

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – Experimental Research) เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพื่อให้เกิดความเข้าใจในเรื่องดังกล่าว ผู้วิจัยจึงขอเสนอรายละเอียดของเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยในครั้งนี้ตามลำดับ ดังต่อไปนี้

1. ทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย
 - 1.1 ความหมายของทักษะชีวิต
 - 1.2 องค์ประกอบของทักษะชีวิต
 - 1.3 องค์ประกอบทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย
 - 1.3.1 ความตระหนักในตนเอง
 - 1.3.2 การเห็นใจผู้อื่น
 - 1.3.3 การเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 1.3.4 การรับผิดชอบต่อสังคม
2. กิจกรรมกลุ่ม
 - 2.1 ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.2 จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.3 ลักษณะและประเภทของกลุ่ม
 - 2.4 ทฤษฎีเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่ม
 - 2.5 ประโยชน์ ขนาด เวลาและจำนวนครั้ง ลำดับขั้นตอน เทคนิคและการสื่อสารที่ใช้ในการจัดกิจกรรมกลุ่ม
3. พัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ และสังคมของเด็กวัยประถมศึกษา
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 4.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต
 - 4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

1. ทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย

ความเปลี่ยนแปลงทางสังคมในปัจจุบันส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตของประชากรด้านคุณภาพชีวิตเป็นอย่างมาก อีกทั้งยังพบปัญหาความเสื่อมถอยทางด้านจิตใจและจริยธรรมรวมทั้งการหมกมุ่นอยู่กับอบายมุขต่าง ๆ ของประชาชน สิ่งเหล่านี้ล้วนสะท้อนไปถึงถึงลักษณะของจิตพิสัยที่แสดงออกมาในรูปของวิถีการดำเนินชีวิต ซึ่งจิตพิสัยนั้นเป็นพฤติกรรมทางด้านจิตใจ ที่ถือเป็นพื้นฐานของอารมณ์และสังคมมีผลโดยตรงต่อพัฒนาการด้านอารมณ์ สังคม บุคลิกภาพ ความสำเร็จและความล้มเหลวของชีวิตในอนาคตของบุคคล การพัฒนาทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยนั้น จะช่วยให้บุคคลนำศักยภาพที่มีอยู่มาใช้อย่างเต็มที่ และพร้อมที่จะพัฒนาเพื่อที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

1.1 ความหมายของทักษะชีวิต

ได้มีผู้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้หลายท่าน ดังนี้

กรมสุขภาพจิต (2540 อ้างถึงใน สัมฤทธิ์ สันตะ, 2547) ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า เป็นความสามารถของบุคคล อันประกอบด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะ ที่จะช่วยจัดการกับปัญหารอบ ๆ ตัว ในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต

จิตรา ทองเกิด (2540 อ้างถึงใน ธาราทิพย์ ธรรมนพฤทธิและวีระศักดิ์ สืบเสาะ, 2541) ได้สรุปความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นความสามารถหรือสมรรถภาพที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล จากการฝึกฝนอบรมในเชิงความคิดและการกระทำจนเกิดความเคยชินที่จะนำไปใช้ในการปรับปรุงและพัฒนาตนเองให้สามารถเผชิญและแก้ไขปัญหาได้อย่างฉลาด รวมทั้งสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขทั้งในปัจจุบันและอนาคต

WHO (1997 อ้างถึงในประภาวดี แสนสิลา, 2543) ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า ทักษะชีวิตเป็นความสามารถในการปรับตัวและมีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้อง ในการต่อสู้กับความถูกต้องและสิ่งท้าทายต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ธาราทิพย์ ธรรมนพฤทธิและวีระศักดิ์ สืบเสาะ (2541) ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า หมายถึงความสามารถขั้นพื้นฐานของบุคคลในการปรับตัวและเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสม ในการเผชิญปัญหาต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยอาศัยการถ่ายทอดประสบการณ์ด้วยการฝึกฝนอบรม

จากความหมายของทักษะชีวิตดังกล่าว สามารถสรุปได้ว่า ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตไปในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสมโดยอาศัยการฝึกฝนอบรม เพื่อให้ได้มาซึ่งประสบการณ์ที่จะนำไปเปลี่ยนแปลงแก้ไข ความคิด ทักษะคิด ตลอดจนสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ เนื่องจากทักษะชีวิตได้แพร่หลายไปในหลายประเทศ องค์ประกอบของทักษะชีวิตจึงมีความแตกต่างกันออกไปตามวัฒนธรรมของแต่ละประเทศ ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ยึดองค์ประกอบทักษะชีวิตของกรมสุขภาพจิต (2540) เป็นหลัก

1.2 องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของทักษะชีวิตหลักหรือทักษะชีวิตพื้นฐาน (Core Life Skills) มีอยู่ 10 ประการ (กรมสุขภาพจิต, 2540) ได้แก่ ความคิดสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสร้างสัมพันธภาพ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การตัดสินใจ การแก้ปัญหา การจัดการกับอารมณ์ การจัดการกับความเครียด ความตระหนักในตนเอง และความเห็นใจผู้อื่น ในประเทศไทย กรมสุขภาพจิต (2539, อ้างถึงใน ประภาวดี แสนสีลา, 2543) ได้นำแนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลกในปี ค.ศ. 1994 มาประยุกต์ให้เหมาะสมกับสภาพสังคมและวัฒนธรรมไทยโดยเพิ่มอีก 2 องค์ประกอบ ได้แก่ความภูมิใจในตนเองกับความรับผิดชอบต่อสังคม ดังนั้น องค์ประกอบทักษะชีวิตของกรมสุขภาพจิตจะประกอบด้วยทักษะชีวิตทั้งหมด 12 องค์ประกอบ โดยแบ่งเป็น 3 ด้าน ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงองค์ประกอบทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) และกรมสุขภาพจิต (2540)

	องค์การอนามัยโลก (WHO)	กรมสุขภาพจิต
องค์ประกอบร่วม	ความคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) ความคิดสร้างสรรค์ช่วยให้บุคคลสามารถนำประสบการณ์ที่ผ่านมา มาใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) เป็นความสามารถที่จะวิเคราะห์ข้อมูลข่าวสารและประเมินปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อทัศนคติและพฤติกรรม ในการดำเนินชีวิต	
ทักษะพิสัย	การสร้างสัมพันธภาพ (Interpersonal relationship skills) สามารถช่วยให้บุคคลมี ปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และสามารถที่จะรักษาและดำรงไว้ซึ่งความสัมพันธ์อันดี ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญต่อการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication) หมายถึง ความสามารถในการใช้คำพูดและภาษาท่าทาง เพื่อแสดงความรู้สึกนึกคิดของตนเองอย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ การตัดสินใจ (Decision making) ถ้าบุคคลมีการตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพในการกระทำต่าง ๆ โดยมีการประเมินทางเลือกและผลจากการตัดสินใจทางเลือกนั้น ๆ ย่อมจะส่งผลต่อชีวิตของบุคคลนั้น ๆ การแก้ปัญหา (Problem solving) เมื่อบุคคลมีปัญหาต่าง ๆ ที่ไม่สามารถแก้ไขได้ ทำให้เกิดภาวะตึงเครียดทั้งด้านร่างกายและจิตใจทักษะการแก้ปัญหาก็จะช่วยให้บุคคลสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตของเขาได้	

ตารางที่ 1 แสดงองค์ประกอบทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) และกรมสุขภาพจิต (2540) (ต่อ)

	องค์การอนามัยโลก (WHO)	กรมสุขภาพจิต
ทักษะ พิสัย	การจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotions) เป็นกรารู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นซึ่งจะทำให้สามารถตอบสนอง และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม การจัดการกับความเครียด (Coping with stress) เป็นความสามารถในการรู้ถึงสาเหตุของความเครียด และรู้ถึงหนทางในการควบคุมระดับความเครียด การเรียนรู้วิธีผ่อนคลายเมื่ออยู่ในภาวะตึงเครียดได้อย่างเหมาะสม เพื่อที่จะช่วยลดปัญหาต่าง ๆ ทางด้านสุขภาพ	
จิตพิสัย	ความตระหนักในตนเอง (Self awareness) เป็นความสามารถในการเข้าใจจุดดีจุดด้อยของตนเอง อะไรที่ตนเองปรารถนาและไม่พึงปรารถนา และเข้าใจความแตกต่างจากบุคคลอื่น ๆ ซึ่งส่งผลต่อการสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ และการเห็นอกเห็นใจผู้อื่นอีกด้วย ความเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกและความเห็นใจบุคคลที่แตกต่างจากเรา ถึงแม้ว่าเราจะไม่คุ้นเคย ซึ่งจะช่วยให้เราเข้าใจและยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่น ทำให้เกิดความสัมพันธ์อันดีทางสังคม	การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self esteem) เป็นความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ค้นพบและเกิดความภาคภูมิใจในความสามารถด้านต่าง ๆ ของตน ความรับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility) ความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีส่วนรับผิดชอบต่อสังคม ในความเจริญหรือเสื่อมของสังคม ความรับผิดชอบต่อสังคมมีส่วนสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับการเห็นคุณค่าในตนเองเพราะหากคนเรามีการเห็นคุณค่าในตนเอง คนเหล่านี้ก็มีแรงจูงใจที่จะทำดีกับผู้อื่นและสังคม

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา ทักษะชีวิตเฉพาะด้านจิตพิสัยเท่านั้น ซึ่งจะได้นำกล่าวถึงในรายละเอียด ในหัวข้อถัดไป

1.3 องค์ประกอบทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย

เนื่องจากผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย โดยรวบรวมแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (1994) และกรมสุขภาพจิต (2540) เข้าด้วยกัน ซึ่งสามารถจำแนกได้เป็น 4 ด้าน ดังนี้

1.3.1 ความตระหนักในตนเอง (Self awareness)

ความตระหนักในตนเองเป็นความสามารถในการค้นหาและเข้าใจในจุดดี จุดด้อยของตนเอง และเข้าใจความแตกต่างจากบุคคลอื่น ไม่ว่าจะเป็นในแง่ความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว ท้องถิ่น สุขภาพ เป็นต้น การที่บุคคลจะปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสมนั้น บุคคลจะต้องรู้จักตนเอง และการรู้จักตนเองนั้นรวมถึงความเข้าใจในความต้องการ ความคิดของตนเอง สามารถเข้าใจอย่างกระจ่างแจ้งถึงจุดดี จุดด้อยของตนเองและยอมรับจุดด้อยเพื่อที่จะปรับปรุงให้ดีขึ้น เมื่อบุคคลมีความตระหนักหรือรู้จักตนเองแล้ว ก็จะรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสภาวะอารมณ์ของตน มองตนเองตามความเป็นจริง มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง ซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ต่อไป

ความตระหนักนั้นเป็นผลของกระบวนการทางปัญญา (Cognitive Process) คือ เมื่อบุคคลได้รับการกระตุ้นจากสิ่งเร้า หรือรับสัมผัสจากสิ่งเร้าแล้วจะเกิดการรับรู้ขึ้น เมื่อเกิดการรับรู้แล้ว ต่อไปจะนำไปสู่การเกิดความเข้าใจในสิ่งเร้านั้น คือเกิดความคิดรวบยอดเกี่ยวกับสิ่งนั้นและนำไปสู่การเรียนรู้เป็นขั้นตอนไปคือมีความรู้ในสิ่งนั้น และเมื่อบุคคลเกิดความรู้ขึ้น ก็จะมีผลนำไปสู่ความตระหนักในที่สุด และทั้งความรู้และความตระหนักก็จะนำไปสู่การกระทำหรือพฤติกรรมของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้านั้น ๆ ต่อไป

ความตระหนักในตนเองนั้นประกอบด้วยความสามารถย่อย 3 ประการ ได้แก่ (ศิริกุล อิศรานุรักษ์, 2547)

1. Emotional self-control หมายถึง การรู้จักอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง และรู้ว่าอารมณ์หรือความรู้สึกเหล่านี้ จะมีผลต่อความสามารถหรือการกระทำของตนเองอย่างไร ทำให้บุคคลสามารถควบคุมตนเองในการที่จะมีปฏิกิริยาได้ตอบกับสิ่งแวดล้อม

2. Accurate self-assessment หมายถึง ความตระหนักถึง จุดแข็งและจุดอ่อนของตนเอง รู้จักข้อจำกัดของตนเอง แสวงหาข้อแนะนำและการเรียนรู้จากข้อผิดพลาดต่าง ๆ เพื่อการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น มีอารมณ์ขัน

3. Self-confidence หมายถึง ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง บุคคลเหล่านี้จะมีความมั่นใจที่จะกระทำการต่าง ๆ ไม่ขาดกลัว ยืนหยัดในความตั้งใจของตน ในขณะเดียวกันไม่ได้ยึดถือความคิดของตนเองเป็นใหญ่

1.3.2 ความเห็นใจผู้อื่น (Empathy)

สิ่งที่สำคัญของการพัฒนาทักษะทางสังคมในเด็ก คือ ความคิด ประเด็นหนึ่งของทักษะทางสังคม คือ การพัฒนาการปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างมีความเห็นอกเห็นใจ (Cress และ Hole, 2000) ความเห็นใจผู้อื่นเป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึก เห็นอกเห็นใจบุคคลที่แตกต่างกับเรา ไม่ว่าจะเป็นในด้านเพศ วัย ระดับการศึกษา เป็นต้น อีกทั้งยังเป็นความสามารถในการใส่ความรู้สึกของตนเองในขอบเขตความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งการที่จะเข้าใจความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรมของผู้อื่นได้นั้นต้องมาจากการได้พิจารณาและสังเกตอย่างใกล้ชิด นอกจากนี้ การแสดงความเห็นอกเห็นใจจะสามารถทำได้ง่ายขึ้น ถ้ามีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เพราะจะไม่เกิดความเข้าใจผิดต่อกัน ความเห็นอกเห็นใจเปรียบเสมือนการที่เราได้รับรู้และเข้าใจถึงความรู้สึกภายในที่แฝงอยู่ในคำพูดและการกระทำของคนอื่น การเห็นใจผู้อื่นนั้นเป็นสิ่งที่น่าจะลดความรุนแรงในสังคมได้ บรรดาอาชญากรหรือผู้ที่ทำร้ายผู้อื่นทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ มักเกิดจากการขาดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การฝึกให้เด็กมีความเห็นใจผู้อื่นจะช่วยแก้ปัญหาดังกล่าวได้ (อุสา สุทธิสาคร, 2544)

1.3.2.1 ขั้นพัฒนาการของความเห็นใจผู้อื่น

ทารก : เด็กวัยนี้จะยึดตัวเองเป็นศูนย์กลาง และไม่รู้ว่าคุณคนอื่นต้องการอะไร
 เด็กเล็ก : วัยนี้จะรู้เพียงว่า ใครทำอะไรให้เขามีความสุขหรือเสียใจเท่านั้น
 10 ปี : วัยนี้จะสามารถจินตนาการคิดถึงความรู้สึกจากสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ แต่ยังไม่รู้ว่าคุณคนอื่น ๆ นั้นรู้สึกอย่างไร
 วัยรุ่น : วัยนี้เริ่มมีการคิดแบบนามธรรมมากขึ้นและเริ่มที่จะเรียนรู้ถึงความเห็นใจกับผู้อื่นมากขึ้น

1.3.2.2 การพัฒนาความเห็นใจผู้อื่น

William (2005) ได้กล่าวถึงขั้นตอนการพัฒนาการเห็นใจผู้อื่นไว้ดังนี้

1. ทำเป็นตัวอย่าง เขาจะสังเกตอารมณ์ของผู้ใหญ่ไปจนถึงการมีปฏิสัมพันธ์ การแก้ไข ปัญหาต่าง ๆ ของผู้ใหญ่ การสอนที่ดีที่สุดคือการมีพฤติกรรมที่ดีสามารถเป็นแบบอย่างให้กับพวกเขาได้
2. ให้ความรัก เมื่อเขาารู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า เขาก็จะพยายามทำตัวให้สมบูรณ์แบบที่สุด และเขาก็พร้อมที่จะให้สิ่งดี ๆ แก่สังคมและบุคคลรอบข้างเขาต่อไป
3. เน้นการแสดงออกของพฤติกรรมทางบวก เมื่อเขาทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จงพยายามให้เขามีทัศนคติที่จะช่วยส่งเสริมให้เกิดคุณค่าในทางที่ดีต่อสิ่งนั้นมากกว่าการตอบสนองที่ไม่ดีต่อสิ่งนั้นที่เขาอาจจะทำผิดพลาดไป บอกให้เขาว่าความคิดของเขาจะมีผลต่อการกระทำในภายภาคหน้าต่อไป
4. เป็นแบบอย่างทางด้านอารมณ์ให้แก่เยาวชน สาคิความสามารถของคุณในการจัดการกับอารมณ์โดยการคิดทางบวกให้เขาดู ถ้าคุณโกรธ อย่าไปกล่าวโทษคนอื่นแต่ให้บอกว่าคุณกำลังรู้สึกอย่างไร อธิบายอารมณ์ให้เขาฟัง
5. อ่านและเล่าเรื่องราวต่าง ๆ ให้เขาฟัง อ่านหนังสือและพูดคุยเกี่ยวกับอารมณ์ของตัวละครและความรู้สึกเมื่ออ่านหนังสือจบ เรื่องราวต่าง ๆ จะช่วยให้เขาเกิดความเข้าใจในอารมณ์ บุคลิกภาพ และการแสดงออกกับบุคคลอื่น ๆ มากขึ้น

6. ช่วยเหลือกิจกรรมต่าง ๆ ของเขา กิจกรรมต่าง ๆ ของเขาสามารถเป็นกิจกรรมของครอบครัวได้ อธิบายให้เขาฟังถึงความสำคัญของการพบเจอกับความต้องการของบุคคลอื่น

1.3.3 ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self esteem)

ความภาคภูมิใจในตนเอง คือ ความรู้สึกว่าคุณค่า เช่น ความมีน้ำใจ รู้จักให้ รู้จักรับ คำนึง และภูมิใจในความสามารถด้านต่าง ๆ ของตน เช่น ความสามารถด้านสังคม คนตรี กีฬา ศิลปะ ฯ โดยมีได้มุ่งสนใจอยู่แต่เรื่องรูปร่าง หน้าตา เสน่ห์ หรือความสามารถทางเพศ การเรียนเก่ง ฯ เท่านั้น

1.3.3.1 ความหมายของความภาคภูมิใจในตนเอง

Rosenberg (1965 อ้างถึงในอัญชลี คำธงไชย, 2543) กล่าวว่า หมายถึงเป็นความยอมรับนับถือในตนเองและคิดว่าตนเองมีค่า

Coopersmith (1984 อ้างถึงในอัญชลี คำธงไชย, 2543) หมายถึง เป็นการตัดสินใจว่าคุณค่าของตนเอง ซึ่งแสดงถึงทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเอง เป็นการยอมรับหรือไม่ยอมรับตนเอง และแสดงถึงขอบเขตความเชื่อที่บุคคลมีต่อ ความสามารถ ความสำคัญ และค่าของตนเองแล้วแสดงออกให้เห็นในรูปของทัศนคติที่มีต่อตนเองเป็นประสบการณ์ที่บุคคลอื่นสามารถรับรู้ได้ โดยพิจารณาจากคำพูดและพฤติกรรมที่แสดงออกของบุคคลนั้น

1.3.3.2 การพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง

สิ่งที่สำคัญในการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งมีการพัฒนามาตั้งแต่เด็ก ๆ ก็คือ ครอบครัวเป็นอันดับแรก ซึ่งสิ่งที่มีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กนั้นคือ ความสัมพันธ์ของบิดามารดา หรือผู้ปกครองที่มีต่อเด็ก และจากการศึกษาของ Rosenberg (1965 อ้างถึงใน ยุทธการ โตเมือง, 2544) ได้ทำการศึกษานักเรียนชั้นเด็กเล็กและชั้นเด็กโต จำนวนมากกว่า 5,000 ราย ผลการศึกษาพบว่า ภูมิหลังและเจตคติของบิดามารดาเป็นปัจจัยสำคัญต่อความภาคภูมิใจในตนเองของเด็ก ผลของการศึกษามีรายละเอียด ดังนี้

- 1) การดูแลเอาใจใส่ของบิดามารดาเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก
- 2) เด็กที่มีบิดามารดาจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเด็กกำพร้าบิดามารดา
- 3) เด็กที่มาจากฐานะทางสังคมที่ดีมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเด็กที่มาจากฐานะทางสังคมต่ำกว่า
- 4) ครอบครัวที่บิดามารดาหย่าร้างกันหรือแตกแยกกัน จะมีผลกระทบต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเด็ก

ซึ่งสอดคล้องกับ Mcneil (1975 อ้างถึงใน ชื่นทิพย์ อารีสมาน, 2545) ที่กล่าวว่าพื้นฐานของความภาคภูมิใจในตนเองนั้นมีพัฒนาการมาจากความรักและการยอมรับในตัวเด็กของพ่อแม่ สิ่งนี้เป็นรากฐานสำคัญในการสร้างเสริมความรู้สึกที่มั่นคงของการรักตนเอง และคาดหวังให้ผู้อื่นรักตน ต่อมาความรู้สึกที่ดีต่อตนเองของเด็กจะขยายความรักความเอาใจใส่ของพ่อแม่ไปสู่บุคคลอื่นในครอบครัวและขยายกว้างออกมาสู่เพื่อน การเห็นคุณค่าในตนเองในช่วงนี้ขึ้นอยู่กับที่ได้รับผลสำเร็จตามเป้าหมาย โดยขั้นแรกสุดเด็กจะปฏิบัติตนให้พ่อแม่พอใจ และต่อมาเป้าหมายจะค่อย ๆ ขยายมาอยู่บนพื้นฐานของมาตรฐานกลุ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ เด็กจะมีความต้องการเห็น

คุณค่าในตนเองได้ โดยการที่เด็กเรียนรู้ตนเองซึ่งวัดได้จากสิ่งที่เพื่อนติดต่อกับตัวเรา เด็กเริ่มพัฒนาสติปัญญา ทักษะทางสังคมและความมั่นใจในตนเองให้สูงขึ้น ถ้าจุดนี้เหล่านี้ได้รับการเสริมแรงจากกลุ่มเพื่อนและบุคคลอื่น ๆ การรู้สึกลึกซึ้งในตนเองของเด็กก็จะพัฒนาไปเรื่อย ๆ ความรู้สึกลึกซึ้งในตนเองเป็นพื้นฐานนำไปสู่การดำรงชีวิตซึ่งได้จากการมีประสบการณ์ชีวิตในช่วงแรก ๆ และเป็นสิ่งที่ไม่คงที่ แต่จะมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา

1.3.3.3 ความสำคัญของความภาคภูมิใจในตนเอง

บุคคลที่ภาคภูมิใจในตนเอง จะรับรู้ค่าของตนเองตามความเป็นจริง ตระหนักถึงศักยภาพที่แท้จริงของตน มีจิตใจที่เปิดกว้างและยอมรับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งยังสามารถแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ได้ อย่างเหมาะสม บุคคลเหล่านี้จะมีความกระตือรือร้น เชื่อมมั่นในตนเอง มีความสามารถในการทำงานให้ประสบผลสำเร็จ มักเป็นผู้นำในการอภิปรายและมีความเป็นตัวของตัวเองในการแสดงความคิดเห็น มีความคิดสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี มีความสามารถในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าที่เกิดขึ้น ตลอดจนเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจในตนเอง บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง จะตระหนักถึงความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและผู้อื่น มีทักษะทางสังคม สามารถปรับตัวและสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่นได้ (Coopersmith, 1984 อ้างถึงในชินทิพย์ อริสมาน, 2545) เมื่อบุคคลรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถก็จะเกิดความต้องการที่จะเป็นตัวของตัวเอง ต้องการพึ่งตัวเอง ต้องการแสดงความสามารถของตัวเอง ไม่คิดแต่จะคอยลอกเลียนแบบคนอื่น ทำตามคนอื่น หวังพึ่งคนอื่น มีความคิดอิสระที่ไม่ยึดติดอยู่ในกรอบหรือกฎเกณฑ์ใด ๆ รู้จักเลือก รู้จักตัดสินใจ รับผิดชอบในสิ่งที่ตนเองเลือก และเมื่อมีความต้องการได้พัฒนาไปสู่ขั้นที่สูงขึ้น จะพบว่า ความต้องการที่จะพึ่งพาคนอื่น เป็นภาระแก่ผู้อื่นจะน้อยลง และมีแนวทางชีวิตที่เป็นตัวของตัวเองมากขึ้น มีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักแก้ปัญหา ตัดสินใจทำอะไรด้วยตัวเองและสามารถมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขได้ด้วยตนเอง

1.3.4 ความรับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility)

ความรับผิดชอบต่อสังคม หมายถึง พฤติกรรมและการกระทำของบุคคลที่แสดงออกถึงความพยายามความตั้งใจจริงในการแสดงความรับผิดชอบต่อสถานการณ์หรือบุคคลต่าง ๆ ในสังคมที่ตนเองเกี่ยวข้องได้อย่างเหมาะสม สร้างสิ่งดี ๆ ให้กับสังคมและไม่สร้างที่ไม่ดีให้กับสังคมด้วย

1.3.4.1 ขอบข่ายความรับผิดชอบ

กรมวิชาการ (2544) ได้แบ่งประเภทของความรับผิดชอบไว้ ดังนี้

1. ความรับผิดชอบต่อตนเอง หมายถึง การขจัดปัญหาที่ทำให้ตนเองเป็นทุกข์ เช่น ป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากอันตรายจากโรค รักษาร่างกายให้แข็งแรง รู้จักหน้าที่ของตนเอง และปฏิบัติหน้าที่ที่ทำงานของตนให้ลุล่วงไปอย่างมีประสิทธิภาพ ทันทกำหนดเวลา ตรงเวลา

2. ความรับผิดชอบต่อสังคม หมายถึง การรู้จักฐานะความรับผิดชอบต่อตนเองที่มีต่อสังคม ได้แก่ ความรับผิดชอบต่อครอบครัว โรงเรียน ชุมชน ประเทศชาติ และบุคคลที่เกี่ยวข้อง โดยปฏิบัติอย่างถูกต้อง เหมาะสม เกิดประโยชน์แก่สังคมส่วนรวม

1.3.4.2 องค์ประกอบความรับผิดชอบต่อสังคม

จากผลการศึกษาของปรีชา การสอาด (2547) ได้สรุปองค์ประกอบความรับผิดชอบต่อสังคมไว้ดังนี้

1. ด้านการรักษาทรัพยากร
2. ด้านการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของสังคม
3. ด้านการเสียสละต่อส่วนรวม
4. ด้านการปฏิบัติตามกฎหมายบ้านเมือง
5. ด้านการรักษาทรัพยากรสมบัติของส่วนรวม
6. ด้านการรักษาสิ่งแวดล้อม
7. ด้านการปฏิบัติตามหลักคุณธรรม

1.3.4.3 ลักษณะของบุคคลที่มีความรับผิดชอบ

กรมวิชาการ (2544) ได้สรุปลักษณะหรือพฤติกรรมของบุคคลที่มีความรับผิดชอบไว้

เพิ่มเติม ดังนี้

1. ตรงต่อเวลา
2. พยายามทำงานให้สำเร็จ
3. ติดตามผลงานอยู่เสมอ
4. ยอมรับความผิดพลาด / ผลจากการพิจารณา
5. รักษาชื่อเสียง / ชื่อศักดิ์ศรี
6. เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว
7. ชอบทำงานร่วมกับผู้อื่น
8. มีความซื่อสัตย์
9. รักษาคำพูด
10. ตั้งใจทำงาน
11. มีระเบียบวินัย
12. รู้จักวางแผนงาน
13. เต็มใจทำงาน
14. ขยันขันแข็ง
15. เชื่อมั่นในตนเอง เป็นตัวของตัวเอง
16. ปฏิบัติตามหน้าที่โดยเคร่งครัด
17. รู้จักหน้าที่และทำตามหน้าที่เป็นอย่างดี
18. มีอารมณ์หนักแน่นเมื่อเผชิญกับปัญหา
19. ปรับปรุงงานในหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้นทั้งตนเองและสังคม
20. ยึดมั่นในหลักเกณฑ์

2. กิจกรรมกลุ่ม (Group Activities)

2.1 ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม

เนื่องจากกลุ่มทางการศึกษานั้นมีหลากหลายกลุ่ม และมีชื่อเรียกที่แตกต่างกันออกไป มีชื่อเรียกในภาษาอังกฤษได้หลายคำเช่น Group Dynamics, Group Process, Group Psychology, Human Relations และมีชื่อเรียกในภาษาไทยหลายชื่อเช่น กลุ่มสัมพันธ์ กระบวนการกลุ่ม พลกลุ่ม พลวัตกลุ่ม กลศาสตร์ของกลุ่ม กลศาสตร์ของกลุ่ม ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้คำว่ากิจกรรมกลุ่ม (Group Activities)

ได้มีผู้ให้ความหมายไว้หลายท่าน ดังนี้

Barden (1981 อ้างถึงใน กลิ่นบุปผา โสธรชัยวิทย์,2546) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมกลุ่มว่า หมายถึง องค์ประกอบต่าง ๆ ซึ่งกำหนดพฤติกรรม และทัศนคติของสมาชิกแต่ละคน และของกลุ่มโดยรวม องค์ประกอบเหล่านี้ประกอบด้วย ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของสมาชิกในกลุ่ม และข้อผูกพันที่มีร่วมกัน

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2542) ได้กล่าวถึงกิจกรรมกลุ่มไว้ว่า เป็นการรวมกลุ่มชนตั้งแต่บุคคล 2 คนขึ้นไป มาทำกิจกรรมร่วมกัน โดยมีวัตถุประสงค์เหมือนกัน เมื่อมนุษย์เข้ามารวมกันก็จะเกิดเป็นบทบาทของกลุ่มขึ้นมา เพราะกลุ่มมีอิทธิพลในตัวของมันเอง

จากความหมายของกิจกรรมกลุ่มดังกล่าว สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง กิจกรรมที่มีบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปปฏิบัติร่วมกัน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ แลกเปลี่ยนประสบการณ์และความคิดเห็น ซึ่งจะทำให้สมาชิกเกิดการพัฒนาศักยภาพด้านจิตพิสัยเกิดการพัฒนาด้านตนเองและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจนบรรลุตามวัตถุประสงค์ของกลุ่มตามที่ตั้งไว้

2.2 จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม

คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2546) กล่าวถึงรายละเอียดของจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม ดังต่อไปนี้

1. เพื่อสร้างความเข้าใจในตนเองให้ถูกต้อง กิจกรรมอาจจะช่วยให้บุคคลได้สะท้อนเห็นภาพของตนเองในทุก ๆ ด้านได้ เพราะคนทั่วไปอาจจะคิดว่า ตนเองมีความเข้าใจในตัวเอง ไม่จำเป็นที่จะต้องให้คนอื่นช่วยชี้แจงว่าตนเป็นคนอย่างไร แต่ในรายละเอียดบางอย่างของตนเอง บุคคลนั้นอาจจะไม่รู้ถึงตนเองทั้งหมดซึ่งเป็นเหตุของการไม่เข้าใจตนเองอย่างถูกต้องได้

2. เพื่อสร้างความเข้าใจในบุคคลอื่น ปัจจัยที่สำคัญของการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ก็คือ ความเข้าใจในสมาชิกของกลุ่ม ความเข้าใจบุคคลอื่น ย่อมจะทำให้เกิดการยอมรับพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมา ดังนั้น การทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกันของสมาชิก จะเป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ลักษณะต่าง ๆ ของแต่ละบุคคลได้เป็นอย่างดี

3. เพื่อสร้างความสามารถในการทำงานร่วมกันระหว่างสมาชิก ในการทำงานร่วมกันระหว่างสมาชิก สิ่งที่สำคัญและมีความหมายต่อความสำเร็จของกลุ่มเป็นอย่างดีก็คือ ความร่วมมือ ถึงแม้ว่าสมาชิกทุกคนจะมีความสามารถ แต่ถ้าขาดความร่วมมือที่ดีก็จะทำให้การทำงานของกลุ่มไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร ดังนั้นในการ

ทำกิจกรรมกลุ่มจึงมีจุดมุ่งหมายที่จะเสริมสร้างคุณลักษณะที่ดีให้แก่สมาชิกกลุ่ม ให้มีทักษะที่จำเป็นในการทำงานร่วมกับบุคคลอื่น

2.3 ประโยชน์ ขนาด เวลาและจำนวนครั้ง ลำดับขั้นตอน เทคนิคและการสื่อสารที่ใช้ในการจัดกิจกรรมกลุ่ม

2.3.1 ประโยชน์

การทำกิจกรรมกลุ่มนั้น มีคุณค่าสำหรับสมาชิกในกลุ่มอีกมากมายเพราะในขณะดำเนินกิจกรรมกลุ่มนั้น บุคคลจะมีความเจริญงอกงาม เพิ่มความมั่นใจในตนเอง มีความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเอง (Self concept) ดีขึ้น เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า (ทมเพชร ฉัตรสุกกุล, 2546) ซึ่งทางด้านการศึกษานั้น มีการนำกิจกรรมกลุ่มไปใช้เพื่อให้นักเรียนได้มีโอกาสใช้ความสามารถของตนเอง การรู้จักการให้และการรับ การร่วมมือ และการแบ่งปัน อันเป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติในอนาคตต่อไป ดังนั้นจึงมีผู้เสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการทำกิจกรรมกลุ่มไว้ ดังนี้

พนม ลิ้มอารีย์ (ม.ป.ป. อ้างถึงใน การะเกด ดวงดาว 2546) ได้สรุปไว้ดังนี้

1. เป็นที่ช่วยฝึกทักษะในการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น เช่น เด็กวัยรุ่นที่ต้องการคบเพื่อนต่างเพศ แต่มีความรู้สึกเคอะเขิน หากเด็กได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน ปฏิกริยาดังกล่าวจะค่อย ๆ หายไปและเป็นปกติได้
2. เป็นที่ช่วยฝึกทักษะในการคิดพิจารณาและแก้ไขปัญหาคำต่าง ๆ โดยการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ทศนคติ ความคิดเห็น รวมทั้งให้กำลังใจซึ่งกันและกัน นอกจากนี้ยังเป็นการสะท้อนให้สมาชิกได้พิจารณาเห็นแนวทางการปรับปรุงแก้ไขตนเอง
3. กลุ่มเสริมสร้างความมีระเบียบวินัยให้เกิดขึ้นกับตนเอง มีคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมต่าง ๆ ที่สังคมยอมรับ เมื่อสมาชิกเข้ากลุ่มจะต้องปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ร่วมกัน เพราะสมาชิกมีความต้องการแสวงหาการยอมรับจากกลุ่ม และต้องการความรักความผูกพันเป็นเจ้าของกลุ่ม
4. กลุ่มช่วยให้สมาชิกเกิดความรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย ให้กำลังใจ ให้การยอมรับ อย่างไม่มีเงื่อนไข ให้การช่วยเหลือ สนับสนุน

จากประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มที่กล่าวมา สามารถสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มนั้นสามารถช่วยปรับเปลี่ยนเจตคติ ทศนคติ ความสนใจ และพฤติกรรมให้เป็นไปในลักษณะที่เหมาะสมได้ และช่วยฝึกทักษะต่าง ๆ ที่จะช่วยให้สมาชิกกลุ่มสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

2.5.2 ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในการจัดกิจกรรมกลุ่ม

ขนาดของกลุ่มเป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งในการมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างสมาชิก กลุ่มที่มีขนาดแตกต่างกันจะทำให้กระบวนการปฏิสัมพันธ์แตกต่างกันไปด้วย ในกลุ่มที่มีสมาชิกมากเกินไปจนเกินไป สมาชิกจะต้องทำงานซ้ำซ้อนกัน บางคนคาดหวังว่าจะรับผิดชอบทั้งหมด ในขณะที่สมาชิกคนอื่น รู้สึกกับข้อใจที่ไม่มีโอกาสได้ใช้ทักษะที่ตนเองมีอยู่ ขนาดของกลุ่มจึงไม่ควรเกิน 15 คนแต่จะใหญ่เท่าใดขึ้นอยู่กับ

ความจำเป็นของสถานการณ์ จุดมุ่งหมายของกลุ่ม แหล่งที่จะให้ความช่วยเหลือในกลุ่ม และระดับวุฒิภาวะของบุคคลในกลุ่ม

ซึ่งในศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้กลุ่มที่มีขนาด 16 คน ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มทุกคนได้มีโอกาส มีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง

2.5.2 เวลาและจำนวนครั้งในการจัดกิจกรรมกลุ่ม

เวลาและจำนวนครั้งในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้กิจกรรมกลุ่มประสบผลสำเร็จ ซึ่งได้มีผู้กล่าวถึงเวลาและจำนวนครั้งในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มไว้ ดังนี้

Trotzer (1989 อ้างถึงใน การะเกด ควงดา, 2546) ให้ความเห็นไว้ว่า ในการจัดกิจกรรมกลุ่มในสถานศึกษานั้น การจะกำหนดเวลาและจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม จำเป็นต้องพิจารณาถึงการจัดเวลาเรียนของสถานศึกษาด้วย โดยส่วนมากในโรงเรียนจะจัดเวลาเป็นคาบ คาบละ 50 นาที ซึ่งจะช่วยกำหนดเวลาได้ว่า ควรใช้เวลาในการเข้ากลุ่มนานเท่าใด จำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม ก็ขึ้นอยู่กับเป้าหมายของกลุ่มและธรรมชาติของสมาชิกกลุ่ม แต่อย่างน้อยที่สุดจำนวนครั้งที่ควรเข้ากลุ่ม ไม่ควรต่ำกว่า 8 ครั้ง และหากมากกว่านี้ได้ก็ถือว่าเป็นสิ่งที่ดี สำหรับในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เวลาในการทำกิจกรรมกลุ่มครั้งละ 45-60 นาที เนื่องจากผู้วิจัยยึดเรื่องพัฒนาการของบุคคลเป็นสำคัญด้วย

2.5.3 ลำดับขั้นตอนในการจัดกิจกรรมกลุ่ม

จากการศึกษาลำดับขั้นตอนในการทำกิจกรรมกลุ่มได้ข้อสรุปดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ คือ การปูพื้นฐานสมาชิกมีความพร้อมในการทำกิจกรรมกลุ่ม หรือการสร้างบรรยากาศที่เหมาะสมและเอื้อต่อการเรียนรู้ตามมา

ขั้นที่ 2 ขั้นกิจกรรม คือ การให้สมาชิกลงมือปฏิบัติกิจกรรมที่เตรียมไว้ เพื่อให้เกิดประสบการณ์ตรง ที่จะสามารถนำมาวิเคราะห์ได้ในภายหลัง

ขั้นที่ 3 ขั้นอภิปรายและวิเคราะห์ คือ การให้สมาชิกได้มีโอกาสแสดงความรู้สึก ความคิดเห็น หลังจากที่ได้ทำกิจกรรมเสร็จไปแล้ว ในขั้นนี้ ผู้นำกลุ่มจะต้องเป็นผู้นำทางช่วยให้สมาชิกได้วิเคราะห์พฤติกรรมต่าง ๆ และอภิปรายร่วมกันจนเกิดการเรียนรู้ตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

ขั้นที่ 4 ขั้นประยุกต์ใช้และสรุป คือ เมื่อสมาชิกได้เกิดความเข้าใจตามที่ต้องการแล้ว ผู้นำกลุ่มจะต้องช่วยกระตุ้นให้สมาชิกคิดต่อไปถึงการนำเอาการเรียนรู้ที่ได้รับไปใช้ในชีวิตจริง แล้วผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มช่วยกันสรุปถึงการเรียนรู้ทั้งหมดที่เกิดขึ้น

2.5.4 เทคนิควิธีการที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

ในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มสามารถใช้เทคนิคต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความสำเร็จได้หลายวิธี และสามารถนำไปใช้แตกต่างกันตามความเหมาะสม ซึ่งสุรางค์ ไคว์ตระกูล (2541) และคมเพชร ฉัตรสุกกุล (2546) ได้เสนอเทคนิคการจัดกิจกรรมกลุ่มไว้อย่างสอดคล้องกัน ดังนี้

1. บทบาทสมมติ (Role-playing) เป็นเครื่องมือในการพัฒนาทักษะ และความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในขอบเขตของความสัมพันธ์ของบุคคลโดยการแสดงออกมาในรูปแบบสถานการณ์ ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับปัญหาของชีวิตจริง โดยผู้ที่สวมบทบาทได้แสดงออกตามธรรมชาติ และแสดงความรู้สึกนึกคิดของตนเกี่ยวกับบทบาทนั้นออกมาซึ่งจะช่วยให้สมาชิกได้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น ได้

อย่างลึกซึ้ง ช่วยให้เข้าใจถึงบทบาทที่ต่างไปจากตน เทคนิคนี้จะช่วยเปลี่ยนนิสัยและความรู้สึกเกี่ยวกับบุคคลอื่น อีกทั้งยังช่วยให้รู้ความต้องการที่ซ่อนเร้น (Hidden agenda) ภายในตัวของผู้ที่สวมบทบาทได้อีกด้วย

2. อภิปรายกลุ่ม (Group discussion) เป็นเทคนิคเบื้องต้นในการทำงานกลุ่มซึ่งมีประโยชน์มากเพราะทำให้บุคคลในกลุ่มได้มีโอกาสร่วมมือกันอย่างเสรี สมาชิกจะมีพัฒนาการในเรื่องความนับถือในความคิดของบุคคลอื่น ความสำคัญอีกประการหนึ่ง คือ การป้องกันไม่ใหสมาชิกในกลุ่มต้องตามความคิดของคนในกลุ่มมากเกินไป แต่จะต้องให้แสดงความคิดเห็นของตนได้ การอภิปรายกลุ่มจะช่วยให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ในสังคม การบูรณาการความคิดและก่อให้เกิดสัมพันธภาพซึ่งกันและกัน

3. เกม (Game) เป็นกิจกรรมที่ใหสมาชิกเข้าไปอยู่ในสถานการณ์ที่ได้ทำการตกลงกันที่จะปฏิบัติตามเงื่อนไข เพื่อให้เป็นไปตามเป้าหมายที่ต้องการ ซึ่งมีผลเป็นการแพ้ ชนะ การเล่นเกมจะช่วยให้สมาชิกได้เรียนรู้ยุทธวิธี เทคนิคต่างๆ ที่จะเอาชนะอุปสรรคและได้ฝึกฝนทักษะที่ต้องการ รวมทั้งช่วยให้เกิดความสนุกสนานอีกด้วย องค์ประกอบของเกมมีดังนี้

3.1 กติกา เพื่อให้สมาชิกได้ทำกิจกรรมอย่างมีระเบียบเรียบร้อย บรรลุจุดมุ่งหมายที่ต้องการ โดยไม่ต้องพะวงกับสิ่งนอกประเด็น

3.2 วิธีการ เป็นขั้นตอนของการเล่น ซึ่งจะมีผลต่อบรรยากาศของการเล่นเกม

3.3 จุดมุ่งหมายของเกม เป็นเป้าหมายที่ผู้นำกลุ่มต้องการให้สมาชิกได้บรรลุถึงจุดมุ่งหมาย

3.4 อารมณ์ การแสดงออก และการใช้ความคิด เป็นพฤติกรรมและความรู้สึกที่สมาชิกได้เล่นเกม ได้แสดงออกและรับรู้ซึ่งกันและกัน

4. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นการนำเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจริงมาดัดแปลงใช้เป็นสื่อในการให้สมาชิกได้ศึกษาวิเคราะห์และอภิปรายร่วมกัน เพื่อสร้างความเข้าใจและฝึกฝน ทำให้มีความสามารถในการเรียนรู้มากขึ้น

5. กลุ่มย่อย (Small group) การใช้กลุ่มย่อยจะช่วยเปิดโอกาสให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างทั่วถึง ทำให้สมาชิกได้เรียนรู้ เข้าใจกันและกันทั้งด้านความรู้สึก พฤติกรรม การปรับตัว การมีปฏิสัมพันธ์ การเรียนรู้บทบาทหน้าที่ การแก้ปัญหาและการตัดสินใจร่วมกัน อีกทั้งยังได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ความรู้ ความคิด ระหว่างสมาชิกด้วยกันอีกด้วย

การเลือกใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการนำไปจัดกิจกรรมกลุ่มนั้น ควรคำนึงถึงจุดมุ่งหมายหรือเป้าหมายของการจัดกิจกรรมกลุ่มเป็นหลัก รวมถึงถึงจำนวนสมาชิกในกลุ่มด้วย เทคนิคในการจัดกิจกรรมกลุ่มนั้นถือว่าเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้การจัดกิจกรรมนั้นบรรลุเป้าหมายของกลุ่มได้

3. พัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ และสังคมของเด็กวัยประถมศึกษา

พัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ สังคม เป็นพัฒนาการสำคัญอีกด้านหนึ่งในการดำรงชีวิต เมื่อเผชิญต่อสิ่งเร้าและปัญหาต่าง ๆ และอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข พัฒนาการทั้ง 3 ด้านจะกลมกลืนและเอื้อต่อกัน พัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ สังคมจะเกิดขึ้นโดยลำดับตั้งแต่วัยทารก และเมื่อเข้าสู่ปฐมวัยพัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ สังคมมี

ความก้าวหน้าขึ้น เด็กจะเป็นตัวของตัวเองและอยากทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง แต่ยังมีความใกล้ชิดกับพ่อแม่ และมีความสัมพันธ์กับคนอื่นมากขึ้น ซึ่งจะเชื่อมต่อไปเมื่อเด็กเข้าสู่วัยเด็กตอนกลาง หรือเด็กวัยประถมศึกษา (6-12 ปี) เด็กวัยนี้เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงในหลาย ๆ ด้าน ได้แก่ เริ่มเข้าโรงเรียนอย่างเป็นทางการ สามารถพัฒนาทักษะต่าง ๆ ได้ง่าย เป็นวัยที่ดูดซับค่านิยม วัฒนธรรม และสิ่งต่าง ๆ รอบตัว และเป็นวัยที่จะพัฒนาตนไปสู่ความสำเร็จ (Stage of Industry) พัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ และสังคมของเด็กวัยนี้ ประกอบด้วย การให้ความหมายต่อตัวเอง (Self concept) การสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง (Self esteem) การสร้างความสามารถทางจิตสังคม (Psychosocial competence) ที่เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสม ที่ทำให้ตนเองพึงพอใจและเป็นที่ยอมรับในสังคม พัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ และสังคมที่เหมาะสมของเด็กวัยนี้จะนำไปสู่พัฒนาการที่ดีในช่วงวัยรุ่นต่อไป

จุดเริ่มต้นของพัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ และสังคมของวัยเด็กตอนกลาง (Middle Childhood) คือค้นหาคุณลักษณะเฉพาะด้านจิตใจของเด็ก คือการให้ความหมายต่อตัวเอง หรือ Self concept พร้อมพัฒนาแนวคิดที่ว่าตัวเองเป็นใคร และอยากเป็นใคร ซึ่งนำไปสู่การสร้างความรู้สึกมีคุณค่าของตนเอง หรือความนับถือตนเอง หรือความภาคภูมิใจในตนเองนั่นเอง (Self esteem) ทั้งในด้านความสำคัญ ความสารถ คุณความดี และพลังอำนาจ ซึ่งวัยนี้เป็นช่วงสำคัญของการพัฒนาเรื่องนี้ ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองนี้เกิดจากการที่คนเราให้คุณค่าของทักษะความสามารถในเรื่องต่าง ๆ ของตนเอง รวมทั้งการได้รับการสนับสนุนจากบุคคลรอบข้างที่มีความหมายต่อตนเอง เช่น พ่อแม่ พี่น้อง ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองจะเป็นผลต่อพฤติกรรมต่าง ๆ ของเด็กในอนาคต และมีความสัมพันธ์กับความสามารถเชิงจิตสังคมของบุคคลที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง ดังนั้น การตอบสนองความต้องการของเด็กที่ไม่เหมาะสม หรือการเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสม จะนำไปสู่พัฒนาการด้านสังคมที่ไม่สมบูรณ์ ขาดความนับถือตนเอง ก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา ได้แก่ การใช้สารเสพติด พฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง การฆ่าตัวตาย การหนีโรงเรียนหรือหนีออกจากบ้าน การถูกการทำรุนแรงหรือทารุณกรรม การตั้งครรภที่ไม่พึงประสงค์ การก่ออาชญากรรม เป็นต้น (ศิริกุล อิศรานุรักษ์และคณะ, 2547)

ช่วงวัยเด็กตอนกลางเป็นช่วงที่เด็กจับกลุ่มกับเพื่อนที่เป็นเพศเดียวกันเป็นส่วนมาก การที่เด็กเริ่มสามารถจับกลุ่มได้นั้น ทำให้เด็กได้เรียนรู้การอยู่ร่วมกับผู้อื่นที่ไม่ใช่บุคคลในครอบครัว รู้จักเคารพกฎเกณฑ์ระเบียบ รู้จักมารยาทสังคม รู้จักนิสัยใจคอของเพื่อน ลคนนิสัยเด็ก ๆ ลง เนื่องจากกลุ่มเพื่อร่วมวัยมีบทบาทอย่างมากต่อชีวิต ต่อความเจริญของเด็กๆวัยนี้ เด็กต้องการเข้าร่วมกลุ่ม เด็กจึงพยายามหาวิธีปฏิบัติเพื่อให้เพื่อนต้อนรับเข้ากลุ่ม ความอยากเป็นสมาชิกของกลุ่มและให้กลุ่มยอมรับ มีอิทธิพลต่อพัฒนาการทางด้านอารมณ์ของเด็กด้วย เด็กเรียนรู้ว่าการแสดงออกของอารมณ์ทุกอย่างที่เกิดขึ้นกับตน โดยไม่เลือกสถานที่ เวลา บุคคล เหมือนวัยที่ผ่านมาเมื่ออยู่ที่บ้านนั้นไม่เป็นที่ยอมรับจากผู้ใหญ่นอกบ้าน จากเพื่อนทั้งในกลุ่มและนอกกลุ่ม ดังนั้นเหตุการณ์จะบังคับให้เด็กรู้จักควบคุมอารมณ์ และเลือกแสดงออกอย่างเหมาะสม ในแบบที่สังคมและเพื่อนยอมรับ เด็กสามารถควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้นน้อยเพียงไร แสดงอารมณ์ออกมาอย่างไรนั้น อยู่ใต้อิทธิพลหลายประการ เช่น อิทธิพลของกลุ่มหรือวัฒนธรรมกลุ่ม ความรู้สึกผูกพันกับกลุ่ม ความรู้สึกอยากเป็นสมาชิกของกลุ่ม สังคมวัฒนธรรมของโรงเรียนและครอบครัว

การรวมกลุ่มทำให้เด็กได้รับการตอบสนองด้านความต้องการทางสังคมขั้นพื้นฐาน เช่น ค่ายกย่อง การได้เป็นคนสำคัญ ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ ความรู้สึกอยากให้มีผู้สนใจร่วมกิจกรรมกับตน ตนได้มีโอกาสร่วมและรับรู้ในกิจกรรมของผู้อื่น ความมั่นคงทางจิตใจ ความรู้สึกว่ามีเจ้าของและเป็นเจ้าของ ความรู้สึกว่ามีเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุขกับเรา ฯลฯ เนื่องจากกลุ่มมีความสำคัญต่อพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็กวัยนี้ดังกล่าว การ

สนับสนุนให้เด็กได้เข้ากลุ่มที่เหมาะสมกับคนจึงเป็นสิ่งที่พึงกระทำ มิฉะนั้นแล้วเด็กอาจไม่มีพัฒนาการสมวัย อาจสูญเสียประสบการณ์หลาย ๆ อย่างในชีวิตที่เด็กพึงได้รับไปอย่างน่าเสียดาย (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2545) ที่มีหน้าที่ปกครองดูแลเด็กนอกจากควรสนับสนุนเขาแล้วยังควรแนะนำช่วยเหลือให้โอกาสเด็กสร้างกลุ่ม ที่เป็นช่องทางให้เด็กได้เรียนรู้จักโลก สังคม และชีวิตอีกด้วย

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

4.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต

Jones et. al. (1960 อ้างถึงใน กาญจนา ไชยพันธุ์, 2547) ได้ศึกษาพัฒนาการด้านความรับผิดชอบของเด็กอายุ 9-10 ปี ว่าจะมีความความรับผิดชอบน้อย ช่วงความรับผิดชอบของเด็กวัยนี้จะแตกต่างกันมาก และเมื่อเด็กอายุ 11-13 ปี เด็กจะมีความรับผิดชอบสูงขึ้นเรื่อย ๆ จนถึงอายุ 16-17 ปี ความรับผิดชอบจะคงที่อีกครั้ง

Gilchrist และ Maxwell (1987 อ้างถึงใน Mootell และ Wodarski, 1997) ที่รายงานว่า ทักษะชีวิตจะช่วยพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองในวัยรุ่น เพิ่มความสามารถในการแก้ปัญหา การติดต่อสื่อสารอย่างตรงไปตรงมา และรู้จักการควบคุมอารมณ์และความรู้สึกส่วนตัว การจัดการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาทักษะชีวิตนั้นจึงต้องเป็นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ซึ่งการเรียนรู้ด้วย กิจกรรมกลุ่มก็เป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม การใช้กิจกรรมกลุ่มนั้นจะช่วยให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมสูงสุดและทำให้บรรลุงานสูงสุด อีกทั้งยังทำให้เกิดความเข้าใจในตนเองและบุคคลอื่นมากขึ้น

Moganett (1994 อ้างถึงใน เพ็ญเพ็ญ เอี่ยมละออ, 2542) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับทักษะการดำเนินชีวิต โดยการจัดเป็นกิจกรรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษา จากการศึกษากิจการกลุ่มเพื่อเสริมสร้างสุขภาพจิต ได้ให้ข้อเสนอแนะว่า การพัฒนาทักษะทางสังคมและทักษะชีวิตเป็นสิ่งสำคัญที่อยู่เบื้องหลังของการเสริมสร้างสุขภาพจิตในเด็กนักเรียน

Eggert et al (1994 อ้างถึงใน ประภาวดี แสนลีลา, 2543) ได้ทำการวิจัยทดลองในการนำทักษะชีวิต เพื่อป้องกันการคิดสารเสพติดในเด็กนักเรียนระดับมัธยมศึกษา โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนที่มีความเสี่ยงสูงในการที่จะออกจากโรงเรียนกลางคัน มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ซึ่งกลุ่มทดลองจะได้รับ โปรแกรมทักษะชีวิตด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ประกอบกับแรงสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อนในช่วงเวลา 5 เดือน แล้ววัดผลครั้งที่ 1 และติดตามผลต่ออีก 5 เดือนต่อมา ผลการวิจัยพบว่า สามารถลดการใช้สารเสพติดของนักเรียนได้

Junge, Manglallan และ Raskauskas. (2003) ที่ทำการศึกษาเรื่อง เสริมสร้างทักษะชีวิตหลังเลิกเรียน โดยการเรียนรู้แบบด้วยประสบการณ์และการร่วมมือกันเรียนรู้ แสดงให้เห็นว่า ทักษะชีวิตเป็นเครื่องมือที่ทำให้เด็กสามารถตอบสนองต่อสถานการณ์ที่หลากหลายในชีวิต ตลอดจนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ พร้อมทั้งกล่าวว่า ทักษะชีวิตไม่ใช่ความสามารถด้านการศึกษา ความรู้ และทัศนคติ แต่เป็นพฤติกรรมการเรียนรู้เพื่อประสบผลสำเร็จในสังคม ทักษะชีวิตช่วยให้บุคคลประยุกต์ใช้กับสถานการณ์ต่าง ๆ ของชีวิตได้ ไม่ว่าจะเป็นที่บ้าน โรงเรียน ที่ทำงานและอื่น ๆ ซึ่งวิธีการพัฒนาทักษะชีวิตมีผลให้เด็กพัฒนาความรู้สึกรู้เห็นคุณค่าในตนเองให้สูงขึ้น

เรียนรู้การทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม รู้จักการระงับความรู้สึก การแก้ไขปัญหา และนำมาซึ่งประสบการณ์ใหม่ ๆ

วิวัฒน์ รักษาเคน (2531 อ้างถึงใน กาญจนา ไชยพันธุ์, 2547) ได้ศึกษาเพื่อเปรียบเทียบความรับผิดชอบและความสามารถในการแก้ปัญหาของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาในจังหวัดขอนแก่น ประชากรคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3-6 ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 432 คน ปรากฏว่านักเรียนหญิงมีความสำนึกรับผิดชอบรวมทุกด้านสูงกว่านักเรียนชาย นักเรียนที่มีบิดา-มารดา มีระดับการศึกษาต่ำกว่า และยังปรากฏอีกว่า ความสำนึกในความรับผิดชอบมีความสัมพันธ์กันในทางบวกกับความสามารถในการแก้ปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สมชาย ตริทิพิศิริศัล (2533 อ้างถึงใน กาญจนา ไชยพันธุ์, 2547) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อการพัฒนาความรับผิดชอบต่อน้ำที่การทำงานของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนหนองหญ้าขาว จังหวัดขอนแก่น กลุ่มตัวอย่าง 20 คน เป็นกลุ่มทดลอง 10 คน และกลุ่มควบคุม 10 คน ปรากฏว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนความรับผิดชอบต่อน้ำที่การทำงานสูงขึ้นจากการประเมิน โดยแบบสอบถามความรับผิดชอบต่อน้ำที่การทำงาน และจากแบบประเมินพฤติกรรมความรับผิดชอบต่อน้ำที่การทำงาน โดยอาจารย์ผู้สอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บุญเตือน ปั่นแสง (2535 อ้างถึงใน กาญจนา ไชยพันธุ์, 2547) ได้ศึกษาผลการใช้กลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อความรับผิดชอบของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านวังตาคราชราษฎร์อุทิศ จังหวัดพิษณุโลก กลุ่มตัวอย่าง 24 คน เป็นกลุ่มทดลอง 12 คน และกลุ่มควบคุม 12 คน ปรากฏว่า นักเรียนที่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์มีความรับผิดชอบสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พิชารณ จันทนกุล (2541) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อเรื่องสุขภาพ ทักษะชีวิตกับพฤติกรรมในการป้องกันโรคเอดส์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีความเชื่อด้านสุขภาพและพฤติกรรมป้องกันโรคเอดส์อยู่ในระดับปานกลาง และมีทักษะชีวิตในระดับสูง ตัวแปรที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมป้องกันโรคเอดส์ได้แก่ ค่าใช้จ่ายที่ได้รับ ความเชื่อเรื่องสุขภาพ การรับรู้ความรุนแรง การรับรู้ประโยชน์ อุปสรรคและทักษะชีวิต โดยตัวแปรที่สามารถทำนายพฤติกรรมได้ คือ ทักษะชีวิต ด้านเจตคติ การรับรู้ความรุนแรงของโรคเอดส์ ทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพและการสื่อสาร การรับรู้ประโยชน์-อุปสรรคของการปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคเอดส์

สุจินดา สุขกำเนิดและ คณะ (2541 อ้างถึงใน ประภาวดี แสนสีลา, 2543) ศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนากระบวนการเรียนรู้และความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวเพื่อจัดระบบการป้องกันและรองรับผู้ป่วยเอดส์ในชุมชนอีสานซึ่งส่วนหนึ่งของการงานวิจัยในการพัฒนาพฤติกรรมใหม่ในการป้องกันโรคเอดส์คือการพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันเอดส์ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 โดยใช้ทักษะชีวิตด้านเจตคติ คือรู้สึกเห็นใจผู้ติดเชื้อและผู้ป่วยเอดส์ตระหนักว่าเพศและเอดส์เป็นปัญหาใกล้ตัว สร้างค่านิยมทางเพศที่พึงประสงค์ในเรื่องค่านิยมการเลือกคู่ครอง ตระหนักต่อการสร้างครอบครัวที่อบอุ่น ค่านิยมทางเพศที่เหมาะสม ส่วนทักษะชีวิตด้านทักษะ ใช้ทักษะการสื่อสาร โดยใช้ทักษะการปฏิเสธและทักษะการหาทางออก การดำเนินการโดยการจัดอบรม 2 วัน และประเมินผลการสอนก่อน-หลังการอบรม ในชั้นป. 5 พบว่า ไม่พบความแตกต่างระหว่างก่อนและหลังอบรม แต่ถ้าวิเคราะห์ในกลุ่มย่อยในกลุ่มลักษณะทางจิตจำจะมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น ซึ่งผู้วิจัยวิเคราะห์ว่าเกิดจาก

แบบวัดที่ใช้ เนื่องจากคำถามส่วนใหญ่เป็นเชิงปฏิเสธ ทำให้สับสนในการตอบ จึงสมควรพัฒนาแบบวัดและควรเลือกนักเรียนที่มีลักษณะทางจิตต่ำเข้าอบรม เพราะนักเรียนที่มีลักษณะทางจิตสูงอาจทำให้สับสนได้

กลุ่มงานจิตเวช สาธารณสุขจังหวัดกาฬสินธุ์ (2542) จัดทำโครงการค่ายแกนนำเยาวชนการดำเนินงานป้องกันยาเสพติดในโรงเรียน โดยการนำนักเรียนจำนวน 50 คน เข้าค่ายอบรมใช้ระยะเวลา 3 วัน โดยการสอนทักษะชีวิตในด้านการเห็นใจผู้อื่น เพื่อก่อให้เกิดการป้องกันสารเสพติดด้วยตัวเอง และขยายผลโดยกระตุ้นเตือนเพื่อน ๆ ในโรงเรียนที่ไม่ได้เข้าค่าย ให้มีพฤติกรรมในการป้องกันยาเสพติดด้วย

ฉัตรลดา กาญจนสุทธิแสงและวิมล روما (2545 อ้างถึงใน สัมฤทธิ์ ตันเต, 2547) ได้ทำการศึกษาผลของการดำเนินงานโครงการ “เตรียมอย่างไร โตอย่างไร” โดยกระบวนการเรียนการสอนทักษะชีวิต ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 40 คน และครู 20 คน ซึ่งการศึกษาใช้ทั้งวิธีการเชิงคุณภาพและการศึกษาเชิงสำรวจในการศึกษาเชิงคุณภาพเป็นการศึกษาความรู้ เจตคติ และทักษะในด้านครอบครัวศึกษา เพศศึกษา และยาเสพติด ซึ่งผลการศึกษาพบว่านักเรียนในเขตกรุงเทพมหานครยังไม่มีความรู้เรื่องเพศสัมพันธ์ และยาเสพติด แต่นักเรียนในเขตปริมณฑลบางส่วนมีความรู้ในการมีเพศสัมพันธ์และยาเสพติด ซึ่งนำการศึกษามาปรับปรุงแผนการสอนทักษะชีวิต ในโครงการเตรียมอย่างไร โตอย่างไร ให้สอดคล้องและเหมาะสม ในการศึกษาเชิงสำรวจใช้เครื่องมือ คือแบบทดสอบความรู้ เจตคติ และทักษะก่อนและหลังการอบรม โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 412 คน ซึ่งเป็นนักเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร 92 คน และนักเรียนเขตปริมณฑล 320 คน ผลการศึกษาเชิงสำรวจพบว่า ความรู้ในเรื่องเพศศึกษา การวางแผนครอบครัว การคุมกำเนิด โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และโรคเอดส์ ก่อนการอบรมนักเรียนมีความรู้ในระดับน้อยถึงปานกลาง และหลังการอบรมพบว่าเจตคติของนักเรียนที่มีต่อเอดส์ ยาเสพติด ครอบครัวศึกษา การวางแผนครอบครัว และการคุมกำเนิด รวมทั้งทักษะการปฏิเสธ พบว่าหลังการอบรมนักเรียนมีเจตคติเพิ่มขึ้น และมีทักษะการปฏิเสธดีขึ้น

กฤษณา ศรียมธีรรัตน์ (2544) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษา โดยประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่มีต่อพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดการประถมศึกษา อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีความตระหนักรู้ในตนเอง ทักษะการตัดสินใจและแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ และทักษะการจัดการกับความเครียดได้ดีกว่าก่อนการทดลองและดีกว่ากลุ่มควบคุม

เพียงเพ็ญ เอี่ยมละออ (2542) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาทักษะชีวิตในเยาวชนที่กระทำผิดซ้ำ กลุ่มตัวอย่างเป็นเยาวชนชายที่กระทำผิดซ้ำ และอยู่ระหว่างการฝึกและอบรมที่สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดนครราชสีมา โดยมีคะแนนทักษะชีวิตอยู่ใน ระดับต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ยของกลุ่ม และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 16 ราย แบ่งกลุ่ม ตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง จำนวน 8 ราย และกลุ่มควบคุม จำนวน 8 ราย โดยกลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ ประมาณ 1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมง 30 นาที จำนวน 10 ครั้ง โดยผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดทักษะชีวิต และโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น กลุ่มตัวอย่างได้รับการทดสอบ ก่อนการทดลอง และหลังการทดลองด้วยแบบวัดทักษะชีวิต ผลการวิจัยพบว่า เยาวชนกระทำผิดซ้ำ ที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีคะแนนทักษะชีวิต ในด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง การตัดสินใจอย่างมีเหตุผล การ

ปฏิสตรต่อรอง และการจัดการกับอารมณ์ สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่าเยาวชนกระทำผิดซ้ำ ที่ไม่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม

ยุพิน ชัยราชา (2540) ได้ศึกษาการสร้างชุดกิจกรรมการสอนความรู้ ความตระหนัก และทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยสอนในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต เพื่อเป็นการพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอน และเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างชุดกิจกรรมเรื่องอื่น ๆ ต่อไป กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 30 คน ได้รับชุดกิจกรรมการสอนความรู้ ความตระหนัก และทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ที่สร้างขึ้น ประกอบด้วยกิจกรรมทั้งสิ้น 12 กิจกรรม จากผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีความรู้ ความตระหนักในเรื่องโรคเอดส์ และมีทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์หลังการใช้ชุดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรม

สุชาดา บวรกิตวงศ์ อภิชัย บวรกิตวงศ์และวิรัช ธรรมนารถสกุล (2546) ได้ทำการประเมินโครงการทักษะชีวิตสำหรับเยาวชน ซึ่งมีโรงเรียนที่เข้าร่วมโครงการทั้งสิ้นจำนวน 91 โรงเรียน ประเมินโดยใช้การตรวจเยี่ยมโรงเรียนร้อยละ 20 หรือจำนวน 22 โรงเรียน โดยแบ่งเป็นโรงเรียนในสังกัดกรุงเทพมหานคร 6 โรงเรียน สังกัดการประถมศึกษาแห่งชาติ (สปช.) 8 โรงเรียน สังกัดกรมสามัญศึกษา 8 โรงเรียน แต่ละโรงเรียนจะได้รับการตรวจเยี่ยม 2 ครั้ง สำหรับโรงเรียนที่ไม่ได้รับการตรวจเยี่ยมจะได้รับข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามจำนวน 2 ครั้ง และจากการสัมภาษณ์ทางโทรศัพท์ ผลการประเมินพบว่า ครูเกือบทั้งหมดเห็นว่าหลักสูตรทักษะชีวิตสำหรับเยาวชนเป็นหลักสูตรที่มีแนวคิดทันสมัย มีเนื้อหาดี เหมาะสมกับนักเรียนไทย แต่ก็พบปัญหาและอุปสรรคในการสอนหลักสูตรทักษะชีวิตสำหรับเยาวชนในด้านต่าง ๆ เช่น ปัญหาด้านเวลา ปัญหาด้านสถานที่ ปัญหาด้านครู และปัญหาด้านผู้บริหาร นอกจากนี้พบว่ามึนักเรียนร้อยละ 99.73 ชอบเรียนหลักสูตรทักษะชีวิตสำหรับเยาวชนและนักเรียนมีแนวโน้มที่จะปรับเปลี่ยนไปตามเป้าหมายของหลักสูตร

จากผลการศึกษาวิจัยที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่าการพัฒนาทักษะชีวิตนั้นจะเป็นการพัฒนาเพื่อป้องกันโรคเอดส์และยาเสพติดเป็นจำนวนมาก แต่ยังไม่มีพบว่ามีการศึกษาทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาพัฒนาทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

ทศพร มณีศรีจำ (2524 อ้างถึงใน คมเพชร ฉัตรสุกกุล, 2546) ได้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการนำกิจกรรมกลุ่มไปพัฒนาความสามัคคี ซึ่งทำการทดลองกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนวัดโคกเกตุ (เสริมสมบูรณ์วงศ์) อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เรียนด้วยบทเรียนที่ใช้กิจกรรมกลุ่มมีพัฒนาการการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความสามัคคีสูงขึ้นกว่าก่อนการเรียนด้วยวิธีปกติ

ลัดดาวรรณ ณ ระนอง (2525 อ้างถึงใน คมเพชร ฉัตรสุกกุล, 2546) สนใจเรื่องกิจกรรมกลุ่มและความมีวินัยในตนเอง การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลการทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนทุ่งมหาเมฆ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีการพัฒนาความมีวินัยในตนเองสูงขึ้น ก่อนการทดลองและสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม

จิรวรรณ วัฒนะจิตพงศ์ (2537 อ้างถึงใน กลิ่นบุปผา โสธรชัยวิทย์, 2546) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและสถานการณ์จำลองที่มีต่อทักษะทางสังคม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่านักเรียนมีทักษะทางสังคมดีขึ้นภายหลังเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุภาวดี เรืองคณะ (2543) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลการฝึกกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอรุโณทัย จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งจากผลการวิจัยพบว่า การฝึกกิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลได้ โดยหลังจากการฝึกกิจกรรมกลุ่มแล้วนักเรียนมีคะแนนในการสร้างสัมพันธภาพเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการฝึกกิจกรรมกลุ่ม

กลิ่นบุปผา โสธรชัยวิทย์ (2546) ที่ทำการศึกษารื่องผลของกิจกรรมกลุ่มต่อการพัฒนาเขาวรรณอารมณ์ด้านสมรรถนะส่วนบุคคลและสมรรถนะทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 40 คน ในสังกัดสำนักงานการศึกษาจังหวัดร้อยเอ็ด โรงเรียนบ้านบะเค จำนวน 20 คน โรงเรียนบ้านโพนทอง จำนวน 20 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คน โดยกลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีเขาวรรณอารมณ์ด้านสมรรถนะส่วนบุคคลและด้านสมรรถนะทางสังคมสูงขึ้น หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กระเกด ดวงดาว (2546) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความมีระเบียบวินัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านคอนมูล (สุวรรณสารราษฎร์บำรุง) จังหวัดแพร่ จำนวน 11 คน โดยการใช้กิจกรรมกลุ่มในการเสริมสร้างระเบียบวินัยของนักเรียนจำนวน 10 กิจกรรม เป็นเวลา 5 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มนักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยความมีระเบียบวินัยในด้านการตรงต่อเวลา ด้านการปฏิบัติงานไม่ผิดระเบียบของกลุ่ม ห้องเรียน โรงเรียนและสังคม และด้านการตระหนักรู้และแสดงออกถึงวัฒนธรรมอันดีงามเพิ่มขึ้น

กัลยา สุริย์ (2546) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อส่งเสริมความรับผิดชอบและความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 24 คน ได้ดำเนินการจัดกิจกรรมกลุ่มทั้งหมด 10 กิจกรรม เป็นระยะเวลาจำนวน 6 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่า ความรับผิดชอบและความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนเพิ่มขึ้นหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

นิตยา วิเศษพานิช (2546) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านปงสนุก จังหวัดลำปาง จำนวน 36 คน โดยใช้กิจกรรมกลุ่มจำนวน 10 กิจกรรม ทำการทดลองเป็นเวลา 5 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มนักเรียนมีคะแนนพฤติกรรมกล้าแสดงออก ด้านการพูด การกระทำ และการแสดงความคิดเห็น เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

Artzt (1996) ได้ทำการวิจัยเรื่องการพัฒนาพฤติกรรมการแก้ไขปัญหาโดยการประเมินการสื่อสารในกลุ่มการร่วมมือกันเรียนรู้ โดยทำการศึกษากับนักเรียนตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งเป็นพฤติกรรมการแก้ปัญหาในวิชาคณิตศาสตร์ พฤติกรรมการแก้ปัญหาได้แก่ อ่าน เข้าใจ ค้นหา วิเคราะห์ วางแผน ลงมือทำ พิสูจน์ผล ดูและฟัง โดยใช้กิจกรรมกลุ่มย่อยเป็นเครื่องมือ ซึ่งจากการวิจัยแสดงให้เห็นว่าผลที่เกิดขึ้นเป็นไปในทางบวก กิจกรรมกลุ่มย่อยจะช่วยเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการถาม อธิบายและอื่น ๆ อีกได้มาก

ขึ้น สามารถสรุปได้ว่า กระบวนการเรียนรู้ของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มย่อยนี้จะมีความกระตือรือร้นในการทำงานร่วมกันมากขึ้น จะรู้สึกมีความสุขในกลุ่ม มีปฏิสัมพันธ์กันอย่างเหมาะสมมากขึ้น พร้อมทั้งมีทักษะทางสังคมในการทำกิจกรรมกลุ่มย่อยอีกด้วย

จากผลการศึกษาวิจัยที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่ากิจกรรมกลุ่มนั้นช่วยพัฒนาในเรื่องการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความสามัคคี และการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลที่เพิ่มขึ้น ดังนั้นจึงเป็นที่น่าสนใจศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ความตระหนักในตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น ความภาคภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ว่าผลที่ได้จะเป็นอย่างไร