร้อนที่ วาย เอ็ม ซี เอ หรือที่ศูนย์เยาวชนของกรุงเทพมหานคร เป็นต้น

2.9 ค่ายพักแรมอาสาสมัคร ค่ายพักแรมสำหรับเด็กและเยาวชนมีความประสงค์ที่จะออกไปใช้ชีวิตนอกเมือง โดยการสมัครใจเพื่อพัฒนาท้องถิ่น กิจกรรมหลักของค่ายชนิดนี้คือ การพัฒนาท้องถิ่น เช่น การสร้างถนน ซ่อมสร้างสะพาน ขุดลอกสร้างอ่างเก็บน้ำโรงเรียนหรือศาลาประชาคม ค่ายแบบนี้เป็นที่นิยมในหมู่นิสิตนักศึกษาอย่างมาก เพราะเกือบทุกสถาบันล้วนมีการจัดค่ายอาสาสมัครเกือบทุกแห่งเป็นประจำทุกปี

2.10 ค่ายพักแรมสำหรับคนพิการ หมายถึง ค่ายพักแรมที่จัดสำหรับบุคคลที่มีความพิการทางร่างกาย ทางประสาท ทางอารมณ์ และจิตใจ เช่น ดาบอด หูหนวก แขนขาพิการ ปัญญาอ่อน และจิตใจไม่เป็นปกติ เป็นต้น เพื่อให้เด็กและเยาวชนผู้ด้อยโอกาสได้รับความสนุกสนาน เพลิดเพลินทางจิตใจ จากกิจกรรมที่จัดขึ้นหน่วยงานที่จัดค่ายพักแรมประเภทนี้ ได้แก่ กรมประชาสัมพันธ์ สโมสร วาย เอ็ม ซี เอ เป็นต้น

แนวคิดเกี่ยวกับการถ่ายโยงการเรียนรู้

ความหมายของการถ่ายโยงการเรียนรู้

วรรณิ ลิ้มอักษร (2546: 93) ให้ความหมายว่า การถ่ายโยงการเรียนรู้ หมายถึง การนำเอาความรู้หรือประสบการณ์ที่ได้มาจากการเรียนรู้ในอดีตไปใช้ในการเรียนรู้ใหม่ และช่วยประหยัดเวลาในการเรียนรู้สิ่งใหม่ด้วย

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2542: 151) ให้ความหมายว่า การถ่ายโอนการเรียนรู้ หมายถึงกระบวนการที่เกิดขึ้นจากการนำเอาประสบการณ์ที่เรียนรู้ในอดีตมาใช้สัมพันธ์กับสถานการณ์ใหม่ที่กำลังเรียนรู้อยู่ในปัจจุบัน

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2551: 193) ให้ความหมายว่า การถ่ายโอนการเรียนรู้ หมายถึงการที่ผู้เรียนสามารถนำความรู้ที่ได้เรียนไปแล้ว ไปใช้ได้กับความรู้ที่จะเรียนใหม่

Bigge (1962: 252) ให้ความหมายว่า การถ่ายโอนการเรียนรู้ หมายถึงผู้เรียนได้เรียนรู้มาจากสถานการณ์หนึ่ง ซึ่งมีอิทธิพลต่อการเรียนรู้หรือการปฏิบัติงานในสถานการณ์อื่น

Slavin (2003: 247) ให้ความหมายว่า การถ่ายโอนความรู้ หมายถึงการประยุกต์ใช้ความรู้ที่เรียนมาจากสถานการณ์หนึ่งไปใช้เรียนรู้ในสถานการณ์ใหม่

จากคำจำกัดความดังกล่าวสรุปความหมายของการถ่ายโอนการเรียนรู้ได้ว่า การถ่ายโอนการเรียนรู้ หมายถึง การที่สามารถนำเอาความรู้ใหม่มาพหวนกับความรู้เก่า ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยใช้เวลาการเรียนรู้ที่สั้นลง

ชนิดของการถ่ายโอนการเรียนรู้

วรรณิ ลิ้มอักษร (2546) ได้จำแนก การถ่ายโอนการเรียนรู้ออกเป็น 3 ชนิด ได้ดังนี้

1. การถ่ายโอนการเรียนรู้เชิงบวก (Positive transfer) เป็นการถ่ายโอนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นเมื่อสิ่งกระตุ้นเปลี่ยน แต่การตอบสนองยังคงเหมือนเดิม กล่าวคือ ผู้เรียนเคยเรียนรู้การตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นชนิดใหม่ก็จะสามารถนำความรู้ที่มีอยู่เดิมมาใช้ตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นชนิดใหม่ได้ทันที การถ่ายโอนการเรียนรู้เชิงบวกช่วยให้ผู้เรียนประหยัดเวลาการเรียนรู้ในสถานการณ์หลังได้มาก ครูผู้สอนไม่ต้องอธิบายรายละเอียดทุกขั้นตอนของการเรียนรู้ในสถานการณ์หลังมากนัก ในทุกระดับของการจัดการศึกษาล้วนคาดหวังให้เกิดการถ่ายโอนการเรียนรู้เชิงบวกทั้งสิ้น

2. การถ่ายโอนการเรียนรู้เชิงลบ (Negative transfer) เป็นลักษณะของการถ่ายโอนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นเมื่อสิ่งกระตุ้นเหมือนเดิมแต่การตอบสนองเปลี่ยน กล่าวคือ เมื่อผู้เรียนได้เรียนรู้การตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นชนิดหนึ่งมาแล้ว และต่อมาต้องการเปลี่ยนแปลงการตอบสนองต่อสิ่ง

กระตุ้นเดิมนั้นเสียใหม่ จะเห็นได้ว่าการเรียนรู้หรือการตอบสนองที่เคยมีมาก่อนมาขัดขวางหรือถ่วงเวลาของการเรียนรู้ครั้งหลัง ทำให้การเรียนรู้การตอบสนองครั้งหลังยากขึ้น ในการจัดการศึกษาทั้งหลายจะพยายามไม่ให้เกิดการถ่ายโอนการเรียนรู้เชิงลบเกิดขึ้น การถ่ายโอนการเรียนรู้เชิงลบจะเกิดขึ้นง่ายในวิชาประเภททักษะ ถ้าการเริ่มต้นเรียนรู้หรือการฝึกฝนในระยะแรกๆ ไม่ถูกต้องเหมาะสม จนกลายเป็นนิสัยหรือความเคยชินของผู้เรียนไปแล้ว การเปลี่ยนแปลงหรือการแก้ไขการตอบสนองก็จะทำได้ยากและเสียเวลามาก ฉะนั้นช่วงต้นๆ ของการเรียนรู้หรือการฝึกฝนวิชาประเภททักษะ จึงต้องมีผู้สอนคอยควบคุมอย่างใกล้ชิด ทั้งนี้เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้เรียนนำเอาวิธีการที่ไม่ดีหรือไม่ถูกต้องเหมาะสมมาใช้สำหรับการเรียนรู้หรือปฏิบัติฝึกฝน

3. การถ่ายโอนการเรียนรู้เป็นศูนย์ (Zero transfer) หรือไม่มีการถ่ายโอนการเรียนรู้เกิดขึ้น กล่าวคือ สิ่งที่ผู้เรียนเคยเรียนรู้มาก่อน ไม่มีผลต่อการเรียนรู้ครั้งหลัง ทั้งในแง่ของการประหยัดเวลาหรือการถ่วงเวลาในการเรียนรู้

องค์ประกอบของการถ่ายโอนการเรียนรู้

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2542: 151) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของการถ่ายโอนการเรียนรู้ไว้ว่า

1. ความคล้ายคลึงกันของสิ่งที่เรียนรู้ เมื่อเปรียบเทียบสิ่งที่เรียนรู้ระหว่างสิ่งเดิมกับสิ่งใหม่ ซึ่งมีการถ่ายโอนไปสู่กันนั้น จะพบว่าสิ่งทั้งสองมีความคล้ายคลึงกัน ความคล้ายคลึงของสิ่งที่เรียนรู้นี้อาจคล้ายกันในด้านลักษณะของสิ่งเร้าก็ได้ หรืออาจคล้ายกันในการตอบสนองก็ได้ ซึ่งความคล้ายคลึงของสิ่งที่เรียนรู้นี้ อาจส่งผลให้เกิดการถ่ายโอนในทางบวก (Positive Transfer) หรือการถ่ายโอนในทางลบ (Negative Transfer) ก็ได้

2. การถ่ายโอนการเรียนรู้โดยอาศัยกฎเกณฑ์ สิ่งที่ทำให้เกิดการถ่ายโอนการเรียนรู้ได้สิ่งหนึ่งก็คือ หลักของการเรียนรู้ ซึ่งการถ่ายโอนจะเกิดขึ้นเมื่อกฎเกณฑ์ของการเรียนรู้สิ่งหนึ่งในอดีตมีส่วนคล้ายคลึงกับการเรียนรู้สิ่งใหม่

3. การเรียนรู้เทคนิคในการเรียน บางครั้งสิ่งที่เรียนรู้เดิมกับสิ่งที่เรียนรู้ใหม่อาจไม่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน แต่การถ่ายโอนทางบวก (Positive Transfer) ก็เกิดขึ้นได้ นั่นคือ ผู้เรียนสามารถจะเรียนรู้บทเรียนใหม่ได้รวดเร็วขึ้น ถ้าผู้เรียนทราบถึงเคล็ดลับของการเรียนรู้สิ่งใหม่ที่จะช่วยให้การเรียนรู้ง่ายขึ้นและเร็วขึ้น

4. การถ่ายโยงการเรียนรู้ต้องอาศัยการรับรู้ที่ดี ในการเรียนรู้สิ่งหนึ่ง หากผู้เรียนสามารถรับรู้ในสิ่งนั้นได้มากเพียงใด เมื่อไปเรียนรู้สิ่งใหม่ การถ่ายโยงการเรียนรู้ก็มีโอกาสจะเกิดได้มากขึ้น

5. การถ่ายโยงการเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ ผู้เรียนจะต้องเรียนรู้หลักการต่างๆ ที่เป็นความรู้พื้นฐานอย่างแม่นยำ

6. ถ้าผลสัมฤทธิ์ของการเรียนรู้สูงเดิมสูง จะทำให้การถ่ายโยงไปสู่การเรียนรู้สิ่งใหม่มีโอกาสสูงตามไปด้วย

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการถ่ายโยงการเรียนรู้

วรรณิ ลิ้มอักษร (2546: 97-98) กล่าวว่า การถ่ายโยงการเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้มากน้อยเพียงใดนั้นมีปัจจัยต่าง ๆ เข้ามามีอิทธิพลดังต่อไปนี้

1. ปัจจัยที่เป็นตัวผู้เรียน ได้แก่

1.1 อายุหรือวัยของผู้เรียน ซึ่งเป็นตัวกำหนดความพร้อมและวุฒิภาวะในการเรียนรู้ให้กับผู้เรียน

1.2 ระดับสติปัญญาและความสามารถของผู้เรียน

1.3 ความรู้ความเข้าใจและความคิดรวบยอดที่ถูกต้องในเนื้อหา เทคนิค และวิธีการที่ผู้เรียนได้รับมาจากการเรียนรู้ในสถานการณ์แรก

1.4 ระดับความสามารถของผู้เรียนในการใช้ประสบการณ์การเรียนรู้ที่ผ่านมาได้ดีและมีประสิทธิภาพ

1.5 เจตคติที่ดีต่อการเรียนรู้ทั้งในสถานการณ์การเรียนรู้ครั้งแรก การมองเห็นความสำคัญ และมองเห็นประโยชน์ของสิ่งที่ได้เรียนรู้มา ต่อการเรียนรู้ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต

1.6 ช่วงเวลาที่ห่างกันระหว่างการเรียนในสถานการณ์แรกกับสถานการณ์หลัง

หากมีช่วงเวลาที่ห่างกันมากจนเกินไปมักจะไม่มีถ่ายโอนการเรียนรู้เกิดขึ้น หรือมีถ่ายโอนการเรียนรู้เกิดขึ้นน้อย ทั้งนี้เพราะผู้เรียนได้ลืมเนื้อหาหรือวิธีการที่เคยเรียนไปแล้ว

2. ปัจจัยที่เป็นบทเรียนหรือสิ่งที่เรียน การถ่ายโอนการเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้มากถ้าสิ่งที่ผู้เรียนเคยเรียนมาแล้ว กับสิ่งที่จะต้องเรียนรู้ใหม่มีความเหมือนกัน หรือมีความคล้ายคลึงกันในเรื่องต่างๆ ดังนี้

2.1 มีความคล้ายคลึงกันในด้านเนื้อหา หรือมีเนื้อหาซ้ำซ้อนกัน เช่น เมื่อเรียนวิชาคณิตศาสตร์มาก่อนแล้วมาเรียนวิชาฟิสิกส์ ทั้ง 2 วิชา มีเนื้อหาซ้ำซ้อนกันจะมีการถ่ายโอนการเรียนรู้เกิดขึ้นได้ ซึ่งเรียกการถ่ายโอนการเรียนรู้ว่า การถ่ายโอนเฉพาะ (Specific transfer) และเป็น การถ่ายโอนการเรียนรู้ที่ปรากฏให้เห็นอยู่เสมอๆ

2.2 มีความคล้ายคลึงกันในด้านเทคนิคหรือวิธีการ เช่น วิธีการที่บุคคลใช้ในการเรียนวิชาประวัติศาสตร์แล้วได้ผลดี คืออ่านบททบทวนสม่ำเสมอ ทำสมุดโน้ตย่อ ตั้งคำถามขึ้นมาสักถามกันในกลุ่มเพื่อน ก็อาจนำวิธีการดังกล่าวข้างต้นไปใช้ในการเรียนวิชาจิตวิทยาหรือถ่ายโอนไปสู่การเรียนจิตวิทยาได้ แม้ว่าเนื้อหาของวิชาประวัติศาสตร์กับวิชาจิตวิทยาจะไม่คล้ายคลึงกัน หรือไม่ซ้ำซ้อนกัน เรียนการถ่ายโอนการเรียนรู้ว่า การถ่ายโอนทั่วไป (General Transfer) ปัจจัยเกี่ยวกับความคล้ายคลึงกันที่มีผลต่อการถ่ายโอนการเรียนรู้ดังกล่าวข้างต้น มีการค้นพบมาตั้งแต่ต้นศตวรรษที่ 20 แล้ว

3. ปัจจัยเกี่ยวกับการจูงใจและการเสริมแรง เมื่อต้องการให้ผู้เรียนมีการถ่ายโอนการเรียนรู้เกิดขึ้น ควรได้มีการจูงใจและการเสริมแรงให้กับผู้เรียนด้วย ซึ่งอาจทำได้ดังนี้

3.1 ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และเข้าใจหลักการต่างๆ ไปของสิ่งที่เรียนได้ง่าย และเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง

3.2 แสดงให้ผู้เรียนได้เห็นประโยชน์ รวมทั้งโอกาสในการประยุกต์ใช้ความรู้และทักษะที่ได้รับการฝึกฝนมา สำหรับการเรียนรู้ในสถานการณ์ใหม่ที่ซับซ้อนกว่าได้ด้วย

3.3 ให้การเสริมแรงด้วยการชม หรือการให้รางวัลเมื่อผู้เรียนสามารถนำความรู้ที่ได้เรียนไปประยุกต์ใช้ในการเรียนรู้หรือการแก้ปัญหาอื่นๆ ได้

ทฤษฎีในการถ่ายโอนการเรียนรู้

ทฤษฎีอธิบายการถ่ายโอนการเรียนรู้

วรรณิ ลิ้มอักษร (2546: 95-97) ได้รวบรวมทฤษฎีที่อธิบายการถ่ายโอนการเรียนรู้อยู่หลายทฤษฎี ทฤษฎีที่สำคัญมีดังนี้

1. Formal Discipline theory เป็นทฤษฎีการถ่ายโอนการเรียนรู้ที่มีมานานแล้ว เป็นทฤษฎีที่เคยได้รับการยอมรับในวงการศึกษากันอย่างแพร่หลาย ในช่วงก่อนศตวรรษที่ 16 ทฤษฎีนี้มีพื้นฐานมาจาก Faculty Psychology ที่อธิบายว่า จิตของมนุษย์แบ่งออกเป็นส่วนๆ เช่น ส่วนที่เป็นความคิด ความจำ ความตั้งใจ และเหตุผล เป็นต้น จิตแต่ละส่วนจะสงบนิ่งอยู่จนกว่าจะมีการฝึกเกิดขึ้น และเชื่อว่าการฝึกจิตก็เหมือนกันกับการฝึกกล้ามเนื้อร่างกาย ซึ่งจะช่วยให้มีความเข้มแข็งเกิดขึ้น นิยมฝึกจิตด้วยการเรียนภาษาละตินและเลขคณิต เมื่อจิตแต่ละส่วนได้รับการฝึกจนมีความเข้มแข็งแล้ว จะส่งผลให้มีการถ่ายโอนการเรียนรู้เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ ทฤษฎีการถ่ายโอนนี้ได้รับการสนับสนุนในระยะแรกๆ แต่ในปัจจุบันทฤษฎีนี้ไม่ค่อยได้รับการนิยมนำไปใช้ในการอธิบายนัก เนื่องจากมีการทดลองอย่างเป็นระบบเพื่อตรวจสอบทฤษฎีนี้ แต่ผลของการทดลองไม่สามารถนำมายืนยันหรือสนับสนุนทฤษฎีนี้ได้เลย

2. Identical Elements theory ทฤษฎีการถ่ายโอนความคล้ายคลึงกัน เป็นทฤษฎีการถ่ายโอนที่ธอร์นไดค์เป็นผู้พัฒนาขึ้น ทฤษฎีนี้อธิบายว่า การถ่ายโอนการเรียนรู้จะเกิดขึ้นเมื่อมีเนื้อหาหรือเทคนิคของการเรียนรู้จากสถานการณ์แรกเหมือนกัน หรือคล้ายคลึงกันกับการเรียนรู้ในสถานการณ์หลัง เช่น การถ่ายโอนการเรียนรู้จากทักษะทางด้านคณิตศาสตร์ไปสู่ทักษะด้านวิศวกรรม ซึ่งคณิตศาสตร์และวิศวกรรมล้วนมีการใช้สัญลักษณ์และวิธีปฏิบัติการอย่างเดียวกัน หรือการถ่ายโอนจากภาษาหนึ่งไปสู่อีกภาษาหนึ่ง ทั้ง 2 ภาษาต้องมีสัญลักษณ์และโครงสร้างของไวยากรณ์อย่างเดียวกัน มีปัญหายุ่งยากต่อการจัดการศึกษาให้มีการถ่ายโอนการเรียนรู้ความคล้ายคลึงกันพอควร เพราะสถานการณ์ประจำวันในชีวิตจริงมีอยู่มากมายและมักมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ จนทำให้สถานศึกษาไม่สามารถจัดการเรียนการสอนให้มีความคล้ายคลึงกับสถานการณ์ในชีวิตประจำวันได้ทั้งหมด

3. Generalization theory ทฤษฎีถ่ายโอนการสรุปความเหมือน ทฤษฎีนี้คล้ายคลึงกับ Identical Elements theory แต่เน้นองค์ประกอบด้านความรู้ความคิด และเข้าใจในกฎหลัก และการ

แก้ปัญหาจากการเรียนรู้ในสถานการณ์แรก ตลอดจนการประยุกต์ใช้เป็นสำคัญ ทฤษฎีถ่ายโยงการสรุปความเหมือนให้ความหมายการถ่ายโยงการเรียนรู้ว่า การถ่ายโยงการเรียนรู้หมายถึง การที่ผู้เรียนสามารถสรุปกฎเกณฑ์ต่างๆ จากการที่ได้เรียนรู้ในสถานการณ์แรก แล้วนำไปประยุกต์ใช้สำหรับการเรียนรู้ในสถานการณ์หลังได้ ปัจจุบันได้มีนักจิตวิทยาสนใจและนำทฤษฎีถ่ายโยงการสรุปความเหมือนไปใช้ในวงการศึกษากันอย่างกว้างขวาง

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2551: 195-196) ได้กล่าวถึงทฤษฎีที่อธิบายถึงการถ่ายโยงการเรียนรู้ที่อธิบายถึงการถ่ายโยงการเรียนรู้ดั้งเดิมไว้ว่า

1. ทฤษฎีการถ่ายโยงในส่วนประกอบที่คล้ายคลึงกัน (Transfer Through Identical Components) ทฤษฎีนี้ได้กล่าวว่าในสถานการณ์การเรียนรู้ใหม่ ผู้เรียนจะใช้ประโยชน์จากสิ่งที่เรียนรู้เดิม ก่อนมาประยุกต์ใช้ เช่น นักเรียนที่เรียนทางอิเล็กทรอนิกส์ จะเรียนคอมพิวเตอร์ได้ดี นักเรียนที่เรียนทางชีววิทยาใช้กล้องจุลทรรศน์ได้ดี ก็สามารถเรียนเรื่องเชื้อโรคในวิชาทางแพทย์ได้เร็วขึ้น เป็นการถ่ายโยงโดยอาศัยสิ่งคล้ายคลึงกัน เป็นไปในด้านเนื้อหาวิชา เจตคติหรือทักษะก็ได้ก็สามารถถ่ายโยงกันได้

2. ทฤษฎีการถ่ายโยงจากหลักการ (Theory Through Principle) การถ่ายโยงการเรียนรู้ลักษณะนี้ จะเกิดขึ้นจากการที่ผู้เรียนอาศัยหลักการเดิมมาใช้ในการเรียนรู้สิ่งใหม่ เช่น การใช้หลักการของการชักว่าว มาใช้ในการทำเครื่องร่อนและเครื่องบิน หลักการทางคณิตศาสตร์ช่วยแก้ปัญหาในเรื่องที่มีคณิตศาสตร์ได้เช่นกัน

นักจิตวิทยาได้อาศัยทั้งสองทฤษฎี มาใช้กับทฤษฎีการเรียนรู้สิ่งเร้าและการตอบสนอง โดยพิจารณาถึงสิ่งเร้าที่เหมือนกันและแตกต่างกัน รวมทั้งการตอบสนองที่เหมือนกันและแตกต่างกันในการถ่ายโยงการเรียนรู้ดังนี้

1. สิ่งเร้าเหมือนกัน การตอบสนองเหมือนกัน ในสถานการณ์นี้สิ่งเร้าและการตอบสนองมีความคล้ายคลึงกัน จะเกิดการถ่ายโยงการเรียนรู้ในทางที่เอื้อต่อกัน ทำให้การเรียนรู้เป็นไปอย่างรวดเร็ว เช่น เคยบวกเลขคูณเลขได้ เมื่อเจอเลขจำนวนอื่นๆ ก็บวกและคูณได้เช่นเดียวกัน

2. สิ่งเร้าเหมือนกัน การตอบสนองต่างกัน การถ่ายโยงการเรียนรู้จะไม่เอื้อต่อกัน ขัดขวางกันเพราะเคยชินกับการเรียนรู้เดิม เช่น เคยเรียนรู้เครื่องหมายบวก แต่เมื่อเปลี่ยนสัญลักษณ์อื่นทำให้เป็นการหักออกแทนการรวมเข้าไป กังงและสับสน

3. สิ่งเร้าต่างกัน การตอบสนองเหมือนกัน การถ่ายโยงจะเกิดในลักษณะที่ไปด้วยกันได้ เพราะผู้เรียนจะนำการตอบสนองในสถานการณ์เดิมมาใช้ในสถานการณ์ใหม่ได้ แม้สิ่งเร้าจะต่างกันก็ตาม

4. สิ่งเร้าต่างกัน การตอบสนองต่างกัน การถ่ายโยงจะเกิดได้ทั้งทางที่เอื้อและไม่เอื้อต่อกันก็ได้ แล้วแต่สถานการณ์เดิมว่าเป็นอย่างไร

การเรียนรู้เพื่อให้เกิดการถ่ายโยงการเรียนรู้

ในการเรียนรู้เพื่อให้เกิดการถ่ายโยงการเรียนรู้ ผู้เรียนนอกจากเรียนบทเรียน เนื้อหาวิชา ทักษะปฏิบัติแล้ว สิ่งที่ต้องทำความเข้าใจก็คือ จะต้องให้ผู้เรียนเข้าใจหลักการ กฎเกณฑ์ และสามารถนำมาดัดแปลงใช้ได้ โดยพยายามให้เด็กได้ฝึกการใช้หลักการและการแก้ปัญหา ซึ่งมีดังนี้

1. ผู้เรียนเรียนแล้วต้องเห็นความสัมพันธ์ของสิ่งที่เรียน
2. ผู้เรียนต้องมีความเข้าใจหลักการ กฎเกณฑ์ต่างๆ ได้โดยการยกตัวอย่างหลายๆ แบบได้
3. ผู้เรียนควรฝึกการใช้โดยการแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ
4. ผู้เรียนควรมีความรู้ที่เป็นพื้นฐานให้แม่นยำ และการเรียนควรมีความต่อเนื่อง

การถ่ายโยงการเรียนรู้กับการเรียนการสอน

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2551: 196-198) ได้เสนอการสอนเพื่อให้ผู้เรียนได้นำความรู้ที่เรียนมา ไปใช้ในการเรียนรู้เรื่องใหม่ หรือสามารถนำไปใช้ในสถานการณ์จริงของชีวิตได้ หรือสอนให้มีการถ่ายโยงการเรียนรู้เกิดขึ้น จัดได้ว่าเป็นภาระหน้าที่ที่สำคัญของครูผู้สอนทุกคน ในทุกระดับของการจัดการศึกษา ทั้งนี้เพราะไม่อาจรับประกันได้ว่า ผู้เรียนสามารถทำข้อสอบได้ดี คือผู้ที่สามารถนำความรู้ที่เรียนมาไปใช้ในการเรียนรู้สิ่งใหม่หรือใช้ในสถานการณ์ในชีวิตจริงได้ ซึ่งครูผู้สอนอาจใช้วิธีสอนเพื่อให้ผู้เรียนมีการถ่ายโยงการเรียนรู้เกิดขึ้น ดังต่อไปนี้

1. ดำเนินการสอนตามลำดับขั้นตอนการสอนที่เหมาะสม เช่น สอนจากสิ่งที่เป็นรูปธรรม ไปสู่สิ่งที่เป็นนามธรรม หรือสอนจากสิ่งที่ย่ไปสู่สิ่งที่ยาก ซึ่งจะทำให้การเรียนรู้เกิดขึ้นได้ง่าย ผู้เรียนมีความคิดรวบยอดและมีความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่เรียนอย่างถูกต้อง และลึกซึ้ง และส่งผลให้มีเจตคติที่ดีต่อการเรียนและวิชาที่เรียนด้วย ซึ่งพอจะคาดคะเนได้บ้างว่า ผู้เรียนจะสามารถนำความรู้ที่มีอยู่ไปใช้ในการเรียนรู้สิ่งใหม่ได้
2. ทำให้สิ่งที่เรียนมีความหมาย และกระตุ้นให้ผู้เรียนได้สร้างความหมายของสิ่งใหม่ที่เรียน โดยการนำไปสัมพันธ์กับสิ่งที่เคยเรียนรู้มาก่อน และหลีกเลี่ยงการเรียนรู้โดยวิธีการท่องจำ
3. พยายามสอนให้มีความคล้ายคลึงกับสถานการณ์ในชีวิตจริงให้มากที่สุด เพื่อให้ผู้เรียนได้นำความรู้ที่ได้เรียนมาไปใช้ได้ทันที เช่น สอนการพูดในที่ชุมชน สอนการพูดติดต่อสื่อสารทางโทรศัพท์ เป็นต้น
4. ควรมีตัวอย่างที่หลากหลายนำมาแสดงหรืออธิบายประกอบการสอน และเป็นตัวอย่างที่มีความสมบูรณ์ เพื่อให้ผู้เรียนได้มีความรู้และมีความคิดรวบยอดในสิ่งที่เรียนกว้างขวางและลึกซึ้ง
5. ในวิชาประเภททักษะ ควรเปิดโอกาสให้ผู้เรียนฝึกฝนทักษะ หรือทดลองปฏิบัติจริงด้วย เช่น ให้ผู้เรียนลงมือเลียบยอด ทาบกิ่ง หรือตอนต้นไม้ หรือให้ผู้เรียนทำแบบฝึกหัดในวิชาคณิตศาสตร์และวิชาภาษาอังกฤษ หลังจากที่ได้เรียนทฤษฎีหรือได้ฟังคำอธิบายจากครูผู้สอนไปแล้ว เป็นต้น
6. ชักถามผู้เรียนให้ลองพิจารณาและตอบว่าจะสามารถนำความรู้หรือทักษะที่ได้เรียนมา หรือได้รับการฝึกฝนมา ไปใช้ในสถานการณ์ใดได้บ้าง วิธีนี้จะส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถนำตนเองในการฝึกใช้ประสบการณ์ที่มีมาในอดีตได้ หากผู้เรียนยังไม่สามารถมองเห็นโอกาสที่จะนำความรู้ และทักษะที่เรียนมาไปใช้ในอนาคได้ ครูผู้สอนต้องคอยสรุปและชี้แนะแนวทางให้กับผู้เรียนด้วย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยภายในประเทศ

ภูติพิธิ์ ประยูรอนุเทพ (2540) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาการจัดค่ายพักแรมในสถาบันผลิตครูพลศึกษา” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาขั้นตอนของการจัดค่ายพักแรมในสถาบันผลิตครูพลศึกษาภายในประเทศ โดยใช้เทคนิควิจัยแบบ Ethnographic Delphi Futures Research ได้คัดเลือกผู้เชี่ยวชาญแบบเฉพาะเจาะจงจากผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดค่ายพักแรม ทั้งภาครัฐและเอกชน จำนวน 20 ท่าน ดำเนินการเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ด้วยตนเองในรอบแรก และใช้แบบสอบถามที่เป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ ในรอบที่ 2 และรอบที่ 3 วิเคราะห์ข้อมูลแบบสอบถามโดยการหาค่ามัธยฐานและค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ โดยกำหนดว่าข้อความที่นำไปใช้เป็นข้อมูลในการจัดค่ายพักแรม ต้องมีค่ามัธยฐานเท่ากับหรือมากกว่า 3.50 และมีค่าพิสัยระหว่างควอไทล์เท่ากับหรือน้อยกว่า 1.50 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกันเกี่ยวกับขั้นตอนของการจัดค่ายพักแรม 150 ข้อ จากจำนวนข้อคำถามทั้งสิ้น 164 ข้อ คิดเป็นร้อยละ 91.46 ขั้นตอนในภาพรวมของการจัดค่ายพักแรมดังกล่าวได้รับการตรวจสอบและรับรองผล โดยผู้ทรงคุณวุฒิด้านการจัดค่ายพักแรม จำนวน 5 ท่าน ผลการตรวจและรับรองผลอยู่ในเกณฑ์ดีมาก โดยมีค่ามัธยฐานเท่ากับ 5 และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์เท่ากับ 0.50

สุพรรณิ เอี่ยมพงษ์ไพบุลย์ (2546) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาประสบการณ์เข้าค่ายพักแรมที่มีต่อการสร้างเสริมคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนิสิตสาขาวิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์อยู่ค่ายพักแรมที่มีต่อการสร้างเสริมคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนิสิตสาขาวิชาพลศึกษา ผลการวิจัยพบว่า ประสบการณ์เข้าค่ายพักแรมมีผลต่อการสร้างเสริมคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนิสิตสาขาวิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ทั้ง 5 ด้าน ดังนี้ 1) คุณลักษณะที่พึงประสงค์ด้านคุณธรรม จริยธรรม ด้านบุคลิกภาพ ด้านภาวะผู้นำ ผู้ตามอยู่ในระดับมาก 2) คุณลักษณะที่พึงประสงค์ด้านความมีน้ำใจนักกีฬา และด้านมนุษยสัมพันธ์ อยู่ในระดับมากที่สุด

วัชรภา ศรีสัจจะเลิศวาจา (2547) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ความคิดเห็นของเยาวชนและประชาชน เกี่ยวกับการจัดกิจกรรมค่ายพักแรมของศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนกรุงเทพมหานคร” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความคิดเห็นของเยาวชนและประชาชน เกี่ยวกับการจัดกิจกรรมค่ายพักแรมของศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนกรุงเทพมหานคร ในด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพ ด้าน

สิ่งอำนวยความสะดวก ด้านบุคลากรและด้านการดำเนินการ โดยใช้แบบสอบถามที่สร้างขึ้นเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือ เยาวชนและประชาชนที่ลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรมค่ายพักแรมของศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นว่า การจัดกิจกรรมค่ายพักแรมของศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนกรุงเทพมหานคร มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุดในทุกด้าน 3.51, 3.46, 3.75 และ 3.63 ตามลำดับ

ทศพร ไกรฤกษ์ (2550) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ประสิทธิผลของการจัดกิจกรรมค่ายวิชาการ วชิรมงกุฏ ด้านสิ่งแวดล้อม สำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ทัศนศึกษา โรงเรียนวชิราวุธวิทยาลัย” โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการจัดกิจกรรมค่ายวิชาการ วชิรมงกุฏ ด้านสิ่งแวดล้อม ที่มีผลต่อการเรียนรู้ที่คาดหวัง ได้แก่ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ด้านสิ่งแวดล้อม ความสามารถในการแก้ปัญหาสิ่งแวดล้อม เจตคติต่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม รวมทั้งศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนและบุคลากรที่เกี่ยวข้องที่มีต่อความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมค่ายวิชาการวชิรมงกุฏ ในด้านปัจจัยที่ใช้ในการจัดกิจกรรมและด้านกระบวนการจัดกิจกรรมและพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียน ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมค่ายวิชาการวชิรมงกุฏ ด้านสิ่งแวดล้อม มีประสิทธิผลโดย นักเรียนที่เข้าร่วมในกิจกรรมค่ายวิชาการวชิรมงกุฏ ด้านสิ่งแวดล้อม มีคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านสิ่งแวดล้อมและความสามารถในการแก้ปัญหาสิ่งแวดล้อม หลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าค่ายวิชาการ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 ส่วนในด้านเจตคติต่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีคะแนนหลังเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนเข้าค่ายวิชาการ มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

ชาตรี ยัมรักษา (2550) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ผลการจัดกิจกรรมนันทนาการในค่ายพักแรมที่มีผลต่อการพัฒนาลักษณะนิสัยของเยาวชนที่เข้าค่ายพักแรม” โดยมีจุดมุ่งหมาย เพื่อศึกษาผลการจัดกิจกรรมนันทนาการในค่ายพักแรมที่มีผลต่อการพัฒนาลักษณะนิสัยของเยาวชนที่เข้าค่ายพักแรม โดยการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออก 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านจิตใจ และเปรียบเทียบการพัฒนาลักษณะนิสัยของเยาวชนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมค่ายพักแรมของเยาวชนชน และเยาวชนหญิง อายุระหว่าง 9–15 ปี ที่เข้าร่วมกิจกรรมค่ายภาษาอังกฤษ ในช่วงเดือนตุลาคม 2549 จำนวน 40 คน แบ่งเป็นชาย 20 คน และหญิง 20 คน ผลการวิจัยสรุปได้ว่า เยาวชนที่มาเข้าค่าย เมื่อร่วมกิจกรรมนันทนาการในค่ายพักแรมที่มีผลต่อการพัฒนาลักษณะนิสัยโดยรวมก่อนการทดลองอยู่ในระดับ พอใช้ และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับพอใช้ทั้ง 4 ด้าน หลังการทดลอง พบว่า เยาวชนที่มาเข้าค่าย การพัฒนาลักษณะนิสัยโดยรวมก่อนการ

ทดลองอยู่ในระดับ พอใช้ และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ในด้านร่างกายและด้านสังคม พัฒนาคืบหน้าอยู่ในระดับ ดี ส่วนด้านอารมณ์และจิตใจ อยู่ในระดับ พอใช้

งานวิจัยต่างประเทศ

Edward (1981: 1056-A) ได้ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมความภาคภูมิใจในตนเองของผู้หญิง อายุ 13-15 ปี ในการอยู่ค่ายพักแรมเป็นเวลา 2 สัปดาห์ พบว่า ประสบการณ์ภายในค่ายพักแรม ช่วยให้นักเรียนดังกล่าวมีความภาคภูมิใจในตนเองมากขึ้น

Marlatt (1981: 4001-A) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับความรู้และทัศนคติทางด้านสิ่งแวดล้อมของ กิจกรรมค่ายกลางวันของรัฐมิชิแกน สหรัฐอเมริกา พบว่า กิจกรรมค่ายช่วยให้เด็กอายุ 8 ขวบ มีความรู้ และทัศนคติเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมดีขึ้น

Gopalan (1994: 862A) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “รูปแบบขององค์กรวิชาชีพของการจัดค่ายพักแรมในประเทศอินเดีย” ได้พบว่า การจัดค่ายพักแรมที่จะประสบผลสำเร็จได้จะต้องประกอบด้วยสิ่งต่อไปนี้ โปรแกรมหลักสูตร บุคคลที่มีส่วนในการสนับสนุน ได้แก่ ขวาค่าย ผู้ปกครองและบุคลากรในสถาบัน กลุ่มผู้จัดการในการอยู่ค่ายพักแรม รวมทั้งความน่าเชื่อถือของผู้จัดค่ายนั้น

Doon (1998: 311-A) ได้ศึกษาเรื่อง “การรับรู้ถึงผู้ที่สำเร็จจากโครงการค่ายทางเล็อกเยาวชนของ The Echerd Family ที่ค่าย E-Nini-Hassee และผลกระทบของประสบการณ์การอยู่ค่ายโดยเปรียบเทียบกับเหตุการณ์สำคัญในชีวิต” ได้พบว่าเยาวชนอายุระหว่าง 8-10 ปี หลังจากที่ถูกจบจากการเข้าร่วมกิจกรรมในค่ายแล้วสามารถแยกแยะระหว่างนิสัยเดิมที่เปลี่ยนไปกับการใช้ชีวิตจริงได้ แม้ว่าทั้งหมดจะมีปฏิกิริยาต่อค่ายในแง่บวกแต่การกลับมาใช้ชีวิตอยู่ในบ้านเดิมที่ไม่มีการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมใดๆ ซึ่งยากที่จะเปลี่ยนแปลงของเยาวชนเหล่านั้น ขณะที่ผู้หญิงที่โตแล้วและเริ่มใช้ชีวิตของตนเอง พวกเขาสามารถนำบทเรียนจากค่ายมาใช้ในชีวิตจริงได้

สรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมโดยการใช้รูปแบบการเข้าค่าย มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ขอบบุคคล และสามารถทำให้บุคคลสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้กับการอยู่ร่วมกัน มาใช้ในชีวิตประจำวันได้

สมมติฐานการวิจัย

1. ภายหลังจากใช้โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพแล้ว นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการปรับตัวและการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกว่าก่อนการทดลอง
2. เมื่อเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวและคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน
3. ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนสูงกว่ากลุ่มควบคุม

บทที่ 3

วิธีการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนที่เรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากร

กลุ่มประชากรที่ใช้ศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา ประจำปีการศึกษา 2551 จำนวน 688 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา โดยการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive random sampling) จำนวน 60 คน แล้วสุ่มจัดกลุ่มอย่างง่าย (randomly assigned) เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน โดยมีวิธีการสุ่มดังนี้

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทั้งหมด ทำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน แล้วดำเนินการตรวจ เพื่อหานักเรียนที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 23 จำนวน 167 คน

2. ผู้วิจัยให้นักเรียน จำนวน 167 คน ทำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน แล้วดำเนินการตรวจเพื่อหานักเรียนที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 40 จำนวน 76 คน

3. ผู้วิจัยประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยให้นักเรียน 76 คน รับทราบเพื่อสมัครเข้าโครงการวิจัย มีนักเรียนสนใจเข้าร่วมโครงการทั้งสิ้น 60 คน

4. ผู้วิจัยดำเนินการสุ่มอย่างง่ายด้วยวิธีการจับฉลากแล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ลักษณะของโปรแกรม แบ่งออกเป็น 2 ช่วง

ช่วงที่ 1 - กิจกรรมที่ 1-6 เป็นกิจกรรมที่สร้างความตระหนักและทักษะเบื้องต้นที่จำเป็นในการสร้างสัมพันธภาพ ใช้เวลา 6 คาบ คาบละ 50 นาที

ช่วงที่ 2 - กิจกรรมที่ 7-15 เป็นกิจกรรมที่นักเรียนจะได้เรียนรู้การนำทักษะไปใช้เพื่อการมีสัมพันธภาพที่ดีในรูปแบบของการเข้าค่าย ใช้เวลาการเข้าค่ายทั้งหมด เป็น ระยะเวลา 2 วัน 1 คืน

โดยใช้แนวทางวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ของ Johnson (1986:7-9) ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ 1) การรู้จักและไว้วางใจกัน 2) การสื่อสารกันอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา 3) การยอมรับและสนับสนุนกัน 4) การรู้จักแก้ปัญหาและจัดการความขัดแย้ง โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลักเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเหมาะสมของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน (ดังรายละเอียดในภาคผนวก ข) เป็นผู้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา

ขั้นตอนการสร้างโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

1. ผู้วิจัยได้ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการพัฒนาสัมพันธภาพกับเพื่อน จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดแนวคิด และจุดมุ่งหมายของกิจกรรมให้มีความสอดคล้องเหมาะสมกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย
2. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาสัมพันธภาพ จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนการสร้างโปรแกรมการค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน
3. นำความรู้จากการศึกษาเอกสารต่างๆ มาบูรณาการร่วมกัน แล้วจัดทำโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน จำนวนทั้งสิ้น 15 กิจกรรม
4. นำโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก เพื่อตรวจสอบความตรงของเนื้อหา และความถูกต้องเหมาะสมของโปรแกรม
5. นำโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มาแก้ไขตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก แล้วนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านตรวจสอบ
6. นำโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน มาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ แล้วนำเสนอให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลักตรวจสอบอีกครั้ง ก่อนนำโปรแกรมไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 30 คน ของโรงเรียนด่านเกวียนวิทยา ซึ่งเป็นโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตจังหวัดนครราชสีมา เพื่อพิจารณาหาข้อบกพร่องในด้านเนื้อหา วิธีการ อุปกรณ์ รวมทั้งเวลาที่ใช้เพื่อปรับปรุงแก้ไข
7. ตรวจสอบโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 อีกครั้งเพื่อความถูกต้อง และสมบูรณ์ของโปรแกรมก่อนที่จะนำไปใช้ในการวิจัย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมี 4 ชุดดังนี้

2.1 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน

แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน ของนางเยาว์ ศฤงคารทวิกุล (2533: 85-89) ซึ่งเป็นแบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า [rating scale] มีคำตอบให้เลือก 5 ระดับคือ เป็นจริงมากที่สุด เป็นจริงมาก เป็นจริงปานกลาง เป็นจริงน้อย และเป็นจริงน้อยที่สุด ซึ่งนักเรียนจะอ่านข้อความทีละข้อและเลือกคำตอบที่ตรงกับสภาพเป็นจริงของตนเองที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน แบบสอบถามมีจำนวน 40 ข้อ ประกอบด้วย ข้อความที่เกี่ยวกับการปรับตัวกับเพื่อน 3 ด้านคือ

1. ด้านเข้าใจตนเอง
 - 1.1 เข้าใจความรู้สึกที่มีต่อตนเองและเพื่อน ข้อ 1, 11, 21, 31
 - 1.2 เข้าใจพฤติกรรมของตนเองที่มีต่อเพื่อน ข้อ 2, 12, 22, 32
2. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน
 - 2.1 การรู้จักและเข้าใจเพื่อน ข้อ 3, 13, 23, 33
 - 2.2 การแสดงพฤติกรรมในการทักทายเพื่อนอย่างเหมาะสม ข้อ 4, 14, 24, 34
 - 2.3 การรู้จักให้และรับ ข้อ 5, 15, 25, 35
3. ด้านการดำเนินชีวิตร่วมกับเพื่อนทั้งในและนอกชั้นเรียน
 - 3.1 การได้รับการยอมรับจากเพื่อน ข้อ 6, 16, 26, 36
 - 3.2 การเห็นความสำคัญของตนเองและเพื่อน ข้อ 7, 17, 27, 37
 - 3.3 การแสดงความคิดเห็นร่วมกับเพื่อน ข้อ 8, 18, 28, 38
 - 3.4 ความร่วมมือในการทำงาน ข้อ 9, 19, 29, 39
 - 3.5 ความรับผิดชอบในการทำงาน ข้อ 10, 20, 30, 40

เกณฑ์การให้คะแนน

1. ถ้าข้อความนั้นเป็นข้อความเชิงนิมิต [positive statement] ข้อ 4, 5, 9, 14, 15, 18, 19, 23, 29, 32, 35, 37, 40 มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

เป็นจริงมากที่สุด	มีค่าเท่ากับ 5 คะแนน
เป็นจริงมาก	มีค่าเท่ากับ 4 คะแนน
เป็นจริงปานกลาง	มีค่าเท่ากับ 3 คะแนน
เป็นจริงน้อย	มีค่าเท่ากับ 2 คะแนน
เป็นจริงน้อยที่สุด	มีค่าเท่ากับ 1 คะแนน

2. ถ้าข้อความนั้นเป็นข้อความเชิงนิเสธ [negative statement] ข้อ 1, 2, 3, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 16, 17, 20, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 33, 34, 36, 38, 39 มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

เป็นจริงมากที่สุด	มีค่าเท่ากับ 1 คะแนน
เป็นจริงมาก	มีค่าเท่ากับ 2 คะแนน
เป็นจริงปานกลาง	มีค่าเท่ากับ 3 คะแนน
เป็นจริงน้อย	มีค่าเท่ากับ 4 คะแนน
เป็นจริงน้อยที่สุด	มีค่าเท่ากับ 5 คะแนน

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน ตรวจสอบค่าความเที่ยงโดยการหาค่า internal consistency ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ของ ครอนบาค เท่ากับ 0.834

2.2 แบบสอบถามการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน ของ บุศราภรณ์ สุขคุ้ม(2545: 115-124) ประกอบกับแนวคิดเกี่ยวกับวิธีปฏิบัติให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีของ Johnson David, W. (1986) โดยกำหนดข้อคำถามให้สอดคล้องกับวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี 4 ด้าน คือ 1) การเปิดเผยตนเอง 2) การสื่อสารกันอย่างเปิดเผย 3) การสนับสนุนช่วยเหลือเพื่อน 4) การแก้ปัญหาและจัดการความขัดแย้ง

ลักษณะของแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนเป็นแบบเลือกตอบ มีจำนวนทั้งสิ้น 30 ข้อ มีคะแนนเต็มทั้งฉบับเท่ากับ 90 คะแนน สำหรับวิธีการตอบนั้น เมื่อนักเรียนอ่านคำถามแล้ว นักเรียนจะต้องเลือกคำตอบที่ตรงกับสิ่งที่นักเรียนจะกระทำ หรือที่นักเรียนกระทำเสมอๆ เพียงตัวเลือกเดียวจากทั้งหมด 3 ตัวเลือก คือ ก. ข. และ ค. โดยแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนนี้ จะแบ่งวิธีการปฏิบัติเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกันออกเป็น 4 ด้านคือ

1. การเปิดเผยตนเอง ยอมรับลักษณะ ความคิด และความสามารถของตนเอง ได้แก่ การทำความรู้จักกับผู้อื่น การแสดงความยอมรับในความสามารถของตนเอง การแสดงความพอใจและยอมรับผลของการกระทำ และลักษณะต่างๆ ของตนเอง ได้แก่ ข้อ 3, 4, 7, 10, 16, 17, 19, 20, 23, 26 รวม 10 ข้อ

2. การสื่อสารกันอย่างเปิดเผย ตรงไปตรงมาบอกความคิด ความรู้สึกของตนเองให้ผู้อื่นทราบ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 5, 6, 12, 15 รวม 6 ข้อ

3. การสนับสนุนช่วยเหลือเพื่อนเมื่อเพื่อนประสบปัญหาอย่างถูกต้องและเหมาะสม ได้แก่ ข้อ 9, 11, 14, 18, 22, 27, 28, 29 รวม 8 ข้อ

4. การแก้ปัญหาขัดความขัดแย้ง ได้แก่ การรู้จักการให้อภัย มีความอดทนอดกลั้น เมื่อเกิดปัญหาหรือข้อขัดแย้งกับเพื่อน และขจัดความขัดแย้งระหว่างเพื่อนอย่างถูกวิธี ได้แก่ ข้อ 8, 13, 21, 24, 25, 30 รวม 6 ข้อ

แบบสอบถามแต่ละข้อมีคะแนนเต็ม 3 คะแนน มีระดับคะแนนดังนี้

ให้ 3 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกนั้นแสดงได้ดี

ให้ 2 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกมานั้นแสดงอยู่ในระดับพอใช้

ให้ 1 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกมานั้นควรต้องปรับปรุงอีก

ข้อที่	คะแนน	ข้อที่	คะแนน
1	ก=1 ข=2 ค=3	16	ก=1 ข=2 ค=3
2	ก=1 ข=3 ค=2	17	ก=3 ข=1 ค=2

3	ก=3 ข=2 ค=1	18	ก=1 ข=3 ค=2
4	ก=3 ข=2 ค=1	19	ก=3 ข=2 ค=1
5	ก=2 ข=1 ค=3	20	ก=3 ข=2 ค=1
6	ก=3 ข=1 ค=2	21	ก=1 ข=3 ค=2
7	ก=3 ข=1 ค=2	22	ก=2 ข=1 ค=3
8	ก=1 ข=2 ค=3	23	ก=2 ข=3 ค=1
9	ก=2 ข=3 ค=1	24	ก=1 ข=2 ค=3
10	ก=3 ข=1 ค=2	25	ก=3 ข=1 ค=2
11	ก=2 ข=3 ค=1	26	ก=2 ข=1 ค=3
12	ก=2 ข=1 ค=3	27	ก=1 ข=3 ค=2
13	ก=3 ข=1 ค=2	28	ก=1 ข=3 ค=2
14	ก=2 ข=3 ค=1	29	ก=1 ข=2 ค=3
15	ก=3 ข=2 ค=1	30	ก=1 ข=3 ค=2

ในการนำแบบสอบถามสัมพันธภาพมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน ตรวจสอบค่าความเที่ยงโดยการหาค่า internal consistency ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของ ครอนบาค เท่ากับ 0.871

2.3 แบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกิจกรรมของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

แบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกิจกรรมของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนในแต่ละครั้งเป็นแบบบันทึกลักษณะการรายงานด้วยตนเองเกี่ยวกับ 1) สิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม 2) การนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมไปใช้ในชีวิตประจำวัน 3) ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมกิจกรรม

2.4 แบบประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

แบบประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนในภาพรวม ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับ

เพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ให้นักเรียนประเมินประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน ภายหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน แบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีข้อคำถามจำนวน 10 ข้อ วัด 2 ด้าน คือ 1) นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนได้รับประสบการณ์การเรียนรู้ตรงตามวัตถุประสงค์ของการปรึกษากลุ่มเพียงใด ได้แก่ ข้อ 1,5,9 2) การปฏิบัติหน้าที่และการจัดการค่ายของผู้นำกลุ่มและภาพรวมของโปรแกรมฯ ได้แก่ ข้อ 2,3,4,6,7,8,10 และคำถามปลายเปิดจำนวน 1 ข้อคำถาม

เกณฑ์การให้คะแนนแบบประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน แบ่งเป็น 5 มาตรวัด โดยมีรายละเอียดของระดับคะแนนและความหมายของแต่ละมาตรวัดดังนี้

ความคิดเห็นในระดับ “มากที่สุด”	ให้	5	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “มาก”	ให้	4	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “ปานกลาง”	ให้	3	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “น้อย”	ให้	2	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “น้อยที่สุด”	ให้	1	คะแนน

การดำเนินการทดลอง

การศึกษาวิจัยเรื่องผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมาเป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีวิธีการดำเนินการ ดังนี้

ก่อนการทดลอง

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทั้งหมด ทำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน แล้วดำเนินการตรวจ เพื่อหานักเรียนที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 23 จำนวน 167 คน

2. ผู้วิจัยให้นักเรียน จำนวน 167 คน ทำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน แล้วดำเนินการตรวจเพื่อหาเด็กเรียนที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 40 จำนวน 76 คน

3. ผู้วิจัยประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยให้นักเรียน 76 คน รับทราบเพื่อสมัครเข้าโครงการวิจัย มีนักเรียนสนใจเข้าร่วมโครงการทั้งสิ้น 60 คน

4. ผู้วิจัยดำเนินการสุ่มอย่างง่ายด้วยวิธีการจับฉลากแล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน

ระหว่างการทดลอง

1. ผู้วิจัยได้ทำข้อตกลงกับนักเรียนกลุ่มทดลอง 30 คน เกี่ยวกับข้อตกลงในการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยสมาชิกกลุ่มทุกคนต้องเข้าร่วมโปรแกรมให้ครบตลอดระยะเวลาในการทำโปรแกรม และถ้านักเรียนคนใดไม่สามารถมาเข้าร่วมโปรแกรมได้ตามกำหนดให้นักเรียนแจ้งผู้นำกลุ่มล่วงหน้า ซึ่งผู้วิจัยเริ่มโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนในช่วงที่ 1 ครั้งที่ 1 ในวันอังคารที่ 18 พฤศจิกายน 2551 และเข้าค่ายในวันเสาร์ที่ 27 ถึง วันอาทิตย์ที่ 28 ธันวาคม 2551

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมฯ ช่วงที่ 1 ณ ห้องปฏิบัติการทางภาษา (412) โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา

โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นโปรแกรมที่ ลักษณะของโปรแกรม แบ่งออกเป็น 2 ช่วง

ช่วงที่ 1 - กิจกรรมที่ 1-6 เป็นกิจกรรมที่สร้างความตระหนักและทักษะเบื้องต้นที่จำเป็นในการสร้างสัมพันธภาพ ใช้เวลา 6 คาบ คาบละ 50 นาที

ช่วงที่ 2 - กิจกรรมที่ 7-15 เป็นกิจกรรมที่นักเรียนจะได้เรียนรู้การนำทักษะไปใช้เพื่อการมีสัมพันธภาพที่ดีในรูปแบบของการเข้าค่าย ใช้เวลาการเข้าค่ายทั้งหมด เป็น ระยะเวลา 2 วัน 1 คืน

โดยผู้วิจัยเริ่มโปรแกรมถ่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนในช่วงที่ 1 ครั้งที่ 1 ในวันอังคารที่ 18 พฤศจิกายน 2551 และเข้าค่ายในวันเสาร์ที่ 27 ถึง วันอาทิตย์ที่ 28 ธันวาคม 2551

ในระหว่างที่นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมในการทดลองโปรแกรมนั้น นักเรียนกลุ่มตัวอย่างได้เข้าร่วมกิจกรรมการเรียนการสอนตามปกติ

หลังการทดลอง

1. หลังการทดลองเสร็จสิ้น 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนและแบบสอบถามการปรับตัวเข้ากับเพื่อนฉบับเดิมอีกครั้งหนึ่งเพื่อเก็บคะแนนหลังการทดลอง

2. ผู้วิจัยนำคะแนนจากแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนและแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมาทดสอบคะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมถ่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนและหาค่าความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05และวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมถ่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน รวมทั้งนำข้อมูลจากแบบประเมินความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อโปรแกรมถ่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน ภายหลังการปิดโปรแกรมมาวิเคราะห์เนื้อหา และสรุปข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมโปรแกรม

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้โปรแกรมวิเคราะห์สำเร็จรูปประมวลผลโดยคอมพิวเตอร์ เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลต่างๆ ดังนี้

1. ใช้สถิติพื้นฐานในการวิเคราะห์ข้อมูล

1.1 หาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนจากแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนและแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง

2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนน ต่อไปนี้

2.1 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนและแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งไม่เป็นอิสระต่อกัน โดยใช้ Paired – Samples t-test

2.2 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนและแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งไม่เป็นอิสระต่อกัน โดยใช้ Paired – Samples t-test

2.3 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนและแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง ซึ่งเป็นอิสระต่อกัน โดยใช้ Independent – Samples t-test

3. วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ต่อไปนี้

3.1 แบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียนที่ได้รับจากการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยสรุปและประเมิน สิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมในแต่ละครั้งด้วยการบรรยาย

3.2 แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนและผู้วิจัย โดยการวิเคราะห์ข้อมูลค่าความถี่ ค่าร้อยละ และสรุปข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ เพื่อประเมินสิ่งที่นักเรียนได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมด้วยการบรรยาย

บทที่ 4

ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการจัดโปรแกรมค่ายโรงเรียน เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี ซึ่งเป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi experimental research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีนักเรียนในกลุ่มทดลอง 30 คน และกลุ่มควบคุม 30 คน วัดตัวแปรตามจากคะแนนความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน ซึ่งนักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน ลักษณะของโปรแกรม แบ่งออกเป็น 2 ช่วง

ช่วงที่ 1 - กิจกรรมที่ 1-6 เป็นกิจกรรมที่สร้างความตระหนักและทักษะเบื้องต้นที่จำเป็นในการสร้างสัมพันธภาพ ใช้เวลา 6 คาบ คาบละ 50 นาที

ช่วงที่ 2 - กิจกรรมที่ 7-15 เป็นกิจกรรมที่นักเรียนจะได้เรียนรู้การนำทักษะไปใช้เพื่อการมีสัมพันธภาพที่ดีในรูปแบบของการเข้าค่าย ใช้เวลาการเข้าค่ายทั้งหมด เป็น ระยะเวลา 2 วัน 1 คืน

โดยผู้วิจัยเริ่มโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนในช่วงที่ 1 ครั้งที่ 1 ในวันอังคารที่ 18 พฤศจิกายน 2551 และเข้าค่ายในวันเสาร์ที่ 27 ถึง วันอาทิตย์ที่ 28 ธันวาคม 2551

ผลการวิจัยนำเสนอในรูปของตาราง แผนภูมิและการวิเคราะห์เนื้อหา ซึ่งแบ่งเป็น 4 ตอน
ดังนี้

ตอนที่ 1 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวเข้ากับเพื่อนและคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อน
ของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียน
เพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน และการทดสอบสมมุติฐาน

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียน หลังจากเสร็จสิ้น
การเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับ
เพื่อน

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบประเมินความคิดเห็นของนักเรียน หลังจากเสร็จ
สิ้นการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้า
กับเพื่อน

ตอนที่ 1 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวนนักเรียน (คน)	
	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
เพศ		
ชาย	7	14
หญิง	23	16

จากตารางที่ 1 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองประกอบด้วยเพศชาย จำนวน 7 คน เพศหญิง
จำนวน 23 คน กลุ่มควบคุมประกอบด้วย เพศชาย จำนวน 12 คน เพศหญิง จำนวน 18 คน

ตอนที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวเข้ากับเพื่อนและคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน และการทดสอบสมมุติฐาน

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย (X) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

คนที่	คะแนนการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียน			
	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	127	166	116	107
2	130	148	130	127
3	137	147	121	137
4	133	153	133	135
5	125	168	130	137
6	114	127	132	130
7	133	172	126	128
8	128	156	110	115
9	133	148	135	134
10	134	165	127	125
11	137	151	127	126
12	121	163	137	141
13	132	164	130	140
14	117	164	131	132
15	129	162	124	114
16	132	151	125	132
17	133	145	122	120
18	136	166	125	118
19	89	151	117	114

ตารางที่ 2 (ต่อ)

คนที่	คะแนนการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียน			
	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
20	127	138	112	130
21	125	136	128	132
22	135	164	133	132
23	125	164	127	125
24	130	161	129	130
25	125	146	137	132
26	125	157	118	135
27	136	179	135	132
28	133	157	134	122
29	136	163	132	129
30	130	155	129	131
คะแนนเฉลี่ย	128.23	156.23	127.07	128.07
ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	9.36	11.30	7.06	8.20

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย (X) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อน ของ
นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียน
เพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

คนที่	คะแนนสัมพันธภาพของนักเรียน			
	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	59	60	55	58
2	58	66	62	59
3	57	63	56	57
4	58	73	53	54
5	57	65	56	62
6	58	67	52	61
7	55	69	53	59
8	62	67	61	57
9	59	64	59	63
10	58	67	59	52
11	59	75	58	64
12	56	73	61	60
13	59	74	55	61
14	57	68	57	52
15	60	61	60	60
16	58	59	61	58
17	59	60	62	63
18	59	71	60	65
19	59	64	57	59
20	58	64	53	61
21	58	69	58	60
22	56	58	59	58
23	58	65	54	63

ตารางที่ 3 (ต่อ)

คนที่	คะแนนสัมพันธภาพของนักเรียน			
	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
24	56	64	60	67
25	57	66	61	57
26	57	63	58	59
27	57	67	62	56
28	58	62	55	65
29	57	73	59	65
30	58	74	57	55
คะแนนเฉลี่ย	128.57	156.23	127.07	128.07
ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	9.708	11.30	7.06	8.20

ตอนที่ 3 ทดสอบสมมติฐานทางสถิติของคะแนนการปรับตัวเข้ากับเพื่อน และคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลองด้วยสถิติพารามตริก (parametric Statistic)

ก่อนการดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยได้ทดสอบคุณสมบัติและความเท่าเทียมของการจัดกระทำของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง โดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (Independent – Sample t - test)

นักเรียน	จำนวน	คะแนนเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p
กลุ่มทดลอง	30	128.23	9.361	0.545	.58
กลุ่มควบคุม	30	127.07	7.061		

จากการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อน ของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง ดังตารางที่ 4 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าก่อนการทดลอง นักเรียนที่เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีระดับความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 5 การเปรียบเทียบคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองโดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (Independent-Sample t-test)

นักเรียน	จำนวน	คะแนนเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p
กลุ่มทดลอง	30	57.90	1.373	.221	.82
กลุ่มควบคุม	30	57.77	3.014		

จากการเปรียบเทียบคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อน ของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง ดังตารางที่ 5 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าก่อนการทดลอง นักเรียนที่เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีระดับความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนไม่แตกต่างกัน

ภายหลังการดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยทดสอบความแตกต่างของคะแนนความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เพื่อทดสอบสมมติฐานของการวิจัย ดังนี้

สมมติฐานที่ 1 ภายหลังจากใช้โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพแล้ว นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการปรับตัวและการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกว่าก่อนการทดลอง

ตารางที่ 6 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติทดสอบที (Paired – Sample t - test)

นักเรียน	จำนวน	คะแนนเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p
ก่อนการทดลอง	30	128.23	9.36	12.08	.000
หลังการทดลอง	30	156.23	11.30		

จากตารางที่ 6 ผลการวิเคราะห์พบว่า ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดังนั้นจึงยอมรับสมมติฐานที่ 1 คือภายหลังจากใช้โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพแล้ว นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนสูงกว่าก่อนการทดลอง

ตารางที่ 7 การเปรียบเทียบคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติทดสอบที (Paired–Sample t - test)

นักเรียน	จำนวน	คะแนนเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p
ก่อนการทดลอง	30	57.90	1.37	9.234	.000
หลังการทดลอง	30	66.37	4.79		

จากตารางที่ 7 ผลการวิเคราะห์พบว่า ภายหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมมติฐานที่ 2 เมื่อเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวและคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 8 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติทดสอบที (Paired – Sample t - test)

นักเรียน	จำนวน	คะแนนเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p
ก่อนการทดลอง	30	127.07	7.06	.746	.46
หลังการทดลอง	30	128.07	8.20		

จากตารางที่ 8 ผลการวิเคราะห์พบว่า นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนหลังการทดลองและก่อนทดลองไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดังนั้นจึงยอมรับสมมติฐานที่ 2 คือเมื่อเปรียบเทียบนักเรียนกลุ่มควบคุม คะแนนการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียน ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 9 การเปรียบเทียบคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบแบบจับคู่ด้วยสถิติทดสอบที (Paired– Sample t - test)

นักเรียน	จำนวน	คะแนนเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p
ก่อนการทดลอง	30	57.77	3.04	1.907	.07
หลังการทดลอง	30	59.43	3.67		

จากตารางที่ 9 ผลการวิเคราะห์ พบว่า นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนหลังการทดลองและก่อนทดลองไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมมติฐานที่ 3 ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน
สูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตารางที่ 10 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลอง
และกลุ่มควบคุม ภายหลังการทดลอง โดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที
(Independent – Sample t - test)

กลุ่ม	จำนวน	คะแนนเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p
กลุ่มทดลอง	30	156.23	11.30	11.046	.000
กลุ่มควบคุม	30	128.07	8.20		

จากตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์ พบว่า ภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมี
ความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ระดับ .05 จึงสรุปได้ว่า โปรแกรมค่ายโรงเรียนสามารถสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถใน
การปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ดังนั้นจึงยอมรับสมมติฐานที่ 3 คือภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความสามารถในการ
ปรับตัวเข้ากับเพื่อนสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ตารางที่ 11 การเปรียบเทียบคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่ม
ควบคุม ภายหลังการทดลอง โดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (Independent–
Sample t - test)

กลุ่ม	จำนวน	คะแนนเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	t	p
กลุ่มทดลอง	30	66.37	4.79	6.292	.000
กลุ่มควบคุม	30	59.43	3.67		

จากตารางที่ 11 ผลการวิเคราะห์พบว่า ภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมี
คะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียน หลังจากเสร็จสิ้นการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน

ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียนที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมค่ายโรงเรียนสามารถสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียน ครั้งที่ 1 ถึงครั้งที่ 6 โดยมีการแบ่งการเรียนรู้โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการเข้าใจตนเอง 2) ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน 3) ด้านการดำเนินชีวิตร่วมกับเพื่อน ทั้งในและนอกชั้นเรียน ซึ่งรายละเอียดมีดังต่อไปนี้

1. ความคิดและความรู้สึกของนักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรมของโปรแกรมค่ายโรงเรียน เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน นักเรียนคิดว่าการจัดกิจกรรมนั้นทำให้รู้สึกวิตกกังวล กลัว และไม่มีความมั่นใจในการเข้าร่วมกิจกรรม แต่มีนักเรียนบางส่วนที่คิดว่าการจัดกิจกรรมกลุ่มในรูปแบบของการเข้าค่าย ทำให้รู้สึกตื่นเต้น รู้สึกดีที่ได้มาเจอเพื่อนและอยากเข้าร่วมเพื่อเป็นประสบการณ์ ได้รับความรู้ใหม่ และได้รู้จักเพื่อนต่างห้องมากขึ้น

2. ความคิดและความรู้สึกของนักเรียนหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมของโปรแกรมค่ายโรงเรียน เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน คิดว่า เป็นกิจกรรมที่น่าสนใจ ได้รับความสนุกสนาน ความเพลิดเพลินบันเทิงใจ ได้ผ่อนคลาย รู้สึกเป็นอิสระ กิจกรรมเปิดโอกาสให้นักเรียน ได้ค้นหาแนวทางที่จะนำความรู้ความเข้าใจไปใช้ในชีวิตประจำวัน และพยายามส่งเสริมให้เกิดการปฏิบัติจริง และช่วยให้สามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อน และส่งเสริมความสามัคคีในหมู่คณะ มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อกันรวมทั้งร่วมมือกันปฏิบัติงานตามที่ครูมอบหมายได้สำเร็จ ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ทำให้มีการฝึกทักษะกระบวนการคิด การจัดการ การเผชิญสถานการณ์ การประยุกต์ความรู้มาใช้เพื่อป้องกันและแก้ปัญหา เกิดการพัฒนาความสามารถได้ตามศักยภาพ และจากการจัดโปรแกรมค่ายโรงเรียนยังเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ได้ค้นหาคำตอบด้วยตนเอง ทั้งนี้เพราะการค้นพบความจริงใดๆ ด้วยตนเองนั้น มักจะจดจำได้ดี และมีความหมายโดยตรง รวมทั้งได้รับความรู้มากขึ้น มีประโยชน์ต่อตนเอง

3. สิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน

จากการวิเคราะห์แบบบันทึก สิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน พบว่า

การเข้าร่วมกิจกรรมที่ 1 - 6 กิจกรรมรู้จักกันฉันและเธอ กิจกรรมต่างจิตต่างใจ กิจกรรมคนอะไร ใครๆ ก็อยากคบ กิจกรรมสื่อสารอย่างไรจึงได้อย่างใจคิด กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน และกิจกรรม ปัญหา มี ปัญญา มี นักเรียนคิดว่าเป็นกิจกรรมที่สร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน ทำให้รู้จักการปรับตัว เข้าหาเพื่อนมากขึ้น สิ่งที่ต้องปฏิบัติ มารยาทในสังคม และจากกิจกรรมที่ 7-15 เป็นกิจกรรมที่ได้ เรียนรู้ทักษะในการสร้างสัมพันธ์ภาพในรูปแบบของการเข้าค่าย นักเรียนคิดว่ากิจกรรมเพื่อการทำ ตนให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อน กิจกรรมเพื่อการสื่อสารที่เหมาะสม กิจกรรมมาจาดิ มีแต่คุณ ทำให้ กิจกรรมกลุ่มเป็นกิจกรรมที่ให้การศึกษ เป็นการเล่นที่สร้างสรรค์ที่แตกต่างไปจาก ประสบการณ์ที่เคยได้รับมา ทำให้เกิดความแตกต่าง ทางความคิด มีการริเริ่มสร้างสรรค์ ความกล้า หาญ การปรับตัวได้ดีขึ้น และการเป็นวิธีการเรียนการสอนอย่างหนึ่งที่ช่วยก่อให้เกิดการเรียนรู้ได้ดี สามารถนำเอาประสบการณ์ต่างๆ ไปใช้ในการดำเนินชีวิต การเข้าใจยอมรับตนเอง เข้าใจยอมรับ ผู้อื่น

4. จากการเข้าร่วมกิจกรรมของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพที่มีต่อ ความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน นักเรียนสามารถนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากการทำ กิจกรรมไปใช้ในชีวิตประจำวัน

จากการวิเคราะห์แบบบันทึกนักเรียนสามารถนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วม กิจกรรมของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับ เพื่อนไปใช้ในชีวิตประจำวัน นักเรียนคิดว่าได้ฝึกทักษะกระบวนการคิด การจัดการ การเผชิญ สถานการณ์ การประยุกต์ความรู้มาใช้ในการป้องกันและแก้ปัญหา และเรียนรู้จากประสบการณ์จริง ประกอบกับสถานการณ์ในปัจจุบัน มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสังคมและเทคโนโลยี ก่อให้เกิดทั้งผลดีและผลเสียต่อการดำรงชีวิตในปัจจุบันทำให้เกิดความยุ่งยากซับซ้อนมากยิ่งขึ้น จำเป็นต้องมีการปรับตัว และปรับเปลี่ยนวิธีการดำเนินชีวิตของนักเรียนให้สามารถดำรงอยู่ในสังคม ได้อย่างมีคุณภาพ มีศักดิ์ศรี และมีความสุข ทำให้นักเรียนมีความสามารถในการปรับตัว และมี พฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องในการที่จะเผชิญกับสิ่งท้าทายต่าง ๆ รอบ ๆ ตัวในสภาพสังคม ปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบประเมินความคิดเห็นของนักเรียน หลังจากเสร็จสิ้นการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน

ตารางที่ 12 ความคิดเห็น เกี่ยวกับโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน ของนักเรียนกลุ่มทดลอง

ความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรม	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. เนื้อหาของกิจกรรมมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์	17 (56.7)	13 (43.3)	-	-	-
2. กิจกรรมเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วม	16 (53.3)	14 (46.7)	-	-	-
3. ผู้นำกลุ่มมีความรู้ความสามารถปฏิบัติหน้าที่ได้เหมาะสม	12 (40.0)	16 (53.3)	2 (6.7)	-	-
4. เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลประจำฐาน มีเพียงพอต่อการแนะนำช่วยเหลือ	20 (66.7)	6 (20.0)	4 (13.3)	-	-
5. สื่อที่ใช้ในการทำกิจกรรมเหมาะสม	11 (36.6)	14 (46.7)	5 (16.7)	-	-
6. ระยะเวลาที่จัดกิจกรรม (2 วัน 1 คืน) เหมาะสม	13 (43.3)	8 (26.7)	4 (13.3)	2 (6.7)	3 (10.0)
7. อาหารที่จัดเลี้ยงมีความเพียงพอและเหมาะสม	13 (43.3)	11 (36.7)	6 (20.0)	-	-
8. สถานที่ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม	10 (33.3)	18 (60.0)	2 (6.7)	-	-
9. ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม	23 (76.7)	6 (20.0)	1 (3.3)	-	-
10. ความพึงพอใจโดยภาพรวมในการเข้าร่วมกิจกรรม	15 (50.0)	13 (43.3)	2 (6.7)	-	-

จากตารางที่ 12 พบว่า ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบประเมินความคิดเห็นของนักเรียน หลังจากเสร็จสิ้นการเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนมีความคิดเห็น เกี่ยวกับโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อ

สร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน ของนักเรียนกลุ่มทดลอง จากข้อคำถามจำนวน 10 ข้อ วัด 2 ด้าน คือ

1. นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน ได้รับประสบการณ์การเรียนรู้ตรงตามวัตถุประสงค์ของการปรึกษากลุ่มเพียงใดนั้น ได้แก่ ข้อ 1 เนื้อหาของกิจกรรมมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 17 คน (ร้อยละ 56.7) ข้อ 5 สื่อที่ใช้ในการทำกิจกรรมเหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก มีจำนวน 11 คน (ร้อยละ 46.7) และข้อ 9 ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด มีจำนวน 23 คน (ร้อยละ 76.7)

2. การปฏิบัติหน้าที่และการจัดการค่ายของผู้นำกลุ่มและภาพรวมของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน ได้แก่ ข้อ 2 กิจกรรมเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 16 คน (ร้อยละ 53.3) ข้อ 3 ผู้นำกลุ่มมีความรู้ความสามารถปฏิบัติหน้าที่ได้เหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก จำนวน 16 คน (ร้อยละ 53.3) ข้อ 4 เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลประจำฐาน มีเพียงพอต่อการแนะนำช่วยเหลือ มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 20 คน (ร้อยละ 66.7) ข้อ 6 ระยะเวลาที่จัดกิจกรรม (2 วัน 1 คืน) เหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด มีจำนวน 13 คน (ร้อยละ 43.3) ข้อ 7 อาหารที่จัดเลี้ยงมีความเพียงพอและเหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด มีจำนวน 13 คน (ร้อยละ 43.3) ข้อ 8 สถานที่ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก มีจำนวน 18 คน (ร้อยละ 60.0) ข้อ 10 ความพึงพอใจโดยภาพรวมในการเข้าร่วมกิจกรรม มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด มีจำนวน 15 คน (ร้อยละ 50.0)

ข้อวิจารณ์

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของความสามารถในการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา หลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียน ซึ่งผลการวิจัยสามารถอภิปรายได้ดังนี้

การเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการปรับตัวและความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียน สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 และเมื่อภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3

จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนสามารถพัฒนาความสามารถในการปรับตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าในการใช้แนวคิดของ Johnson (1986) ที่ได้เสนอแนะวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกันซึ่งประกอบด้วย 1) การรู้จักไว้วางใจกัน ซึ่งจะเกิดได้จากการเปิดเผยตนเองได้แก่ การเปิดเผยว่าตนเองมีความรู้สึกอย่างไรต่อสิ่งที่กระทำลงไป การตระหนักในตนเองได้แก่ รู้ เข้าใจ และยอมรับในความรู้สึก ความคิด ความสามารถและการกระทำของตนเอง การยอมรับตนเองได้แก่ พอใจและยอมรับลักษณะต่างๆ ของตนเอง 2) การสื่อสารกันอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา ที่บอกความคิดความรู้สึกของตนเองให้ผู้อื่นทราบอย่างเปิดเผยและอย่างตรงไปตรงมา 3) การยอมรับและสนับสนุนกัน ได้แก่ ช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นมีปัญหาหรือประสบภาวะวิกฤต 4) การรู้จักแก้ปัญหาและจัดการความขัดแย้ง ซึ่งจะช่วยให้มีความใกล้ชิดและสนิทสนมกันมากยิ่งขึ้นนั้นสามารถนำไปใช้ได้จริงซึ่งมีผลต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งผลที่เกิดขึ้นสามารถอธิบายได้ว่าสัมพันธภาพนั้นมีอิทธิพลต่อการปรับตัวเพราะการอยู่ในสังคมย่อมต้องมีความผูกพันเกี่ยวข้องกับกันทั้งทางตรงและทางอ้อม พึงพาอาศัยซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดการปรับตัวความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น การมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นย่อมทำให้บุคคลเป็นที่ยอมรับของสังคม สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งจะเห็นได้ว่ากิจกรรมต่างๆ ในค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพนั้นล้วนแล้วแต่เป็นกิจกรรมที่มีลักษณะก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

และนักเรียนสามารถถ่ายโยงความรู้ที่ผู้วิจัยได้นำเสนอในช่วงแรก ไปใช้จริงในการอยู่ร่วมกันในค่ายซึ่งเป็นไปตามแนวคิดของ Viola and Crawford (1961) ที่กล่าวว่าค่ายพักแรมนั้นช่วยการปรับตัวทางสังคม นอกจากนี้ผลการวิจัยยังสอดคล้องกับผู้วิจัยหลายท่าน ได้แก่ งานวิจัยของสุภาวดี เรืองคณะ (2543) ซึ่งศึกษาผลของการฝึกกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของนักเรียน ผลการศึกษาพบว่าภายหลังการฝึกกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนมีคะแนนความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการฝึกกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 งานวิจัยของบุศราภรณ์ สุขคุ้ม (2545) ที่ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาสัมพันธภาพกับเพื่อน ซึ่งผลการศึกษาพบว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิจัยต่างๆ ที่สอดคล้องกันย่อมแสดงให้เห็นว่ากิจกรรมต่างๆ ที่จัดขึ้นในโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนนั้น สามารถพัฒนาการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ เนื่องจากค่ายพักแรมเป็นกิจกรรมที่นำบุคคลมาอยู่ร่วมกันเป็นหมู่คณะนอกสถานที่ ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบจำลองของสังคม ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน มีปฏิสัมพันธ์กัน พบปะพูดคุยกันตลอดเวลา ทำกิจกรรมร่วมกัน กิจกรรมต่างๆ ในค่ายพักแรมนั้นจะเน้นการทำงานเป็นกลุ่มเช่น กิจกรรมระดมความคิด (brain storming) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ กิจกรรมวอล์คแรลลี่ (walk rally) ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ จะช่วยพัฒนาความสามารถทางด้านสังคมของผู้เข้าร่วมกิจกรรมค่ายพักแรมให้เพิ่มขึ้นได้ (วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว, 2549) นอกจากนี้ค่ายพักแรมมักมีบรรยากาศแห่งมิตรภาพและความเป็นเพื่อน (friendliness) ทำให้เกิดความรู้สึกที่มั่นคง มั่นใจ และอบอุ่นตลอดระยะเวลาในการอยู่ค่ายพักแรม ซึ่งเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นได้ง่ายกว่าและเร็วกว่าในบรรยากาศของการเรียนในห้องเรียนหรือโรงเรียน (สมบัติ กาญจนกิจ, 2536) จากลักษณะของกิจกรรมต่างๆ และบรรยากาศของค่ายพักแรมดังกล่าวข้างต้น จึงทำให้นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนได้พัฒนาความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้มากขึ้นนั่นเอง

จากการวิเคราะห์ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองครบทั้ง 6 ครั้ง พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นต่อโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน คือ การจัดกิจกรรมเป็นการเปิดโอกาสให้มีส่วนร่วม รู้จักการปรับตัวด้านการฟังระหว่างกัน โดยเฉพาะเพื่อนต่างห้อง หรือแม้แต่เพื่อนต่างเพศก็ตาม ซึ่งจากการสังเกตของผู้วิจัยนักเรียนจะให้ความร่วมมือกันมากขึ้น เมื่อมีการจัดกิจกรรมกลุ่ม นักเรียน

ยังคิดว่ากิจกรรมยังทำให้รู้จักหน้าที่ตนเอง รับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายให้ทำ สอดคล้องกับการศึกษาของกึ่งกาญจน์ กาญจนทรงกูร (2541) พบว่า เด็กนักเรียนหญิงชาวไทยภูเขาและเด็กชายไทยพื้นราบ สามารถอยู่ร่วมกันได้ สามารถแบ่งหน้าที่รับผิดชอบได้ดี นอกจากนั้นยังพบว่า นักเรียนมีความสุขที่อยู่กับเพื่อน และสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนใหม่ได้อย่างรวดเร็ว และได้รับการยอมรับจากเพื่อนต่างเพศ สอดคล้องกับการศึกษาของวิภามาส เมืองอุ (2542) พบว่า กิจกรรมกลุ่มช่วยพัฒนาความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสังคม เมื่อเผชิญกับเหตุการณ์ รวมทั้งการรับรู้หน้าที่ที่ได้รับมอบหมายให้ทำ ด้วยความเต็มใจ ไม่มีขัดแย้ง ไม่มีความวิตกกังวล ดังนั้น นักเรียนสามารถปรับตัวได้ทั้งทางด้านบทบาทหน้าที่และการพึ่งพาระหว่างกัน

ดังนั้นในการจัดกิจกรรมของโปรแกรม เน้นการจัดกิจกรรมอย่างเป็นกระบวนการ ด้วยรูปแบบ วิธีการที่หลากหลาย และการแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตให้อยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม และมุ่งส่งเสริมเจตคติ คุณค่าของชีวิต ปลูกฝังคุณธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนา ส่งเสริมความสามารถในการปรับตัวของนักเรียน ต่อความสัมพันธ์กับเพื่อน รู้จักเข้าใจตนเอง สร้างจิตสำนึกต่อธรรมชาติสิ่งแวดล้อม ปฏิบัติตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม ประเทศชาติ และการดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข นิภา นิธยาน (2530) กล่าวว่า ผู้ที่อยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ดี จะทำให้เกิดความมั่นใจ เชื่อมมั่นในตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่การปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ดี รวมทั้งมีทัศนคติที่ดีต่อคนอื่น และนำไปสู่ผู้ใหญ่ที่ดี มีมนุษยสัมพันธ์ดี สอดคล้องกับการศึกษาของศิริพร เลิศพันธ์ (2548) พบว่า การอยู่ร่วมกัน ฝึกให้เด็กรู้จักความสามัคคีในการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม รู้จักเสียสละ ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ฝึกให้รู้จักการรอคอย อดทน นักเรียนกลุ่มทดลองคิดว่า กิจกรรมกลุ่มยังช่วยส่งเสริม ทักษะการทำงานร่วมกัน เช่น ความร่วมมือในการทำงาน ความเป็นผู้นำ ผู้ตาม การเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม รวมทั้งทักษะในการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี จากการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของสุภาวดี เรืองคณะ (2548) กระบวนการกลุ่มช่วยให้นักเรียนได้รับการฝึกทักษะด้านสังคม ได้แก่ การอยู่ร่วมกัน การแบ่งปัน การมีความรับผิดชอบในหน้าที่ของตน การเคารพสิทธิของผู้อื่น และทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์ ได้แก่ การเข้าใจตนเอง และเข้าใจผู้อื่น การติดต่อสื่อสาร นอกจากนี้โปรแกรมที่จัดยังมีรูปแบบที่หลากหลาย มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นต่างๆ ภายในกลุ่มทำให้นักเรียนเกิดความมั่นใจในการแสดงออก และมีความสุขในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมอีกด้วย ฉะนั้นจากผลการวิจัยต่างๆ ที่สอดคล้องกัน แสดงให้เห็นว่า กิจกรรมต่างๆ ในโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพสามารถพัฒนาความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพ เป็นการเรียนรู้ให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ตรงและนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ซึ่งวัดตัวแปรตามก่อนและหลังการทดลอง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพ
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพ
3. เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

สมมติฐานการวิจัย

1. ภายหลังจากใช้โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพแล้ว นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการปรับตัวและการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกว่าก่อนการทดลอง
2. เมื่อเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวและคะแนนสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่ม

ควบคุม ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

3. ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนสูงกว่า
กลุ่มควบคุม

กลุ่มประชากร

กลุ่มประชากรที่ใช้ศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี
อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา ประจำปีการศึกษา 2551 จำนวน 688 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัย
สามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา โดยการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive random
sampling) ในนักเรียนที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์
ที่ 23 จำนวน 60 คน แล้วสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คนโดยมีวิธีการ
สุ่มดังนี้

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทั้งหมด ทำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน
แล้วดำเนินการตรวจ เพื่อหานักเรียนที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนต่ำกว่า
เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 23 จำนวน 167 คน

2. ผู้วิจัยให้นักเรียน จำนวน 167 คน ทำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน แล้วดำเนินการ
ตรวจเพื่อหานักเรียนที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่
40 จำนวน 76 คน

3. ผู้วิจัยประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยให้นักเรียน 76 คน รับทราบเพื่อสมัครเข้าโครงการวิจัย มี
นักเรียนสนใจเข้าร่วมโครงการทั้งสิ้น 60 คน

4. ผู้วิจัยดำเนินการสุ่มอย่างง่ายด้วยวิธีการจับฉลากแล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่ม
ควบคุม กลุ่มละ 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ลักษณะของโปรแกรม แบ่งออกเป็น 2 ช่วง

ช่วงที่ 1 - กิจกรรมที่ 1-6 เป็นกิจกรรมที่สร้างความตระหนักและทักษะเบื้องต้นที่จำเป็นในการสร้างสัมพันธภาพ ใช้เวลา 6 คาบ คาบละ 50 นาที

ช่วงที่ 2 - กิจกรรมที่ 7-15 เป็นกิจกรรมที่นักเรียนจะได้เรียนรู้การนำทักษะไปใช้เพื่อการมีสัมพันธภาพที่ดีในรูปแบบของการเข้าค่าย ใช้เวลาการเข้าค่ายทั้งหมด เป็น ระยะเวลา 2 วัน 1 คืน

โดยการใช้แนวทางวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ของ Johnson [1986:7-9] ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ 1) การรู้จักและไว้วางใจกัน 2) การสื่อสารกันอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา 3) การยอมรับและสนับสนุนกัน 4) การรู้จักแก้ปัญหาและจัดการความขัดแย้ง โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลักเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเหมาะสมของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน (ดังรายละเอียดในภาคผนวก ข) เป็นผู้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา

ขั้นตอนการสร้างโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

1. ผู้วิจัยได้ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการพัฒนาสัมพันธภาพกับเพื่อน จากเอกสาร ตำรา

และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดแนวคิด และจุดมุ่งหมายของกิจกรรมให้มีความสอดคล้องเหมาะสมกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

2. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาสัมพันธภาพ จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนการสร้างโปรแกรมการคัด่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

3. นำความรู้จากการศึกษาเอกสารต่างๆ มาบูรณาการร่วมกัน แล้วจัดทำโปรแกรมคัด่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน จำนวนทั้งสิ้น 15 กิจกรรม

4. นำโปรแกรมคัด่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก เพื่อตรวจสอบความตรงของเนื้อหา และความถูกต้อง เหมาะสมของโปรแกรม

5. นำโปรแกรมคัด่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มาแก้ไขตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก แล้วนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่านตรวจสอบ

6. นำโปรแกรมคัด่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน มาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ แล้วนำเสนอให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลักตรวจสอบอีกครั้ง ก่อนนำโปรแกรมไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 30 คน ของโรงเรียนด้านเกวียนวิทยา ซึ่งเป็นโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตจังหวัดนครราชสีมา เพื่อพิจารณาหาข้อบกพร่องในด้านเนื้อหา วิธีการ อุปกรณ์ รวมทั้งเวลาที่ใช้ เพื่อปรับปรุงแก้ไข

7. ตรวจสอบโปรแกรมคัด่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 อีกครั้งเพื่อความถูกต้อง และสมบูรณ์ของโปรแกรมก่อนที่จะนำไปใช้ในการวิจัย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมี 4 ชุดดังนี้

2.1 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน

แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน ของ นางเยาว์ ศฤงคารทวิกุล (2533: 85-89) ซึ่งเป็นแบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วน ประมาณค่า [rating scale] มีคำตอบให้เลือก 5 ระดับคือ เป็นจริงมากที่สุด เป็นจริงมาก เป็นจริง ปานกลาง เป็นจริงน้อย และเป็นจริงน้อยที่สุด ซึ่งนักเรียนจะอ่านข้อความทีละข้อและเลือกคำตอบ ที่ตรงกับสภาพเป็นจริงของตนเองที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน แบบสอบถามมีจำนวน 40 ข้อ ประกอบด้วยข้อความที่เกี่ยวกับการปรับตัวกับเพื่อน 3 ด้านคือ

1. ด้านเข้าใจตนเอง

- 1.1 เข้าใจความรู้สึกที่มีต่อตนเองและเพื่อน ข้อ 1, 11, 21, 31
- 1.2 เข้าใจพฤติกรรมของตนเองที่มีต่อเพื่อน ข้อ 2, 12, 22, 32

2. ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน

- 2.1 การรู้จักและเข้าใจเพื่อน ข้อ 3, 13, 23, 33
- 2.2 การแสดงพฤติกรรมในการทักทายเพื่อนอย่างเหมาะสม ข้อ 4, 14, 24, 34
- 2.3 การรู้จักให้และรับ ข้อ 5, 15, 25, 35

3. ด้านการดำเนินชีวิตร่วมกับเพื่อนทั้งในและนอกชั้นเรียน

- 3.1 การได้รับการยอมรับจากเพื่อน ข้อ 6, 16, 26, 36
- 3.2 การเห็นความสำคัญของตนเองและเพื่อน ข้อ 7, 17, 27, 37
- 3.3 การแสดงความคิดเห็นร่วมกับเพื่อน ข้อ 8, 18, 28, 38
- 3.4 ความร่วมมือในการทำงาน ข้อ 9, 19, 29, 39
- 3.5 ความรับผิดชอบในการทำงาน ข้อ 10, 20, 30, 40

เกณฑ์การให้คะแนน

1. ถ้าข้อความนั้นเป็นข้อความเชิงนิมิต [positive statement] ข้อ 4, 5, 9, 14, 15, 18, 19, 23, 29, 32, 35, 37, 40 มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

เป็นจริงมากที่สุด	มีค่าเท่ากับ 5 คะแนน
เป็นจริงมาก	มีค่าเท่ากับ 4 คะแนน

เป็นจริงปานกลาง	มีค่าเท่ากับ 3 คะแนน
เป็นจริงน้อย	มีค่าเท่ากับ 2 คะแนน
เป็นจริงน้อยที่สุด	มีค่าเท่ากับ 1 คะแนน

2. ถ้าข้อความนั้นเป็นข้อความเชิงนิเสธ [negative statement] ข้อ 1, 2, 3, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 16, 17, 20, 21, 22, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 33, 34, 36, 38, 39 มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

เป็นจริงมากที่สุด	มีค่าเท่ากับ 1 คะแนน
เป็นจริงมาก	มีค่าเท่ากับ 2 คะแนน
เป็นจริงปานกลาง	มีค่าเท่ากับ 3 คะแนน
เป็นจริงน้อย	มีค่าเท่ากับ 4 คะแนน
เป็นจริงน้อยที่สุด	มีค่าเท่ากับ 5 คะแนน

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน ตรวจสอบค่าความเที่ยงโดยการหาค่า internal consistency ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ของ ครอนบาค เท่ากับ 0.834

2.2 แบบสอบถามการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน ของ บุศราภรณ์ สุขคุ้ม(2545: 115-124) ประกอบกับแนวคิดเกี่ยวกับวิธีปฏิบัติให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีของ Johnson David, W. (1986) โดยกำหนดข้อคำถามให้สอดคล้องกับวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี 4 ด้าน คือ 1) การเปิดเผยตนเอง 2) การสื่อสารกันอย่างเปิดเผย 3) การสนับสนุนช่วยเหลือเพื่อน 4) การแก้ปัญหาและจัดการความขัดแย้ง

ลักษณะของแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนเป็นแบบเลือกตอบ มีจำนวนทั้งสิ้น 30 ข้อ มีคะแนนเต็มทั้งฉบับเท่ากับ 90 คะแนน สำหรับวิธีการตอบนั้น เมื่อนักเรียนอ่านคำถามแล้วนักเรียนจะต้องเลือกคำตอบที่ตรงกับสิ่งที่นักเรียนจะกระทำ หรือที่นักเรียนกระทำเสมอๆ เพียงตัวเลือกเดียวจากทั้งหมด 3 ตัวเลือก คือ ก. ข. และ ค โดยแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนนี้ จะแบ่งวิธีการปฏิบัติเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกันออกเป็น 4 ด้านคือ

1. การเปิดเผยตนเอง ยอมรับลักษณะ ความคิด และความสามารถของตนเอง ได้แก่ การทำ ความรู้จักกับผู้อื่น การแสดงความยอมรับในความสามารถของตนเอง การแสดงความพอใจและ ยอมรับผลของการกระทำ และลักษณะต่างๆ ของตนเอง ได้แก่ ข้อ 3, 4, 7, 10, 16, 17, 19, 20, 23, 26 รวม 10 ข้อ

2. การสื่อสารกันอย่างเปิดเผย ตรงไปตรงมาบอกความคิด ความรู้สึกของตนเองให้ผู้อื่น ทราบ ได้แก่ ข้อ 1, 2, 5, 6, 12, 15 รวม 6 ข้อ

3. การสนับสนุนช่วยเหลือเพื่อนเมื่อเพื่อนประสบปัญหาอย่างถูกต้องและเหมาะสม ได้แก่ ข้อ 9, 11, 14, 18, 22, 27, 28, 29 รวม 8 ข้อ

4. การแก้ปัญหาจัดการความขัดแย้ง ได้แก่ การรู้จักการให้อภัย มีความอดทนอดกลั้น เมื่อเกิด ปัญหาหรือข้อขัดแย้งกับเพื่อน และจัดการความขัดแย้งระหว่างเพื่อนอย่างถูกวิธี ได้แก่ ข้อ 8, 13, 21, 24, 25, 30 รวม 6 ข้อ

แบบสอบถามแต่ละข้อมีคะแนนเต็ม 3 คะแนน มีระดับคะแนนดังนี้

ให้ 3 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกนั้นแสดงได้ดี

ให้ 2 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกมานั้นแสดงอยู่ในระดับพอใช้

ให้ 1 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกมานั้นควรต้องปรับปรุงอีก

ข้อที่	คะแนน	ข้อที่	คะแนน
1	ก=1 ข=2 ค=3	16	ก=1 ข=2 ค=3
2	ก=1 ข=3 ค=2	17	ก=3 ข=1 ค=2
3	ก=3 ข=2 ค=1	18	ก=1 ข=3 ค=2
4	ก=3 ข=2 ค=1	19	ก=3 ข=2 ค=1
5	ก=2 ข=1 ค=3	20	ก=3 ข=2 ค=1
6	ก=3 ข=1 ค=2	21	ก=1 ข=3 ค=2
7	ก=3 ข=1 ค=2	22	ก=2 ข=1 ค=3
8	ก=1 ข=2 ค=3	23	ก=2 ข=3 ค=1
9	ก=2 ข=3 ค=1	24	ก=1 ข=2 ค=3

10	ก=3 ข=1 ค=2	25	ก=3 ข=1 ค=2
11	ก=2 ข=3 ค=1	26	ก=2 ข=1 ค=3
12	ก=2 ข=1 ค=3	27	ก=1 ข=3 ค=2
13	ก=3 ข=1 ค=2	28	ก=1 ข=3 ค=2
14	ก=2 ข=3 ค=1	29	ก=1 ข=2 ค=3
15	ก=3 ข=2 ค=1	30	ก=1 ข=3 ค=2

ในการนำแบบสอบถามสัมพันธภาพมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน ตรวจสอบค่าความเที่ยงโดยการหาค่า internal consistency ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของ ครอนบาค เท่ากับ 0.871

2.3 แบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกิจกรรมของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

แบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกิจกรรมของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนในแต่ละครั้งเป็นแบบบันทึกลักษณะการรายงานด้วยตนเองเกี่ยวกับ 1) สิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม 2) การนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมไปใช้ในชีวิตประจำวัน 3) ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมกิจกรรม

2.4 แบบประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

แบบประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนในภาพรวม ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ให้นักเรียนประเมินประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน ภายหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน แบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีข้อคำถามจำนวน 10 ข้อ วัด 2 ด้าน คือ 1) นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนได้รับประสบการณ์การเรียนรู้ตรงตามวัตถุประสงค์ของการปรึกษากลุ่มเพียงใด ได้แก่ ข้อ 1,5,9 2) การปฏิบัติหน้าที่และการจัดการค่ายของผู้นำกลุ่มและภาพรวมของโปรแกรมฯ ได้แก่ ข้อ 2,3,4,6,7,8,10 และคำถามปลายเปิดจำนวน 1 ข้อคำถาม

เกณฑ์การให้คะแนนแบบประเมินความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมค่ายโรงเรียน เพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน แบ่งเป็น 5 มาตรการ โดยมีรายละเอียดของระดับคะแนนและความหมายของแต่ละมาตรการดังนี้

ความคิดเห็นในระดับ “มากที่สุด”	ให้	5	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “มาก”	ให้	4	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “ปานกลาง”	ให้	3	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “น้อย”	ให้	2	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “น้อยที่สุด”	ให้	1	คะแนน

การดำเนินการทดลอง

การศึกษาวิจัยเรื่องผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมาเป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีวิธีการดำเนินการ ดังนี้

ก่อนการทดลอง

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทั้งหมด ทำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อน แล้วดำเนินการตรวจ เพื่อหานักเรียนที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 23 จำนวน 167 คน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียน จำนวน 167 คน ทำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน แล้วดำเนินการตรวจเพื่อหานักเรียนที่มีคะแนนจากการทำแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 40 จำนวน 76 คน
3. ผู้วิจัยประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยให้นักเรียน 76 คน รับทราบเพื่อสมัครเข้าโครงการวิจัย มีนักเรียนสนใจเข้าร่วมโครงการทั้งสิ้น 60 คน
4. ผู้วิจัยดำเนินการสุ่มอย่างง่ายด้วยวิธีการจับสลากแล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน

ระหว่างการทดลอง

1. ผู้วิจัยได้ทำข้อตกลงกับนักเรียนกลุ่มทดลอง 30 คน เกี่ยวกับข้อตกลงในการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยสมาชิกกลุ่มทุกคนต้องเข้าร่วมโปรแกรมให้ครบตลอดระยะเวลาในการทำโปรแกรม และถ้านักเรียนคนใดไม่สามารถมาเข้าร่วมโปรแกรมได้ตามกำหนดให้นักเรียนแจ้งผู้นำกลุ่มล่วงหน้า ซึ่งผู้วิจัยเริ่มโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนในช่วงที่ 1 ครั้งที่ 1 ในวันอังคารที่ 18 พฤศจิกายน 2551 และเข้าค่ายในวันเสาร์ที่ 27 ถึง วันอาทิตย์ที่ 28 ธันวาคม 2551

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมฯ ช่วงที่ 1 ณ ห้องปฏิบัติการทางภาษา (412) โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา

โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นโปรแกรมที่ ลักษณะของโปรแกรม แบ่งออกเป็น 2 ช่วง

ช่วงที่ 1 - กิจกรรมที่ 1-6 เป็นกิจกรรมที่สร้างความตระหนักและทักษะเบื้องต้นที่จำเป็นในการสร้างสัมพันธภาพ ใช้เวลา 6 คาบ คาบละ 50 นาที

ช่วงที่ 2 - กิจกรรมที่ 7-15 เป็นกิจกรรมที่นักเรียนจะได้เรียนรู้การนำทักษะไปใช้เพื่อการมีสัมพันธภาพที่ดีในรูปแบบของการเข้าค่าย ใช้เวลาการเข้าค่ายทั้งหมด เป็น ระยะเวลา 2 วัน 1 คืน

โดยผู้วิจัยเริ่มโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนในช่วงที่ 1 ครั้งที่ 1 ในวันอังคารที่ 18 พฤศจิกายน 2551 และเข้าค่ายในวันเสาร์ที่ 27 ถึง วันอาทิตย์ที่ 28 ธันวาคม 2551

ในระหว่างที่นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมในการทดลองโปรแกรมนั้น นักเรียนกลุ่มตัวอย่างได้เข้าร่วมกิจกรรมการเรียนการสอนตามปกติ

หลังการทดลอง

1. หลังการทดลองเสร็จสิ้น 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มตัวอย่างตอบ

แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนและแบบสอบถามการปรับตัวเข้ากับเพื่อนฉบับเดิมอีกครั้งหนึ่ง เพื่อเก็บคะแนนหลังการทดลอง

2. ผู้วิจัยนำคะแนนจากแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนและแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมาทดสอบคะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนและหาค่าความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05และวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน รวมทั้งนำข้อมูลจากแบบประเมินความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน ภายหลังการปิดโปรแกรมมาวิเคราะห์เนื้อหา และสรุปข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมโปรแกรม

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้โปรแกรมวิเคราะห์สำเร็จรูปประมวลผลโดยคอมพิวเตอร์ เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลต่างๆ ดังนี้

1. ใช้สถิติพื้นฐานในการวิเคราะห์ข้อมูล

1.1 หาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนจากแบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนและแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง

2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนน ต่อไปนี้

2.1 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนและแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งไม่เป็นอิสระต่อกัน โดยใช้ Paired – Samples t-test

2.2 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนและแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง ซึ่งไม่เป็นอิสระต่อกัน โดยใช้ Paired – Samples t-test

2.3 แบบสอบถามการปรับตัวกับเพื่อนและแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง ซึ่งเป็นอิสระต่อกัน โดยใช้ Independent – Samples t-test

3. วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ต่อไปนี้

3.1 แบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียนที่ได้รับจากการเรียนรู้กิจกรรมในแต่ละครั้งของโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยสรุปและประเมิน สิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมในแต่ละครั้งด้วยการบรรยาย

3.2 แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนและผู้วิจัย โดยการวิเคราะห์ข้อมูลค่าความถี่ ค่าร้อยละ และสรุปข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมโปรแกรมฯ เพื่อประเมินสิ่งที่นักเรียนได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมด้วยการบรรยาย

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาเรื่องผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา ผลการวิจัยพบว่า

1. ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการปรับตัวเข้ากับเพื่อนแตกต่างจากการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนแตกต่างจากการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนการปรับตัวเข้ากับเพื่อนก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการปรับตัวและคะแนนการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนแตกต่างจากนักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน มีความคิดเห็นว่า การเข้าร่วมโปรแกรมค่ายโรงเรียนฯ ครั้งนี้มีประโยชน์ เพราะช่วยให้นักเรียนมีแนวทางที่จะนำความรู้ความเข้าใจไปใช้ในชีวิตประจำวันและช่วยให้สามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้

1. ในการวิจัยครั้งนี้ พบว่าโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน ช่วยให้นักเรียนมีการพัฒนาสัมพันธภาพกับเพื่อนและมีผลทำให้การปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สูงขึ้น ดังนั้นโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน จึงเป็นเครื่องมือที่จะสามารถช่วยให้ครู อาจารย์แนะแนว นักจิตวิทยา ตลอดจนบุคคลที่ทำงานเกี่ยวข้องกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 นำไปกิจกรรมในโปรแกรมฯ ไปใช้ในการพัฒนาสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียน เพื่อให้นักเรียนมีความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน อันจะส่งผลให้นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อน และอยู่ในสังคมได้โดยเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น

2. อาจนำโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน ไปใช้ในการปฐมนิเทศนักเรียนที่เข้าใหม่ เพื่อสร้างความคุ้นเคยและเป็นการเริ่มสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ทำให้นักเรียนไม่เกิดความรู้สึกเหงาหรือว่าเหวห่างจากเพื่อนใหม่ที่สถาบันการศึกษาใหม่

3. ควรมีการติดตามผลในระยะยาว เพื่อติดตามว่าความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนยังคงอยู่และพัฒนาต่อไป ซึ่งจะนำไปสู่การใช้ชีวิตในสังคมร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการควบคุมตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง เช่น เพศ เพื่อที่จะได้ทราบถึงอิทธิพลของตัวแปรนี้ว่ามีผลกระทบต่อการปรับตัวมากน้อยเพียงใด
2. ควรจะศึกษาผลของการใช้โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อน ของนักเรียนในระดับชั้นอื่นๆ ได้แก่ ในระดับประถมศึกษาตอนต้น ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย และระดับอุดมศึกษา และนักเรียนในสถาบันวิชาชีพแขนงต่างๆ

เอกสารและสิ่งอ้างอิง

กรมสามัญศึกษา. 2542. พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542. กรุงเทพมหานคร:

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักงานกฤษฎีกา.

กรมสุขภาพจิต. 2545. คู่มือเข้าใจผู้อื่นแค่ไหน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

กฤษฎณา ศักดิ์ศรี. 2534. มนุษย์สัมพันธ์ เล่ม 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์อักษรพิทยา.

กิ่งกาญจน์ กาญจนทรงกูร. 2541. การศึกษาภาวะสุขภาพจิตที่มีผลต่อการปรับตัวของเด็กนักเรียนหญิงชาวไทยภูเขาและเด็กนักเรียนหญิงชาวไทยพื้นราบในโรงเรียนเจ้าฟ้าอุบลรัตน์ อำเภอยางชุมน้อย จังหวัดศรีสะเกษ. วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมสงเคราะห์ทางการแพทย์ฝ่ายจิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ. 2532. รายงานการวิจัยการศึกษารูปแบบการจัดค่ายพักแรมสำหรับเด็กและเยาวชน. กรุงเทพมหานคร: ม. ป. พ.

คมเพชร จิตรสุกกุล. 2547. ทฤษฎีการให้คำปรึกษา. กรุงเทพมหานคร: สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ

ชาตรี ยัมรักษา. 2550. ผลการจัดกิจกรรมนันทนาการในค่ายพักแรมที่มีผลต่อการพัฒนาลักษณะนิสัยของเยาวชนที่เข้าค่ายพักแรม. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ทศพร ไกรฤกษ์. 2550. ประสิทธิภาพของการจัดกิจกรรมค่ายวิชาการวชิรมงกุฏ ด้านสิ่งแวดล้อมสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กรณีศึกษา โรงเรียนวชิรวิทย์วิทยาลัย. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

นงเยาว์ ศฤงคารทวิกุล. 2533. ผลกระทบของกลุ่มสัมพันธ์ต่อการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม.

วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว,
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

นิภา นิธยาชน. 2530. การปรับตัวและบุคลิกภาพ. กรุงเทพมหานคร: โอ.เอส.พรินติ้งเฮาส์.

บัวทอง สว่างโสภาคกุล. 2541. สุขภาพเพื่อชีวิต. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

บุศราภรณ์ สุขคุ้ม. 2545. ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาสัมพันธภาพกับเพื่อนนักเรียนชั้น
ประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 โรงเรียนหมู่บ้านเด็ก จังหวัดกาญจนบุรี.

วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว,
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ประณต คำนิม. 2549. จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยา, คณะมนุษยศาสตร์,
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. 2551. จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพ

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2530. สุขภาพจิตเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บัณฑิตการพิมพ์.

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. 2542. จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา.

พรรณี ชูทัย เจนจิต. 2545. จิตวิทยาการเรียนการสอน. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: เมธี
ทิปส์.

ภูสิทธิ์ ประยูรอนุเทพ. 2540. การศึกษาการจดจำแฟกแฟมในสถาบันผลิตครูพลศึกษาในประเทศไทย.
วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

มติชน. 2550. กรุงเทพมหานคร: ฉบับวันที่ 26 สิงหาคม 2550

ราชบัณฑิตยสถาน. 2530. **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525**. พิมพ์ครั้งที่ 3.

กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์.

ลักขณา สรวิวัฒน์. 2545. **สุขจิตวิทยาและการปรับตัว**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.

หลุย จำปาเทศ. 2542. **จิตวิทยาสัมพันธ**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วรรณิ ลิ้มอักษร. 2546. **จิตวิทยาการศึกษา**. พิมพ์ครั้งที่ 3. ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว, คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยทักษิณ.

วราภรณ์ ตระกูลสถิตย์. 2545. **จิตวิทยาการปรับตัว**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.

วัชรภา ศรีสัจจะเลิศวาจา. 2547. **ความคิดเห็นของเยาวชนและประชาชน เกี่ยวกับการจัดกิจกรรมค่ายพักแรมของศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนกรุงเทพมหานคร**.

วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

วิจิตร อาวะกุล. 2542. **เทคนิคมนุษย์สัมพันธ์**. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร: โอ.เอส.พริ้นท์ติ้งเฮาส์.

วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว. 2549. **การจัดการค่ายพักแรม**. กรุงเทพมหานคร: จินดาสาส์นการพิมพ์.

วิภามาส เมืองอุ. 2542. **ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนยุพราชวิทยาลัยจังหวัดเชียงใหม่**. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

วิมาพร มาพบสุข. 2543. **มนุษย์สัมพันธ์**. กรุงเทพมหานคร: เอช.เอ็น.กรุ๊ป.

วีระ วิเศษสมิตร. 2546. **ค่ายพักแรม**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

ศรีสะอาด ณ ลำปาง. 2540. **สุขภาพจิตและการปรับตัวทางอารมณ์ เอกสารประกอบการสอนวิชาสุขภาพจิต**. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา, คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (อัสตานา).

ศิริพร เลิศพันธ์ . 2548. **ผลการพัฒนาทักษะทางสังคมด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นของเด็กปฐมวัย โดยใช้กิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน**. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

ศุภลักษณ์ จารุรัตน์จามร. 2534. **การปรับตัวและสุขภาพจิต : จิตวิทยาเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

สมบัติ กาญจนกิจ. 2536. **เอกสารประกอบคำบรรยาย การจัดค่ายและบริหารค่ายพักแรม**. การศึกษาต่อเนื่อง. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2533. **เอกสารการสอนชุดวิชา 25301 จิตวิทยาและสังคมวิทยาพื้นฐานเพื่อการแนะแนว**. กรุงเทพมหานคร: สาขาวิชาศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

สุพรรณิ เอี่ยมพงษ์ไพบูลย์. 2546. **การศึกษาประสบการณ์เข้าค่ายพักแรมที่มีต่อการสร้างเสริมคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนิสิตสาขาวิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สุภาวดี เรืองคณะ. 2543. **ผลการฝึกกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านอรุโณทัย อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่**. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและแนะแนว, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

Bigge, M. L. 1962. **Psychological Foundation of Education**. 1962. New York : Happer & Row.

Carkhuff, R. R. and B.G. Berenson. 1977. **Beyond Counseling and Therapy**. 2nd ed. New York: Holt, Rinehart and Winston.

Chickering, A. W. 1993. **Education and Identity**. 2nd ed. San Francisco. Calif: Jossey-Bass.

Coleman, J. C. and C. L. Hammen. 1974. **Contemporary Psychology and Effective Behavior**. Illinois: Foreman.

Dimock, H.S. 1952. **Administration of the Modern Camp**. 3ed ed. New York: Association Press.

Doon, E.M. 1998. "Perspectives of Successfully Graduates of the Eckerd Family Youth Alternative Camping Program at Camp E – NiNi – Hasses and the Impact of Their Camp Experiences as Compared to Other Significant Life Events". **Dissertation Abstracts International**. 311 (September 1998): 781 – A.

Edward, D.A. 1981. "Girls Camp Cross Age Helping : A Study of Self and Situation Effects and Influences" **Dissertation Abstracts International**. 42 (September 1981): 1056 – A.

English, H. B. and A. C. English. 1958. **A Comprehensive Dictionary of Psychological and Psychological Terms**. New York: Longman.

Gilmer, B von H. 1975. **Applied Psychology : Adjustments in Living and Work**. New York: McGraw-Hill.

Grasha, A. F. and D. S. Kirschenbaum. 1980. **Psychology of Adjustment and Competence : An Applied Approach**. New York: Wintrop.

Hurlock, E. B. 1967. **Adolescent development**. 3rd ed. New York: McGraw-Hill.

_____. 1978. **Child Development**. 6th ed. Auckland: McGraw-Hill.

Johnson, D. W. 1986. **Reaching Out : Interpersonal Effectiveness and Self-Actualization**.

London: Prentice-Hall International.

_____. 1993. **Reaching Out : Interpersonal Effectiveness and Self-**

Actualization. 5th ed. Boston: Allyn and Bacon.

_____. 1997. **Reaching Out : Interpersonal Effectiveness and Self-**

Actualization. 6th ed. Boston: Allyn and Bacon.

_____. 2006. **Reaching Out : Interpersonal Effectiveness and Self-**

Actualization. 9th ed. Boston: Allyn and Bacon.

Kaplan, L. 1959. **Mental Health and Human Relations in Education**. New York:Harper and Brothers.

Lazarus, R. S. 1969 . **Pattern of Adjustment and Human Effectiveness**. New York: McGraw-Hill.

_____. 1979. **Personality**. London: Prentice – Hall.

Marlatt, S.E. 1981. “The Design and Testing of a Survey Instrument for Nature Center Day

Camp Programs”. **Dissertation Abstracts International**. 41

(March 1981): 4001-A

Sasse, C.R. 1978. **Person to Person**. Illinois: Bennep Publishing Co.

Slavin, R. E. 2003. **Education Psychology : Theory and Practice**. 7th ed. Boston : Allyn and Bacon.

Viola, M.A. and I.B. Crawford. 1961. **Camp Counseling**. Philadelphia: W.B. Saunders Company.

Weiten W. and M.A. Lloyd. 2000. **Psychology Applied to Modern Life: Adjust at the Turn of the Century**. 6th ed. Australia: Wadsworth.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
ตัวอย่างหนังสือที่ใช้ในการวิจัย

ที่ ศธ 0513.109/14๖



คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
50 พหลโยธิน เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900

๑ ตุลาคม 2551

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลเบื้องต้นเพื่อทำการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนโชคชัยสามัคคี

ด้วย นางวาสนา อุทธิสิทธิ์ นิสิตปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จะทำการศึกษา
และเก็บข้อมูลของนักเรียน เกี่ยวกับพฤติกรรมการปรับตัวของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
และขออนุญาตใช้นักเรียนของโรงเรียนโชคชัยสามัคคี เป็นกลุ่มตัวอย่างในการทำวิจัย ตั้งแต่วันที่ 1
พฤษภาคม 2551 เป็นต้นไป จนกว่าจะแล้วเสร็จ

ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จึงใคร่
ขอความอนุเคราะห์ให้ นางวาสนา อุทธิสิทธิ์ ดำเนินการดังกล่าว ทั้งนี้ นางวาสนา อุทธิสิทธิ์ จะเป็นผู้ติดต่อ
ดำเนินการด้วยตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นิสิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์อัญชัน เกียรติบุตร)
รองคณบดีฝ่ายบริหาร รักษาการแทน
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

สำนักงานเลขานุการคณะฯ

โทร. /โทรสาร. 0 - 2561 - 4889

ที่ ศธ 0513.109/ 1904



คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
50 พหลโยธิน เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900

๗ พฤศจิกายน 2551

เรื่อง ขออนุญาตระงับทดลองใช้เครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนด้านกวีนิพนธ์

- สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. โครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา" จำนวน 1 ชุด
2. โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางสาวนาถ ฤทธิสิทธิ์ นิสิตปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา" โดยมี รศ.ดร. รุ่งแสง อรุณไพโรจน์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์ขอตกลงใช้โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของโรงเรียนด้านกวีนิพนธ์ ในภาคปลาย ปีการศึกษา 2551 ตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน 2551 เป็นต้นไปจนกว่าจะแล้วเสร็จ ทั้งนี้ นางสาวนาถ ฤทธิสิทธิ์ จะเป็นผู้รับผิดชอบดำเนินการด้วยตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นิสิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์เรณูมาส นาคูเณ)
รองคณบดีฝ่ายวิจัยและบริการวิชาการ รักษาการแทน
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

สำนักงานเลขาธิการคณะฯ

โทร./โทรสาร. 0-2561-4889



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ โทร. 1847,1849

ที่ ศธ 0513.10903/ 24 วันที่ 20 ตุลาคม 2551

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย

เรียน ผศ.ชัชวาลย์ กุลโกวิท

- สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. โครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา" จำนวน 1 ชุด
2. โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางวาสนา ฤทธิสิทธิ์ นิสิตปริญญาโทชั้นปีที่ 2 สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา

ในการนี้ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เพื่อผู้วิจัยจะได้นำข้อเสนอแนะไปปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นิสิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

(ผศ.วรพิมพ์ ธีระวัฒน์)

หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ โทร. 1847,1849

ที่ ศธ 0513.10903/ 124 วันที่ 20 ตุลาคม 2551

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือในการวิจัย

เรียน ผศ.กรกฏา นกคุ้ม

- สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. โครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา" จำนวน 1 ชุด
2. โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางวาสนา ฤทธิสิทธิ์ นิสิตปริญญาโทชั้นปีที่ 2 สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา

ในการนี้ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญ ในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เพื่อผู้วิจัยจะได้นำข้อเสนอแนะไปปรับปรุงแก้ไข โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นิสิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

(ผศ.วรพิมพ์ ธีระวัฒน์)

หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

ที่ ศธ 0513.109/1๗5๓



คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
50 พหลโยธิน เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900

14 ตุลาคม 2551

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย

เรียน นางพิชญ์มณฑน์ ลีกำเนิดไทย

- สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. โครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา" จำนวน 1 ชุด
2. โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางวราสนา ฤทธิสิทธิ์ นิสิตปริญญาโทชั้นปีที่ 2 สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ผลของค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา

ในการนี้ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เพื่อผู้วิจัยจะได้นำข้อเสนอแนะไปปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นิสิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รศ.ดร. พรภิษฐ์ ไวยโส)
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

สำนักงานเลขานุการคณะฯ

โทร. 0-2561-4889

ภาคผนวก ข

ข้อมูลผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือในการวิจัย

ข้อมูลผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์กรรณา นัคคัม

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชวัลย์ กุลโกวิท

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ระดับ 8 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

3. อาจารย์พิชญ์มณฑน์ ลีกำเนิดไทย

ศึกษานิเทศก์ 8 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา กรุงเทพมหานคร เขต 2

ภาคผนวก ค

โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

การจัดกิจกรรมตามโปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพแก่นักเรียนที่เป็นกลุ่มทดลองทั้งสิ้น 15 กิจกรรม โดยอิงแนวคิดวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน : David Johnson

1. การรู้จักและไว้วางใจกัน คือ การเปิดเผยตนเอง ยอมรับลักษณะ ความคิด และความสามารถของตนเอง ได้แก่ การทำความรู้จักกับผู้อื่น การแสดงความยอมรับในความสามารถของตนเอง การแสดงความพอใจและยอมรับผลของการกระทำ และลักษณะต่างๆ ของตนเอง
2. การสื่อสารกันอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา คือ การสื่อสารกันอย่างเปิดเผยตรงไปตรงมาบอกความคิด ความรู้สึกของตนเองให้ผู้อื่นทราบ
3. การยอมรับและสนับสนุนกัน คือ การสนับสนุนช่วยเหลือเพื่อนเมื่อเพื่อนประสบปัญหาอย่างถูกต้องและเหมาะสม
4. การรู้จักแก้ปัญหาและจัดการความขัดแย้ง คือ การแก้ปัญหาจัดการความขัดแย้ง ได้แก่ การรู้จักการให้อภัย มีความอดทนอดกลั้น เมื่อเกิดปัญหาหรือข้อขัดแย้งกับเพื่อน และจัดการความขัดแย้งระหว่างเพื่อนอย่างถูกต้องวิธี

ลักษณะของโปรแกรม

แบ่งกิจกรรมในโปรแกรมเป็น 2 ช่วง ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 - 6 เป็นกิจกรรมที่สร้างความตระหนักและทักษะเบื้องต้นที่จำเป็นในการสร้างสัมพันธภาพ กิจกรรมละ 50 นาที ทำกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 กิจกรรม

- กิจกรรมที่ 1 : กิจกรรมปฐมนิเทศ-รู้จักกันฉันและเธอ
- กิจกรรมที่ 2 : กิจกรรมต่างจิตต่างใจ
- กิจกรรมที่ 3 : กิจกรรมคนอะไร ใครๆ ก็อยากคบ
- กิจกรรมที่ 4 : กิจกรรมสื่อสารอย่างไรจึงได้อย่างใจคิด
- กิจกรรมที่ 5 : กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน
- กิจกรรมที่ 6 : กิจกรรมปัญหามา ปัญญามี

กิจกรรมที่ 7 – 15 เป็นกิจกรรมที่นักเรียนจะได้เรียนรู้ทักษะในการสร้างสัมพันธภาพในรูปแบบของการเข้าค่าย ระยะเวลา 2 วัน 1 คืน

- กิจกรรมที่ 7 : กิจกรรม buddy (ใช้ระยะเวลา 2 วัน 1 คืน)
- กิจกรรมที่ 8 : กิจกรรมถนนสายนี้ชื่อมิตรภาพ

กิจกรรมเป็นรูปแบบของ Route Check : R.C มีทั้งหมด 3 TC (Time Control)
 แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มๆละ 10 คน แต่ละกลุ่มจะมีแผนที่ ซึ่งนักเรียนจะต้องศึกษาแผนที่ในการ
 เดินทางไปตามจุดและเวลาที่กำหนดไว้

TC 1 : เสน่ห์สร้างได้

TC 2 : หยั่งจิตทายใจ

TC 3 : ใครทำอะไร ที่ไหน เมื่อไหร่ อย่างไร

- กิจกรรมที่ 9 : กิจกรรมเพื่อการทำตนให้เป็นที่รักของเพื่อน

กิจกรรมเป็นรูปแบบของการเข้าฐาน มีทั้งหมด 6 ฐาน

แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มๆละ 5 คน เข้าทำกิจกรรมทีละกลุ่ม และเมื่อได้รับสัญญาณหมดเวลาให้แต่ละ
 กลุ่มหมุนเวียนไปยังฐานถัดไปที่กำหนดให้

ฐานที่ 1 : การยอมรับและไม่ยอมรับ

ฐานที่ 2 : แว่นตาต่างทัศนนะ

ฐานที่ 3 : ความโกรธของฉัน

ฐานที่ 4 : การสำรวจความดีและความสามารถ

ฐานที่ 5 : การสำรวจข้อบกพร่องและแนวทางปรับปรุงข้อบกพร่องของตน

ฐานที่ 6 : การทำตนให้เป็นที่รักของเพื่อน

- กิจกรรมที่ 10 : กิจกรรมเพื่อการสื่อสารที่เหมาะสม

มีกิจกรรมย่อย 2 กิจกรรม 1. กิจกรรมวาจาดี มีแต่คุณ

2. กิจกรรมสุภาษิตคำทาย

- กิจกรรมที่ 11 : กิจกรรมก้าวไปสู่ประจักษ์แห่งสัมพันธภาพ (Walk to the Relationship)

กิจกรรมเป็นรูปแบบของการเข้าฐาน มีทั้งหมด 5 ฐาน

แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มๆละ 6 คน เข้าทำกิจกรรมทีละกลุ่ม และเมื่อได้รับสัญญาณหมดเวลาให้แต่ละ
 กลุ่มหมุนเวียนไปยังฐานถัดไปที่กำหนดให้

ฐานที่ 1 : ใส่ใจและเอาใจใส่

ฐานที่ 2 : นับถือตนเองนับถือผู้อื่น

ฐานที่ 3 : ต้องไว้ใจกัน

ฐานที่ 4 : มีความยืดหยุ่น

ฐานที่ 5 : รู้จักร่วมรู้จักแบ่ง & เห็นอกเห็นใจ

- กิจกรรมที่ 12 : กิจกรรมเพื่อให้ข้อคิดในการคบเพื่อน
- กิจกรรมที่ 13 : กิจกรรมเปิดตัว Buddy

- กิจกรรมที่ 14 : กิจกรรมสมุดแห่งความประทับใจ
- กิจกรรมที่ 15 : กิจกรรมปัจฉิมนิเทศ

ตารางผนวกที่ 1

กำหนดการจัดกิจกรรม โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน ระหว่างวันที่ 18 พฤศจิกายน - 28 ธันวาคม 2551 ณ โรงเรียนโชคชัยสามัคคี

กิจกรรม ครั้งที่	วัน/ เดือน/ปี	เวลา	กิจกรรม	ระยะเวลา	สถานที่	หมายเหตุ
1	18 พ.ย. 51	14.20 - 15.10 น.	ปฐมนิเทศ-รู้จักกันฉันและเธอ - เพื่อสร้างความคุ้นเคยและสร้างสัม พันธภาพที่ดีระหว่างผู้นำกลุ่มกับ นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม - เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของ โปรแกรมส่งเสริมการสร้างสัมพันธ ภาพที่มีต่อความสามารถในการ ปรับตัวเข้ากับเพื่อน - เพื่อให้นักเรียนทราบถึงข้อตกลง ในการทำกิจกรรมร่วมกัน - เพื่อให้นักเรียนรู้จักเปิดเผยตนเอง ยอมรับลักษณะ ความคิด และ ความสามารถของตนตามความเป็นจริง - เพื่อให้นักเรียนได้ทำความรู้จัก และเข้าใจผู้อื่น	50 นาที	ห้องปฏิบัติการ ทางภาษา (412)	
2	25 พ.ย. 51	14.20 – 15.10	ต่างจิตต่างใจ - เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ความ แตกต่างในด้านความรู้สึกนึกคิด ของแต่ละบุคคล - เพื่อให้นักเรียนสามารถระบุวิธี ปฏิบัติตนที่อยู่ร่วมกับผู้มี ความรู้สึกนึกคิดที่ต่างจากกัน	50 นาที	ห้องปฏิบัติการ ทางภาษา (412)	
3	3 ธ.ค. 51	14.20 – 15.10	คนอะไร ใครๆ ก็อยากคบ - เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้เกี่ยวกับ คุณสมบัติของบุคคลที่คนทั่วไป อยากคบด้วย - เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีการ พัฒนาหรือปรับปรุงตนเอง	50 นาที	ห้องปฏิบัติการ ทางภาษา (412)	

ตารางผนวกที่ 1 (ต่อ)

กิจกรรม ครั้งที่	วัน/ เดือน/ปี	เวลา	กิจกรรม	ระยะเวลา	สถานที่	หมายเหตุ
4	9 ธ.ค. 51	14.20 – 15.10	สื่อสารอย่างจริงจังได้อย่างใจคิด - เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ถึง ความสำคัญของการบอกความคิด ความรู้สึกของเราให้ผู้อื่นได้รู้ - เพื่อให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการ สื่อสารที่ทำให้ผู้อื่นเข้าใจเราอย่าง ถูกต้อง	50 นาที	ห้องปฏิบัติการ ทางภาษา (412)	
5	16 ธ.ค. 51	15.10 – 16.00	เพื่อนช่วยเพื่อน - เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ถึงความ จำเป็นในการช่วยเหลือซึ่งกันและ กัน - เพื่อให้นักเรียนรู้วิธีการปฏิบัติตน ในการช่วยเหลือเพื่อน	50 นาที	ห้องปฏิบัติการ ทางภาษา (412)	
6	23 ธ.ค. 51	14.20 – 15.10	ปัญหา มา ปัญญา มี - เพื่อให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์ สาเหตุของความขัดแย้งได้ - เพื่อให้นักเรียนรู้จักแก้ปัญหาจัด ความขัดแย้งของตนเองกับผู้อื่นได้ อย่างถูกต้อง	50 นาที	ห้องปฏิบัติการ ทางภาษา (412)	

ค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

วันเสาร์ที่ 27 ธันวาคม 2551

เวลา	กิจกรรม	ระยะเวลา	สถานที่	หมายเหตุ
07.30 ถึง 08.00	ลงทะเบียน	30 นาที	ห้องปฏิบัติการ ทางภาษา (412)	
08.00 ถึง 08.30	- ดื่มน้ำเย็น - แนะนำคณะผู้ร่วมงาน - ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเข้าค่ายฯ - ชี้แจงข้อตกลงร่วมกันในการเข้าค่ายฯ	30 นาที	ห้องปฏิบัติการ ทางภาษา (412)	

ตารางผนวกที่ 1 (ต่อ)

เวลา	กิจกรรม	ระยะเวลา	สถานที่	หมายเหตุ
08.30 ถึง 09.00	กิจกรรม Buddy - เพื่อให้นักเรียนรู้จักให้กำลังใจและเป็นกำลังใจให้แก่บุคคลอื่น	30 นาที	ห้องปฏิบัติการ ทางภาษา (412)	
09.00 ถึง 12.00	กิจกรรมถนนสายนี้ชื่อ....มิตรภาพ (Route Check : R.C. # Super Friends) - เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ทักษะที่จำเป็นในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคม - เพื่อให้นักเรียนพัฒนาทักษะในการทำงานร่วมกับผู้อื่น	180 นาที	บริเวณโรงเรียน	ชี้แจงกฎ-กติกา การทำกิจกรรม 10 นาที กิจกรรมจุดละ 50 นาที
	TC 1 - เสน่ห์สร้างได้ - เพื่อให้นักเรียนได้ทราบถึงมารยาทที่ควรปฏิบัติในโอกาสต่างๆ - เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในโอกาสต่างๆ ด้วยมารยาทอันเหมาะสม			สรุปกิจกรรม 20 นาที
	TC 2 – หยั่งจิต ทายใจ - เพื่อฝึกให้นักเรียนได้รู้จักสังเกตปฏิกิริยาทางแสดงออกซึ่งเป็นพฤติกรรมภายนอกเพื่อให้ทราบพฤติกรรมภายในของเขาว่าเป็นอย่างไร - เพื่อให้นักเรียนมีความรู้สึกไวต่อการรับรู้ถึงอารมณ์ความรู้สึกภายในของบุคคลอื่นได้ถูกต้องเหมาะสม			
	TC 3 – ใครทำอะไร ที่ไหน เมื่อไหร่ อย่างไร เพื่อให้นักเรียนเห็นว่า ถ้าต่างคนต่างทำงาน ไม่ปรักขานร่วมกัน จะได้อะไรที่ไม่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน			
	สรุปกิจกรรมถนนสายนี้ชื่อมิตรภาพ			

ตารางผนวกที่ 1 (ต่อ)

เวลา	กิจกรรม	ระยะเวลา	สถานที่	หมายเหตุ
12.00 ถึง 13.00	พักรับประทานอาหารกลางวัน	60 นาที	โรงอาหารกลาง	
13.00 ถึง 17.00	กิจกรรมเพื่อการทำตนให้เป็นที่รักของเพื่อน - เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้วิธีปฏิบัติตนให้เป็นที่รักของเพื่อน - เพื่อพัฒนาสถานะของนักเรียนในกลุ่มเพื่อน ฐานที่ 1 – การยอมรับและไม่ยอมรับ เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการยอมรับซึ่งกันและกัน ฐานที่ 2 – แวนตาต่างทัศนะ เพื่อให้นักเรียนรู้ประโยชน์ของการมองผู้อื่นในแง่ดี ฐานที่ 3 – ความโกรธของฉันทัน เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้ที่จะขัดข้อขัดข้องใจและยอมรับข้อบกพร่องบางประการของเพื่อน ฐานที่ 4 – การสำรวจความดีและความสามารถ เพื่อให้นักเรียนมีความรู้สึที่ดีต่อตนเองและเพื่อน ซึ่งทำให้เกิดความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเอง ฐานที่ 5 – การสำรวจข้อบกพร่องและแนวทางปรับปรุงข้อบกพร่องของตนเอง เพื่อให้นักเรียนได้พิจารณาข้อบกพร่องของตนและพยายามปรับปรุงแก้ไข ฐานที่ 6 – การทำตนให้เป็นที่รักของเพื่อน เพื่อให้นักเรียนรู้วิธีปฏิบัติตนให้เป็นที่รักของเพื่อน สรุปกิจกรรมการทำตนให้เป็นที่รักของเพื่อน	240 นาที	ใต้ถุนอาคาร 6	ชี้แจงกฎ-กติกา การทำกิจกรรม 20 นาที กิจกรรมฐานละ 30 นาที พักย่อยระหว่าง กิจกรรม 14.50 ถึง 15.00 สรุปกิจกรรม 30 นาที
17.00 ถึง 18.00	รับประทานอาหารเย็น			

ตารางผนวกที่ 1 (ต่อ)

เวลา	กิจกรรม	ระยะเวลา	สถานที่	หมายเหตุ
18.00 ถึง 19.00	ภารกิจส่วนตัว			
19.00 ถึง 21.00	กิจกรรมเพื่อการสื่อสารที่เหมาะสม		ห้องปฏิบัติการ ทางภาษา	ชี้แจงกฎ-กติกา การทำกิจกรรม
	วาทะคดี มีแต่คุณ	(412)		20 นาที
	เพื่อให้ นักเรียนมีทักษะการสื่อสาร ได้รู้จักการ แสดงออกทางกาย วาจา อย่างเหมาะสมกับ กาลเทศะ			 กิจกรรมฐานละ 30 นาที
	กิจกรรมเพื่อฝึกการสื่อสารจากทำทาง			พักย่อยระหว่าง กิจกรรม 14.50 ถึง 15.00
	สุภาษิตคำทาย			สรุปกิจกรรม 30 นาที
	- เพื่อฝึกการติดต่อสื่อสารกันจากการแสดง ทำทาง			
	- เพื่อฝึกสังเกตอาการปฏิกิริยาทำทางของบุคคล รอบข้าง			
21.00	เข้านอน		อาคาร 4	

วันอาทิตย์ที่ 28 ธันวาคม 2551

เวลา	กิจกรรม	ระยะเวลา	สถานที่	หมายเหตุ
05.30 ถึง 06.30	- ตื่นนอน - ทำภารกิจส่วนตัว - พบกันที่จุดนัดหมาย	30 นาที		
06.30 ถึง 07.30	- ออกกำลังกาย - สนทนายามเช้า	60 นาที	สนามโรงเรียน	

ตารางผนวกที่ 1 (ต่อ)

เวลา	กิจกรรม	ระยะเวลา	สถานที่	หมายเหตุ
07.30 ถึง 08.30	รับประทานอาหารเช้า		โรงอาหารกลาง	
08.30 ถึง 12.00	กิจกรรมก้าวไปสู่ประจักษ์แห่งสัมพันธภาพ (Walk to the Relationship) เพื่อพัฒนาทักษะในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ฐานที่ 1 – ใส่ใจและเอาใจใส่ กิจกรรมใส่ใจกันแค่ไหน ฐานที่ 2 – นับถือตนเองนับถือผู้อื่น กิจกรรมจัดสิ่งของ ฐานที่ 3 – ต้องไว้วางใจกัน กิจกรรมผู้นำ ผู้ตาม ฐานที่ 4 – มีความยืดหยุ่น กิจกรรมไข่ดลก ตกไม้แตก ฐานที่ 5 – รู้จักร่วมรู้จักแบ่งแ่เห็นอกเห็นใจ กิจกรรมน้ำใจมี เป็นศรีแก่ตัว สรุปกิจกรรมก้าวไปสู่ประจักษ์แห่งสัมพันธภาพ (Walk to the Relationship)	210 นาที	ลานธรรม	ฐานละ 30 นาที เวลาี่แจ้ง กิจกรรม 20 นาที พักย่อยระหว่าง กิจกรรม 10.20 ถึง 10.30 สรุปกิจกรรม 30 นาที
12.00 ถึง 13.00	พักรับประทานอาหารกลางวัน	60 นาที	โรงอาหารกลาง	
13.00 ถึง 14.00	กิจกรรมเพื่อให้ข้อคิดในการคบเพื่อน ถูกชะตา ไม่ถูกชะตา เป็นฉันใด เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ว่าในการคบเพื่อนนั้น ต้องทำใจให้เป็นกลาง ไม่ควรมีอคติในการคบเพื่อน	60 นาที	สวนประดู่	
14.00 ถึง 14.30	กิจกรรมเปิดตัว buddy เพื่อให้นักเรียนมีความรู้สึกที่ดี เห็นคุณค่าในตนเองและมีแนวทางในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น	30 นาที	สวนประดู่	

ตารางผนวกที่ 1 (ต่อ)

เวลา	กิจกรรม	ระยะเวลา	สถานที่	หมายเหตุ
14.30 ถึง 15.30	กิจกรรม สมุดแห่งความประทับใจ - เพื่อให้นักเรียนรู้จักวิธีการในการสร้างความประทับใจให้กับผู้อื่น - เพื่อให้นักเรียนมีความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเอง	60 นาที	ห้องปฏิบัติการ ทางภาษา (412)	
15.30 ถึง 16.30	ปัจฉิมนิเทศ - เพื่อให้นักเรียนได้แสดงถึงความรู้สึกที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมและนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมนำไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวัน - เพื่อให้นักเรียนสามารถนำความรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมไปใช้ในการพัฒนาการสร้างสรรค์สัมพันธภาพของนักเรียนให้มากขึ้น	60 นาที	ห้องปฏิบัติการ ทางภาษา (412)	

กิจกรรมที่ 1 : ปฐมนิเทศ-รู้จักกันฉันและเธอ

ระยะเวลา 50 นาที

แนวความคิดหลัก

มนุษย์มีความต้องการสำคัญ 2 ประการ คือ สุขสบายทางกายและความอบอุ่นทางใจอันได้มาจากความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันหรือความเป็นเพื่อน และการที่คนจะมีความสัมพันธ์อันดีต่อกันนั้นจะต้องเริ่มจากการรู้จักกันก่อนตั้งแต่ขั้นผิวเผิน ไปจนถึงขั้นรู้จักสนิทสนมและรู้ถึงความต้องการสิ่งที่ชอบหรือไม่ชอบของกันและกันเป็นอย่างดี สิ่งที่สำคัญคือต้องเปิดเผยซึ่งกันและกันพยายามลดสิ่งซ่อนเร้นหรือความลับให้น้อยที่สุด ทั้งนี้จะต้องมีความเชื่อถือไว้วางใจและความหวังดีต่อกัน การสร้างความคุ้นเคยและสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างผู้นำกลุ่มกับนักเรียน และระหว่างนักเรียนกับนักเรียนเอง เป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยในการดำเนินกิจกรรมเป็นไปด้วยดี รวมถึงการทำความเข้าใจ ให้คำชี้แจงวัตถุประสงค์ และข้อตกลงต่างๆของการเข้าร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนทราบว่า นักเรียนจะได้ประโยชน์อย่างไรในการเข้าร่วมกิจกรรม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความคุ้นเคยและสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างผู้นำกลุ่มกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม
2. เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของโปรแกรมส่งเสริมการสร้างสัมพันธ์ภาพที่มีต่อความสามารถในการปรับตัวเข้าเพื่อนของนักเรียน
3. เพื่อให้ให้นักเรียนทราบถึงข้อตกลงในการทำกิจกรรมร่วมกัน
4. เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักเปิดเผยตนเอง ยอมรับลักษณะความคิดและความสามารถของตนเองตามจริง
5. เพื่อให้ให้นักเรียนได้รู้จัก และเข้าใจผู้อื่น

สื่อ/อุปกรณ์

1. ใบงาน “นี่แหละ ตัวฉัน”
2. แบบบันทึกการเรียนรู้กิจกรรมปฐมนิเทศ – รู้จักกัน ฉันและเธอ

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายนักเรียน แนะนำตนเอง ชี้แจงวัตถุประสงค์ ลักษณะของกิจกรรม กำหนดการของกิจกรรม และข้อตกลงของการเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการฯ
2. ผู้นำกลุ่มให้นักเรียนทำกิจกรรม “รู้จักกัน ฉันและเธอ” โดยผู้นำกลุ่มแจกใบงาน “นี่

แหละ ตัวฉัน ” ให้นักเรียนทุกคน ให้นักเรียน 3 นาทีเพื่อเขียนข้อมูลลงในช่องที่กำหนดไว้ เมื่อหมดเวลา ให้นักเรียนเอาใบงานของตนเองแลกเปลี่ยนกับเพื่อนๆ อ่านและจำข้อมูลต่างๆ ที่เขียนไว้ที่ใบงานของเพื่อนให้ได้มากที่สุด ผู้นำกลุ่มเป่านกหวีดให้สัญญาณหมดเวลา ให้นักเรียนหยุดทำกิจกรรมแลกเปลี่ยนข้อมูลทันที

3. เมื่อนักเรียนทำกิจกรรมชุด “รู้จักกัน ฉันและเธอ” เสร็จแล้ว ผู้นำกลุ่มและนักเรียนนั่งเป็นวงกลม ให้ผู้สามารถบอกข้อมูลของเพื่อนได้มากที่สุดมาขึ้นกลางวง แล้วให้นักเรียนคนนั้นเดินรอบวงแนะนำเพื่อนที่ตนสามารถบอกข้อมูลได้ที่ละคน ใครที่เพื่อนแนะนำไปแล้วให้ยืนขึ้น เมื่อนักเรียนแนะนำเพื่อนที่ตนสามารถจำข้อมูลได้หมดแล้ว ให้คนที่เหลืออยู่มาแนะนำเพื่อนที่ยังไม่ได้รับการแนะนำต่อไป

4. ผู้นำกลุ่มสรุปกิจกรรมที่นักเรียนได้ทำไปแล้ว ให้นักเรียนทราบว่านักเรียนได้ทำความรู้จักคุ้นเคยกันในเบื้องต้น เพื่อเป็นพื้นฐานที่ดีในการทำกิจกรรมร่วมกันและเป็นจุดเริ่มต้นในการทำ ความรู้จักกับบุคคลต่างๆ

5. นักเรียนบันทึกสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมลงในแบบบันทึกการเรียนรู้ กิจกรรมปฐมนิเทศ – รู้จักกัน ฉันและเธอ

6. ผู้นำกลุ่มกล่าวสรุปกิจกรรมครั้งที่ 1 พร้อมทั้งนัดหมายเวลาในการทำกิจกรรมครั้งต่อไป

การประเมินผล

1. สังเกตจากความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม
2. จากแบบบันทึกการเรียนรู้กิจกรรมปฐมนิเทศ – รู้จักกัน ฉันและเธอ

โปรแกรมเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน	กิจกรรมที่ 1 : ปฐมนิเทศ-รู้จักกัน จันและเธอ
ชื่อ.....	ใบงาน : นี่แหละ....ตัวฉัน



แบบบันทึกการเรียนรู้
โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน
กิจกรรมที่ 1 : ปฐมนิเทศ – รู้จักกัน จันและเธอ

ชื่อ – นามสกุล ชั้น

วัน/เดือน/ปี

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนอธิบายตามข้อความที่กำหนดให้

1. เมื่อนักเรียนได้ทำกิจกรรมนี้แล้ว นักเรียนได้เรียนรู้อะไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมนี้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

.....

.....

.....

.....

3. ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 4 : สื่อสารอย่างไรจึงได้อย่างใจคิด

ระยะเวลา 50 นาที

แนวความคิดหลัก

คนเราทุกคนต้องการเพื่อนที่เข้าใจ ยอมรับ และเชื่อถือในตัวเขาทุกคน สัมพันธภาพนั้นจะประสบผลสำเร็จหรือล้มเหลวก็ขึ้นอยู่กับว่ามีองค์ประกอบในการสร้างสัมพันธภาพมากน้อยเพียงใด มีการให้และการรับที่เหมาะสมหรือไม่ องค์ประกอบที่สำคัญประการหนึ่งของการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น คือ การสื่อสาร การสื่อสารนั้นมีทั้งการสื่อสารโดยใช้คำอภิปรายทางประกอบ และการสื่อสารโดยการใช้อวัจนไม้มาก ในการสื่อสารโดยการใช้อวัจนไม้นั้นเป็นทักษะที่ควรใช้ในการทำให้ผู้อื่นเห็นด้วยกับเรา จากทบทวนในการสื่อสารของเรามี ซึ่งมี 3 รูปแบบ คือเป็นฝ่ายถูกเรียกร้อง (passive) เป็นฝ่ายเรียกร้องจากคนอื่น (aggressive) และ ฝ่ายที่สามารถรักษาสติของตัวเอง (assertiveness) นักเรียนจะได้เรียนรู้วิธีการใช้พลังที่เหมาะสมในการพูด ทำได้โดยการใช้ น้ำหนักเสียง ท่าทีที่เหมาะสม ซึ่งจะได้ผลดีที่สุดและไม่ทำลายความสัมพันธ์ที่มีอยู่

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ถึงความสำคัญของการบอกความคิดความรู้สึกของเราให้ผู้อื่นได้ทราบ
2. เพื่อให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการสื่อสารที่ทำให้ผู้อื่นเข้าใจเราอย่างถูกต้อง

สื่อ/อุปกรณ์

1. ใบงานที่ 1 “สื่อสารอย่างไรจึงได้อย่างใจคิด”
2. แบบบันทึกการเรียนรู้ กิจกรรม “สื่อสารอย่างไรได้อย่างใจคิด”

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายนักเรียน และพูดคุยกับนักเรียนวิธีการที่นักเรียนได้เรียนรู้ในเรื่องของการปรับตัวให้เกี่ยวกับคุณสมบัติที่บุคคลทั่วไปอยากพบ ซึ่งถ้าได้ประกอบด้วยการสื่อสารที่ถูกต้อง ย่อมทำให้ผู้อื่นเข้าใจเราอย่างถูกต้องมากขึ้นได้
2. ผู้นำกลุ่มอธิบายให้นักเรียนเข้าใจว่า ท่าทีในการสื่อสารของเรามี 3 รูปแบบ คือเป็นฝ่ายถูกเรียกร้อง (passive) เป็นฝ่ายเรียกร้องจากคนอื่น (aggressive) และ ฝ่ายที่สามารถรักษาสติของตัวเอง (assertiveness) และกิจกรรมนี้เป็นการฝึกให้นักเรียนเรียนรู้วิธีการใช้รูปแบบการสื่อสารที่เหมาะสมในการพูด

3. ผู้นำกลุ่มยกตัวอย่างพูดคำว่า “ขอให้เพื่อนคืนปากกาที่ยืมไป” ด้วยท่าที 3 แบบ พร้อมแสดงออกทางสีหน้าและอารมณ์ให้นักเรียนดู เช่น พูดแบบ Passive “ฉันไม่มีปากกาใช้เลย” พูดแบบ Aggressive “เอาปากกาของฉันทันทีมาเดี๋ยวนี้ละ เอาไปตั้งหลายวันแล้วไม่รู้จักคืน” พูดแบบ Assertive “ช่วยคืนปากกาที่ยืมไปด้วยจ๊ะ ฉันต้องการใช้” ให้นักเรียนอธิบายว่ารู้สึกอย่างไร เมื่อได้ยินคำพูด 3 แบบ และพูดคูนว่านักเรียนมีพฤติกรรมในการสื่อสาร 1 ใน 3 แบบนี้บ้างหรือไม่ ถ้ามีนักเรียนใช้แบบใดมาก และนักเรียนคิดว่าจะมีผลอย่างไรกับคนฟัง

4. ผู้นำกลุ่มยกตัวอย่างสถานการณ์ต่าง ๆ ให้นักเรียนช่วยกันตอบว่า ลักษณะที่ผู้ถูกกระทำแสดงอาการดังกล่าวออกมา เป็นการสื่อสารลักษณะใด

* ในฉากแรก (passive) กระเป๋านักเรียนใบหนึ่งถูกโยนออกไปกลางสนาม หนังสือกระจาย เจ้าของกระเป๋าไม่ได้พูดอะไร ได้แต่ยืนทำหน้าเศร้า ร้องไห้ที่ลูกเพื่อนแกล้ง

* ฉากที่สอง (aggressive) เป็นเหตุการณ์เดียวกัน แต่ให้เจ้าของกระเป๋าทะโกนว่าเพื่อนที่แกล้งผลักเพื่อนคนที่แกล้งและนำไปสู่การต่อสู้กัน เด็กทั้งสองคนถูกครูทำโทษ สุดท้ายครูเป็นคนเก็บกระเป๋าไปคืน

* ฉากที่สาม (assertiveness) เหตุการณ์เดียวกัน คราวนี้เจ้าของถามเพื่อนร่วมชั้นว่าใครเป็นคนทำ และบอกให้เพื่อนไปเก็บกระเป๋ามาคืนตัวเอง เพื่อนคนที่แกล้งพยายามล้อเลียน ขู่โมโห แต่เด็กเจ้าของกระเป๋าก็ไม่แสดงอาการหวั่นไหวหรือตอบโต้ แต่ยืนยันบอกให้เพื่อนไปเอากระเป๋ามาคืน เพื่อนคนที่แกล้งเมื่อเห็นว่าทำอะไรไม่ได้ จึงต้องไปเก็บกระเป๋ามาคืน

5. แบ่งนักเรียนเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละ 6 คน รับใบงานที่ 1 สถานการณ์ตัวอย่าง และให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายตามประเด็นในใบงาน แล้วให้นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนรายงานหน้าชั้น

6. ผู้นำกลุ่มและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงความรู้สึก และวิธีการจัดการกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นโดยใช้รูปแบบสื่อสารแบบ assertiveness ให้เหมาะสมที่สุด

7. นักเรียนบันทึกสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรม ลงในแบบบันทึกการเรียนรู้กิจกรรมสื่อสารได้อย่างใจ

การประเมินผล

1. สังเกตจากการสรุปข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการตอบคำถาม อภิปรายร่วมกัน
3. จากแบบบันทึกการเรียนรู้กิจกรรมสื่อสารได้อย่างใจ

โปรแกรมเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน	กิจกรรมที่ 4 : สื่อสารอย่างไรจึงได้อย่างใจคิด
ชื่อกลุ่ม.....	ใบงาน : สื่อสารอย่างไรจึงได้อย่างใจคิด

รายชื่อสมาชิกในกลุ่ม

1 2.....
 3 4.....
 5 6.....

คำชี้แจง : ให้นักเรียนแต่ละกลุ่ม ศึกษาประเด็นตามสถานการณ์ดังต่อไปนี้

- มีเด็กกลุ่มหนึ่งกำลังเล่นฟุตบอลกันอย่างสนุกสนาน มีเด็กอีกคนหนึ่งนั่งมอง และสนใจอยากเล่นด้วย เขาควรจะทำอย่างไร

.....

- เด็กกำลังเดินกลับบ้าน มีคนแปลกหน้าเดินเข้ามาหา ชวนคุย ชวนไปกินขนม ทำทางไม่น่าไว้วางใจ เราควรจะได้ตอบเขาอย่างไร

.....

- เด็กสองคนนั่งเล่นอยู่ที่สนาม มีเด็กโตกว่าเข้ามาชักชวนให้สูบบุหรี่ เด็กปฏิเสธ แต่เด็กโตก็ยังจะยื่นจะขอ จะปฏิเสธอย่างไรให้เด็ดขาด

.....

แบบบันทึกการเรียนรู้
โปรแกรมค่ายโรงเรียนเพื่อสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน
กิจกรรมที่ 4 : สื่อสารอย่างไรจึงได้อย่างใจคิด

ชื่อ – นามสกุล ชั้น

วัน/เดือน/ปี

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนอธิบายตามข้อความที่กำหนดให้

1. เมื่อนักเรียนได้ทำกิจกรรมนี้แล้ว นักเรียนได้เรียนรู้อะไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมนี้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

.....

.....

.....

.....

3. ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้

.....

.....

.....

.....

ประวัติการศึกษาและการทำงาน

ชื่อ-นามสกุล	นางวาสนา ฤทธิสิทธิ์
วัน เดือน ปี ที่เกิด	วันที่ 18 สิงหาคม 2511
สถานที่เกิด	จังหวัดนครราชสีมา
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2535 ศิลปศาสตรบัณฑิต (ภาษาอังกฤษ) วิทยาลัยครูนครราชสีมา
ประวัติการทำงาน	พ.ศ. 2536 บริษัท ศรีไทยซูเปอร์แวร์ จำกัด (มหาชน) กรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2537 บริษัท ศรีไทยซูเปอร์แวร์ จำกัด (มหาชน) นครราชสีมา พ.ศ. 2538 อาจารย์ โรงเรียนบ้านเหลื่อมพิทยาสรรพ์ พ.ศ. 2539-2542 อาจารย์ โรงเรียนจักราชวิทยา พ.ศ. 2542-ปัจจุบัน ครู คศ.2 โรงเรียนโชคชัยสามัคคี