

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษา ผลของการใช้โปรแกรมทักษะชีวิตลดพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎิ์ อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมทักษะชีวิตลดพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎิ์ อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎิ์ อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา ซึ่งมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียน จำนวน 12 คน ได้มาโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย สุ่มเข้ากลุ่มแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ แบบประเมินพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียน แบบบันทึกและสังเกตพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียน และโปรแกรมฝึกทักษะชีวิต ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูล แล้วนำมาวิเคราะห์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป เอส พี เอส เอส สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำสององค์ประกอบ ประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่ม และหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม ถ้าพบความแตกต่างทำการทดสอบความแตกต่างด้วยวิธีทดสอบรายคู่ แบบนิวแมน-คูลส์

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

5. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการฝึกทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียน ระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

6. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการฝึกโปรแกรมทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียน ระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังนี้

1. การทดสอบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะการทดลอง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะของการทดลอง กล่าวคือ ระยะก่อนการทดลองคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนของทั้ง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน เนื่องจากผู้วิจัยได้ทำการสุ่มอย่างง่าย โดยวิธีการจับฉลาก แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทำให้กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ต่างก็มีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนไม่แตกต่างกัน แต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลนั้นให้ผลต่างกันไป โดยในระยะหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะชีวิต สามารถลดพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนได้ทั้งนี้ เป็นเพราะว่าโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิต เป็นโปรแกรมที่ฝึกให้นักเรียน ได้มีความสามารถ ที่จะทำให้สามารถจัดการกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยการแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม สามารถจัดการกับปัญหาหรืออุปสรรคต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้อง ตลอดจนสร้างสรรค์เปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ให้ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พิมพิไล บุญยัง (2540, หน้า 141) ที่ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาเสพติดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดนราธิวาส พบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีทักษะการตัดสินใจไม่ลองเสพยาเสพติด ทักษะการแก้ไขปัญหาเผชิญแรงกดดันจากเพื่อน และทักษะการปฏิเสธเพื่อนชักชวนให้เสพยาเสพติด และพฤติกรรมในการป้องกันการเสพยาเสพติดดีกว่าก่อนการทดลองและดีกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และยิ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ นิตยา เพ็ญศิริณา (2538, หน้า 109-110) ศึกษาการสร้างพลังในโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตเพื่อลดการสูบบุหรี่ และศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนในจังหวัดสุพรรณบุรี พบว่าในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล นักเรียนมีพฤติกรรมสูบบุหรี่เป็นประจำต่ำ ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมนั้นไม่ได้รับการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะชีวิต ทำให้ขาดโอกาสที่จะเรียนรู้ ทักษะต่าง ๆ ใน

การปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรม จึงเป็นสาเหตุให้คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนในแต่ละระยะเวลาไม่ต่างกัน

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น จึงทำให้ มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่านักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง ทั้งนี้เป็นเพราะว่ากลุ่มทดลองซึ่งได้รับการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะชีวิต ซึ่งมีระบบ ขั้นตอน ได้รับการฝึกทักษะชีวิต มีโอกาสที่จะเรียนรู้ทักษะพื้นฐานต่าง ๆ ตามโปรแกรมที่กำหนด ด้วยการมีส่วนร่วมในการแสดงบทบาทสมมติ การอภิปราย การทำงานกลุ่ม ทำให้เกิดความเข้าใจแนวคิดและแบบอย่างที่ดีในการเรียนรู้ทักษะพื้นฐาน เหล่านั้นมาปรับตัว และจัดการแก้ไขพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนของตนเองได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ รัตนา ดอกแก้ว (2539, หน้า ก-ข) ได้ศึกษาผลของการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ของนักเรียนอาชีวศึกษา จังหวัดแพร่ ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงคะแนนเฉลี่ยด้านทักษะการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล ทักษะการปฏิเสธต่อรอง ทักษะการพัฒนาปรับเปลี่ยนทัศนคติและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากเหตุผลที่ได้กล่าวมาพอสรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะชีวิต และนักเรียนกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนแตกต่างกันในระยะหลังการทดลอง กล่าวคือ นักเรียน ที่ได้รับการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะชีวิต มีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนต่ำกว่ากลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลอง

3. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่านักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนต่ำกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล ทั้งนี้เพราะผลจากการฝึกทักษะชีวิต เป็นกระบวนการที่มีขั้นตอน เป็นกระบวนการที่ให้นักเรียนได้ฝึกคิด ปฏิบัติอย่างต่อเนื่องด้วยตนเอง ในการคิดวิเคราะห์ปัญหา ตลอดจนนักเรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมไม่ได้ฝึกทักษะที่จำเป็นอย่างมีรูปแบบที่เหมาะสม และชัดเจน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของ กัลยา เฟื่องเพียร (2534, บทคัดย่อ)

ที่ได้ทำการวิจัยเรื่อง การฝึกอบรมทักษะการดำเนินชีวิตเพื่อเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 2 มหาวิทยาลัยพายัพ พบว่า ในระยะติดตามผลกลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่า กลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนั้นแม้เวลาผ่านไป 2 สัปดาห์ หลังการทดลอง เมื่อสังเกตพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนของนักเรียน ผลปรากฏว่า คะแนนเฉลี่ย พฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในระยะติดตามผล ต่ำกว่ากลุ่มควบคุมซึ่งไม่ได้รับการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะชีวิต นั่นคือ โปรแกรมการฝึกทักษะชีวิต ส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนลดลงอย่างต่อเนื่องมั่นคงถาวร แม้เวลาจะผ่านไปแต่นักเรียนยังคงมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนต่ำกว่ากลุ่มควบคุม

4. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียน ในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่านักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียน ในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง ทั้งนี้เพราะว่าการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตได้มีกิจกรรมต่าง ๆ ที่หลากหลาย โดยให้เด็กเป็นผู้เข้าร่วมกิจกรรม และฝึกปฏิบัติด้วยตนเอง ตลอดทั้งยังเรียนรู้ด้วยตนเอง กิจกรรมที่สมาชิกได้มีส่วนร่วมในการกระทำ เช่น กิจกรรมทักษะชีวิต เรื่อง ทักษะความคิดอย่างมีวิจารณญาณ จะทำให้รู้จักวิเคราะห์ พฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น ตลอดจนวิเคราะห์สถานการณ์ต่าง ๆ สามารถบอกผลดี ผลเสีย ของการปฏิบัติ หรือการแสดงพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจึงสามารถที่ตัดสินใจเลือกปฏิบัติพฤติกรรมอัน พึงประสงค์ หรือพฤติกรรมที่ถูกต้องได้ สอดคล้องกับการวิจัยของ ยุพิน ชัยราชา (2541, หน้า 72) ที่ได้ทดลองใช้ชุดกิจกรรมการสอนความรู้ความตระหนัก และทักษะชีวิต เพื่อป้องกันโรคเอดส์ หลังการใช้กลุ่มทดลองมีทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนการทดลอง และสอดคล้องกับแนวคิดขององค์การอนามัยโลก ที่ให้ความสำคัญกับทักษะชีวิตว่า ทักษะชีวิตเป็นเสมือนตัวเชื่อมโยงระหว่างความรู้ ทักษะ ค่านิยม ซึ่งเป็นปัจจัยด้าน แรงจูงใจกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์อันจะนำไปสู่การป้องกัน พฤติกรรมเสี่ยงและพฤติกรรม ที่เป็นปัญหาในเบื้องต้นได้(WHO, 1994 p.4) จึงสรุปได้ว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะชีวิต ในระยะหลังการทดลองมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนลดลงจากระยะก่อนการทดลอง

5. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 ที่ว่า นักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตมีพฤติกรรม

ไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนระยะติดตามผลต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง นั้นเพราะว่าโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิต สามารถที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ เนื่องด้วยโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตนั้น ประกอบด้วยการกระทำและประสบการณ์ ซึ่งเป็นการเรียนรู้ที่แตกต่างจากการเรียนรู้แบบบรรยาย อันจะเป็นการช่วยให้นักเรียนได้รู้จักคิดพิจารณาหาวิธีการแก้ไขปัญหเกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ ได้อย่างถูกวิธี อันส่งผลให้นักเรียนเกิดพฤติกรรมอย่างถาวร จึงทำให้ในระยะติดตามผล นักเรียนยังคงมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง สอดคล้องกับการศึกษาของ ดอย (Doi, 1993, pp. 73-78) ศึกษาโปรแกรมป้องกันการสูบบุหรี่กับนักเรียนในสถานศึกษาระดับเกรด 7 โดยวิธีการใช้รูปแบบจิตวิทยาสังคม รวมทั้งการสอนทักษะการปฏิเสธ เพื่อต่อต้านการสูบบุหรี่ของสังคม ผลการวิจัยพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีความรู้ เข้าใจในทักษะการปฏิเสธเพิ่มมากขึ้น จากนั้นได้มีการติดตามผลหลังจากการให้กิจกรรม 1 เดือน และอีก 1 ปี ต่อมาพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองยังคงมีทักษะการปฏิเสธเพื่อการไม่สูบบุหรี่ได้เช่นเดิม

นั่นคือ โปรแกรมการฝึกทักษะชีวิต ส่งผลให้นักเรียนมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนลดลงอย่างต่อเนื่องมันคงถาวร แม้เวลาจะผ่านไปแต่นักเรียนยังคงมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนต่ำกว่าระยะก่อนการทดลอง

6. นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการฝึกโปรแกรมทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 6 ที่ว่า นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการฝึกโปรแกรมทักษะชีวิตมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มทดลองได้รับการฝึกให้เกิดทักษะพื้นฐานต่าง ๆ อันส่งผลต่อการปรับพฤติกรรมของตนเอง สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงพฤติกรรมออกได้อย่างถูกต้อง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จินตนา สัจจาวีรัตน์ (2540) ได้ศึกษาผลการฝึกทักษะชีวิตให้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดธาตุทอง กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมการฝึกทักษะชีวิต มีการพัฒนาทักษะชีวิตในระยะติดตามผลกับระยะหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ จึงสรุปได้ว่า โปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตมีความมันคงถาวรและส่งผลต่อเนื่อง ต่อระดับพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียน ถึงแม้เวลาจะผ่านไป ในระยะติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองนี้ก็ยังคงมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนไม่แตกต่างกับคะแนนระยะหลังการทดลอง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

ควรมีการจัดฝึกอบรม หรือให้ความรู้เกี่ยวกับการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะชีวิต แก่ครูและผู้เกี่ยวข้องเพื่อจะได้นำไปประยุกต์ใช้ในการปรับปรุง และแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียน

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัย

งานวิจัยที่ใช้แบบบันทึกและสังเกตพฤติกรรม กลุ่มตัวอย่างควรเป็นนักเรียนชั้นเดียวกัน เพราะจะทำให้สะดวกและง่ายต่อการบันทึกและสังเกต เพราะถ้านักเรียนอยู่คนละชั้น จะต้องทำการสังเกตหลายครั้ง เป็นการเพิ่มงานให้กับผู้วิจัย และใช้เวลาในการทำงานมากขึ้น