

การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล
เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดพะเยา

ปริญญานิพนธ์
ของ
สมจิตร สุใจยา

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการประถมศึกษา
พฤษภาคม 2549

การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล
เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดพะเยา

บทคัดย่อ
ของ
สมจิตร สุใจยา

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการประถมศึกษา
พฤษภาคม 2549

สมจิตร สุใจยา. (2549). การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดพะเยา. ปรินญาณพนธ์ กศ.ม. (การประถมศึกษา).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม :
รองศาสตราจารย์ ดร.ประพันธ์ศิริ สุเสารัจ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์สนั่น มีขันหมาก

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดพะเยา ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ ดังนี้ 1) ประสิทธิภาพของกระบวนการกับประสิทธิภาพของผลลัพธ์ ที่ระดับ 80/80 2) เปรียบเทียบพัฒนาการทางการเรียนของผู้เรียน เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ก่อนใช้ชุดกิจกรรมกับหลังใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนขุนกำลัง อำเภอปง จังหวัดพะเยา ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 โดยการสุ่มอย่างง่าย จำนวน 1 ห้องเรียน เป็นนักเรียน 30 คน

การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ได้ดำเนินการพัฒนาและหาประสิทธิภาพ ดังนี้ 1) ทดลองครั้งที่ 1 หาประสิทธิภาพเป็นรายกลุ่มย่อย กับนักเรียน 5 คน แล้วนำชุดกิจกรรมมาปรับปรุงแก้ไข 2) ทดลองครั้งที่ 2 หาประสิทธิภาพเป็นรายกลุ่มใหญ่ กับนักเรียน 15 คน แล้วนำชุดกิจกรรมมาปรับปรุงแก้ไข 3) ทดลองครั้งที่ 3 ดำเนินการทดลองเพื่อหาประสิทธิภาพภาคสนาม กับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียน 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบทดสอบความรู้ แบบวัดเจตคติ และแบบวัดการปฏิบัติ ในเรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล มีแบบแผนการทดลองใช้ One Group Pretest-Posttest Design และวิเคราะห์ข้อมูลโดยการทดสอบค่าสถิติ $t - test$ Dependent Sample

ผลการวิจัยพบว่า

1. ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดพะเยา มีประสิทธิภาพของกระบวนการกับประสิทธิภาพของผลลัพธ์ เท่ากับ 83.61/ 81.66
2. นักเรียนชาวเขาชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 มีพัฒนาการทางการเรียน เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติหลังใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

A DEVELOPMENT OF LIFE SKILL PARTICIPATORY LEARNING PACKAGE ON
PERSONAL HYGIENE FOR ENHANCING THE HEALTH BEHAVIOR OF
PRATHOM SUKSA III HILL TRIBE STUDENTS, PHAYAO PRAVINCE

AN ABSTRACT
BY
SOMCHIT SUJAIYA

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education degree in Elementary Education
at Srinakharinwirot University
MAY 2006

Somchit Sujaiya. (2006). *A Development of Life Skill Participatory Learning Package on Personal Hygiene for Enhancing the Health Behavior of Prathom Suksa III Hill Tribe Students, Phayao Province*. Thesis, M.Ed. (Elementary Education). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Assoc. Prof. Dr. Prapansiri Susaorat, Asst. Prof. Sanan Meekhanmark

The purpose of this study was to develop a life skill participatory learning package on "Personal Hygiene" for enhancing the health behavior of Prathom Suksa III hill tribe students, Phayao province. The efficiency criterion were 1) The learning achievement is not less than 80% and 2) The Knowledge, Attitude and Practice posttest scores are higher than the pretest scores.

The sample was a classroom of Prathom Suksa III hill tribe students in the second semester of the 2005 academic year of Ban-Koon-Gum-Lang, Pong District, Phayao Province. There were 30 students in the classroom. The class was randomly selected as a sample of the study.

In the development of life skill participatory learning package on "Personal Hygiene" were as followed 1) 1st experimental study was efficient from 5 students as a minor group and revise the experiment. 2) 2nd experiment was efficient from 15 students as a major group, then revise it. 3) 3rd experiment was to proceed the efficient performing with 30 students selected.

The research instruments are composed of knowledge, attitude and practice concerning Personal Hygiene. The one group pretest – posttest design was used in the study. The data was statistically analyzed by t – test Dependent Sample.

The findings were as follows :

1. The efficiency of life skill participatory learning package on Personal Hygiene activities system was 83.61/81.66
2. The Knowledge, Attitude and Practice concerning Personal Hygiene of Prathom Suksa III hill tribe students after the experiment was significantly higher than before the experiment at the .01 level.

การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล
เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดพะเยา

ปริญญานิพนธ์
ของ
สมจิตร สุใจยา

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการประถมศึกษา
พฤษภาคม 2549
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัย
จาก
ทบวงมหาวิทยาลัย

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จด้วยความมุนะพากเพียรพยายามของผู้วิจัย โดยได้รับความกรุณาให้คำปรึกษา และคำแนะนำอย่างดียิ่งจากรองศาสตราจารย์ ดร.ประพันธ์ศิริ สุเสารัจ และผู้ช่วยศาสตราจารย์สนั่น มีขันหมาก ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งอย่างยิ่งในความกรุณาและขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอขอบพระคุณอาจารย์รุ่งทิพา แยมรุ่ง และผู้ช่วยศาสตราจารย์รังสี เกษมสุข กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม ที่กรุณาให้คำแนะนำเป็นผลให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณ คุณศิวพร จตุกุล คุณสาคร วงศ์เพิ่ม และคุณครูวิไลภรณ์ ซื่อสัตย์ ที่กรุณาสละเวลาอันมีค่าตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียนขุนก่าลัง และคณะครูโรงเรียนขุนก่าลัง ที่ให้การสนับสนุนและอำนวยความสะดวกในการวิจัย และขอขอบใจนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนขุนก่าลัง ที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยเป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงเรียน คณะครูโรงเรียนบ้านดอนไผ่ป่าแหม ที่ผู้วิจัยได้ทำงานอยู่ ที่เอื้ออารีคอยแนะนำ ให้กำลังใจ และยินดีให้ความช่วยเหลือแก่ผู้วิจัยเสมอมา

ขอขอบคุณคณะกรรมการพิจารณาทุนของทบวงมหาวิทยาลัย ที่ได้พิจารณามอบทุนสนับสนุนการทำวิจัยในครั้งนี้

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ทั้งปวง ที่ทำให้ผู้วิจัยทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จ ขอขอบคุณรุ่นพี่และเพื่อน ๆ เอกการประถมศึกษา และขอบคุณอาจารย์บุษกร พรหมหล้าวรรณ อาจารย์กลอยใจ ชัยเกียรติ อาจารย์วราวุธ สังวนพงษ์ อาจารย์เยาวลักษณ์ ศรีกล้า อาจารย์ดลฤดี รัตนประสาธ อาจารย์นุชนารถ ภูเจริญ และอาจารย์ตฤชา ปนคำ เพื่อนร่วมรุ่นที่ให้กำลังใจในการทำปริญญานิพนธ์ โดยเฉพาะคุณครูปิยะพงษ์ สุริยะพรหม และคุณครูสุภารัตน์ ธีรทรัพย์ทวี เพื่อนรักที่คอยให้คำปรึกษาและให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด

ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อแสง สุใจยา คุณแม่คำปึก คุณมี บิดามารดาผู้ให้กำเนิดและให้สติปัญญา และคุณสิทธรา สุใจยา คุณกวางไกร สุใจยา พี่สาวและน้องชายที่ทำให้ผู้วิจัยมีกำลังใจฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ จนทำให้งานวิจัยสำเร็จไปได้ด้วยดี

คุณค่าและประโยชน์ของปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบเป็นเครื่องบูชาพระคุณอันยิ่งใหญ่ของบิดามารดา และครูบาอาจารย์ทุกท่านที่ได้อบรมสั่งสอน และประสิทธิ์ประสาทวิชาให้แก่ผู้วิจัยจนประสบความสำเร็จในการศึกษาครั้งนี้

สมจิตร สุใจยา

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	5
ความสำคัญของการวิจัย.....	5
ขอบเขตของการวิจัย.....	5
ประชากร.....	5
กลุ่มตัวอย่าง.....	5
ตัวแปรที่ศึกษา.....	6
เนื้อหาที่ใช้ในการวิจัย.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	9
สมมติฐานในการวิจัย.....	9
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	10
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม.....	11
หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 และปัญหาการจัดการเรียน	
การสอนสุขศึกษา.....	29
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพ.....	33
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรม.....	64
เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับชาวเขา.....	94
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	107
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	107
การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ.....	107
การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม.....	112
การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล.....	118

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	120
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	120
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	120
5 สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ.....	124
ความมุ่งหมาย.....	124
สมมติฐานทางการวิจัย.....	124
วิธีดำเนินการวิจัย.....	124
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	128
อภิปรายผล.....	128
ข้อเสนอแนะ.....	130
บรรณานุกรม.....	131
ภาคผนวก.....	144
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	178

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ข้อบ่งชี้และข้อจำกัดของกลุ่มแต่ละประเภท.....	17
2 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้....	19
3 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและลักษณะเฉพาะของการสอนเจตคติ.....	19
4 สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ.....	20
5 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ.....	23
6 สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนทักษะ.....	25
7 ตารางวิเคราะห์มาตรฐานและสาระการเรียนรู้ช่วงชั้น 1.....	30
8 จำนวนประชากรในกลุ่มบ้านชาวเขา จำนวนครัวเรือนและจำนวนกลุ่มบ้านเป็น รายอำเภอของจังหวัดพะเยา.....	101
9 แสดงเกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดเจตคติ.....	110
10 แสดงเกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดการปฏิบัติ.....	112
11 แสดงเนื้อหาของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล.....	114
12 แสดงแบบแผนการทดลอง.....	117
13 แสดงผลการวิเคราะห์หาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิต แบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล.....	121
14 ผลการเปรียบเทียบด้านความรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังการทดลอง.....	122
15 ผลการเปรียบเทียบด้านเจตคติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังการทดลอง.....	122
16 ผลการเปรียบเทียบด้านการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังการทดลอง.....	123
17 ค่าความยาก (p) ค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่น(Reliability) ของแบบทดสอบความรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล.....	148

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
18 ค่าอำนาจจำแนก (t-distribution) และค่าความเชื่อมั่น(Reliability) ของแบบวัดเจตคติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล.....	149
19 ค่าอำนาจจำแนก (t-distribution) และค่าความเชื่อมั่น(Reliability) ของแบบวัดการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล.....	150
20 คะแนนของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ทั้ง 8 ชุด.....	159
21 คะแนนพัฒนาการทางการเรียนด้านความรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล.....	160
22 คะแนนพัฒนาการทางการเรียนด้านเจตคติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล.....	161
23 คะแนนพัฒนาการทางการเรียนด้านการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล.....	162

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 แสดงกรอบแนวคิดการวิจัย.....	9
2 องค์ประกอบทักษะชีวิต 12 ประการ.....	13
3 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม.....	15
4 องค์ประกอบ 4 ประการของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม.....	16
5 ขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ.....	20
6 ขั้นตอนและกิจกรรมการสอนทักษะ.....	24
7 แสดงขั้นตอนพฤติกรรมด้านความรู้	37
8 แผนภาพแสดงองค์ประกอบของเจตคติ.....	42
9 แสดงขั้นตอนการเกิดพฤติกรรมทางด้านเจตคติ.....	46
10 แสดงขั้นพฤติกรรมทางด้านปฏิบัติ.....	53
11 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ.....	55
12 ขั้นตอนของการเกิดพฤติกรรมสุขภาพ.....	56
13 ความสัมพันธ์ของเศรษฐกิจที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ.....	60
14 องค์ประกอบที่สำคัญของชุดการเรียนรู้การสอน.....	77
15 รูปแบบตารางประเมินผลในแผนการสอนแบบ 4 MAT.....	79
16 การสืบเชื้อสายเผ่าพันธุ์ของชาวเขาในภาคเหนือของประเทศไทย.....	96

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การพัฒนาชาติให้เจริญก้าวหน้าเป็นสิ่งสำคัญ คือ การพัฒนาคนให้มีคุณภาพ มีสุขภาพ แข็งแรงสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย และจิตใจ ตลอดจนมีความสามารถในการเรียนรู้ เพื่อให้มีศักยภาพ สูงสุด อันจะเป็นปัจจัยหลักในการพัฒนาชาติอย่างยั่งยืน

อันดับแรกของการพัฒนาคน คือ การพัฒนาด้านสุขภาพอนามัย เพราะเป็นพื้นฐานของ การพัฒนาการด้านจิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา ตลอดจนคุณธรรมและจริยธรรมของเด็ก (กระทรวงศึกษาธิการ. 2544 : 1) ดังนั้นประเทศต่าง ๆ จึงมีนโยบายส่งเสริมสุขภาพอนามัยของ ประชากรอย่างจริงจัง โดยเน้นการพัฒนาพฤติกรรมทางสุขภาพที่ถูกต้อตั้งแต่เยาว์วัย และ เอื้ออำนวยในการป้องกัน บำรุงรักษา และพัฒนาสุขภาพในทุก ๆ ด้านอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต (สมใจ แก่นสิงห์. 2531 : 1) ซึ่งสอดคล้องกับวิสัยทัศน์การพัฒนาสุขภาพประชาชน ในแผนพัฒนา สุขภาพแห่งชาติ ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 พ.ศ. 2545 – 2549 กล่าวว่า คนในสังคมไทยทุกคนมีหลักประกันที่จะดำรงชีวิตอย่างมีสุขภาวะ และเข้าถึงบริการ สุขภาพที่มีคุณภาพอย่างเสมอภาค รวมทั้งอยู่ในครอบครัว ชุมชนและสังคมที่มีความพอเพียงทาง สุขภาพ มีศักยภาพ มีการเรียนรู้ และมีส่วนร่วมในการจัดการสุขภาพ โดยสามารถใช้ประโยชน์ทั้ง จากภูมิปัญญาสากลและภูมิปัญญาไทยได้อย่างรู้เท่าทัน (คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนา สุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 9. 2544 : 24) ในการพัฒนาสุขภาพของบุคคลจำเป็นต้องให้ความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ และการปฏิบัติที่ถูกต้อแก่บุคคล โดยเฉพาะบุคคลที่อยู่ในวัยเรียน เพราะบุคคล ในวัยนี้เป็นวัยที่ต้องเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในวันข้างหน้า และเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าต่อการพัฒนา ประเทศในอนาคต และเนื่องจากเด็กในวัยนี้มีแนวโน้มจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ง่ายกว่าผู้ใหญ่ โรงเรียนจึงเป็นสถาบันที่สำคัญในการพัฒนาสุขภาพเด็ก (ดารณี เกตุอุไร. 2531 : 1)

ปัจจุบันปรากฏว่าโรงเรียนในระดับต่าง ๆ ยังประสบปัญหาด้านสุขภาพของนักเรียน เนื่องจากโรงเรียนเป็นแหล่งที่รวมของนักเรียนจากแหล่งต่าง ๆ ในชุมชน ซึ่งนักเรียนเหล่านี้มี พื้นฐานทางสุขภาพแตกต่างกันทั้งด้านความรู้ ความเชื่อ และการปฏิบัติ ฉะนั้นโอกาสที่จะเกิด โรคติดต่อ และการแพร่กระจายโรคต่าง ๆ เป็นไปได้สูง ซึ่ง จากการศึกษาเปรียบเทียบสภาวะ สุขภาพและพฤติกรรมอนามัยของนักเรียนในโรงเรียนที่มีระดับบริการอนามัยโรงเรียนแตกต่างกัน ของกิตติศักดิ์ กลัปดีและคณะ (กระทรวงสาธารณสุข. 2542 : 81) กองอนามัยโรงเรียน กรมอนามัย ในปี 2536 พบว่านักเรียนระดับประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษา แห่งชาติ พบว่า เป็นโรคฟันผุมากที่สุด ร้อยละ 42.6 รองลงมาคือ การมีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์และ โรคเหา มีอัตราใกล้เคียงกันคือร้อยละ 17.1 และ 17.0 ตามลำดับ เกือบพบร้อยละ 11.7 กลากพบ

ร้อยละ 3.1 หนูน้ำหนกพบร้อยละ 2.4 พุงพอง พบร้อยละ 1.1 และเป็นหิดพบ ร้อยละ 0.3 และจากการศึกษาสภาวะสุขภาพของนักเรียนปีการศึกษา 2537 – 2538 กองอนามัยโรงเรียน กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้ศึกษาสภาวะสุขภาพของนักเรียนระดับอนุบาล ประถมศึกษา และมัธยมศึกษา ในโรงเรียนทุกสังกัดของกระทรวงศึกษาธิการ ประชากรศึกษาจำนวน 13,918 คน พบโรคพฤติกรรมสุขภาพส่วนบุคคล คือ โรคเกลื้อนร้อยละ 6.00 เหาร้อยละ 5.90 และเมื่อวิเคราะห์โรคเหาพบว่า นักเรียนระดับประถมศึกษาเป็นโรคเหาร้อยละ 11.60 นักเรียนในเขตชนบทร้อยละ 6.30 ในเขตเมือง พบร้อยละ 5.30 (กรมอนามัย. 2539 : 76) ในปี 2543 – 2544 กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย ได้สำรวจพบว่า เด็กนักเรียน อายุ 5 – 6 ปี เป็นโรคฟันผุ ร้อยละ 87.40 และเด็กนักเรียนอายุ 12 ปี เป็นโรคฟันผุ ร้อยละ 57.30 มีหินน้ำลาย 73.10 มีเหงือกอักเสบ ร้อยละ 76.90 ซึ่งเด็กทั้ง 2 กลุ่มนี้ มีฟันผุเพิ่มขึ้นมากกว่าเดิม (กองทันตสาธารณสุข. 2545 : ออนไลน์)

นอกจากนั้นจากการรายงานการเฝ้าระวังโรคของฝ่ายระบาดวิทยา กระทรวงสาธารณสุข เกี่ยวกับสถานการณ์ของโรคมือ เท้า ปาก (Hand Foot Mouth Disease, HFMD) ในประเทศไทยมีจำนวนผู้ป่วยในปี 2544 มีทั้งสิ้น 1,434 ราย เสียชีวิต 3 ราย ที่จังหวัดลำปาง 1 ราย จังหวัดเชียงราย 2 ราย ในปี 2545 มีผู้ป่วย 1,279 ราย เสียชีวิต 1 ราย ที่จังหวัดนครราชสีมา (กองระบาดวิทยา. 2545 : ออนไลน์) และการระบาดของโรคตาแดงในหลายจังหวัด โดยเป็นการระบาดในโรงเรียน ชุมชน และเรือนจำ ฯลฯ จากข้อมูลการเฝ้าระวังทั่วประเทศพบว่ามีผู้ป่วยรวม 51,128 ราย และคาดว่าปีนี้การระบาดจะรุนแรงมากกว่าปีก่อนๆ (กองระบาดวิทยา. 2545 : ออนไลน์)

ปัญหาสุขภาพอนามัยเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ของนักเรียน คือ เมื่อนักเรียนเจ็บป่วยเป็นโรคติดต่อ ทำให้นักเรียนต้องหยุดเรียน และเมื่อเจ็บป่วย ทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย ทำให้สมองและการรับรู้ การทำกิจกรรม ไม่เต็มประสิทธิภาพ ส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนตกต่ำ จากการรายงานสถิติการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ปีการศึกษา 2542 ในวิชาพลานามัยไม่เป็นไปตามเกณฑ์ คือ มีคะแนนเฉลี่ยร้อยละของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในปี 2537 ร้อยละ 60.57 ในปี 2538 ร้อยละ 56.78 และในปี 2539 ร้อยละ 54.31 (กระทรวงศึกษาธิการ. 2544 : 85) ซึ่งอยู่ในระดับที่พอใช้ ควรต้องปรับปรุง

สภาวะอนามัยของนักเรียนประถมศึกษา ในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอปง จังหวัดพะเยา ปีการศึกษา 2545 จากแบบรายงานของสาธารณสุขอำเภอปง พบว่า นักเรียนฟันผุ ร้อยละ 32.57 เหงือกอักเสบ ร้อยละ 8.98 ขาดสารไอโอดีน 3.04 โรคหนูน้ำหนก ร้อยละ 0.16 สภาวะการไต่ยีนผิดปกติ ร้อยละ 0.07 สายตาผิดปกติ ร้อยละ 0.38 และขาดสารอาหาร ร้อยละ 15.09 (สำนักงานสาธารณสุขอำเภอปง. แบบรายงานผลสุขภาพปีการศึกษา 2545)

จากข้อมูลด้านปัญหาสุขภาพอนามัยของนักเรียนประถมศึกษา สะท้อนให้เห็นว่าความรู้เกี่ยวกับสุขภาพอนามัยที่นักเรียนได้รับจากการเรียนการสอนไม่สามารถส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนให้สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของตนเองตามความ

มุ่งหมายของหลักสูตรได้ ทั้งนี้เพราะการจัดการเรียนการสอนยังมุ่งเน้นให้นักเรียนท่องจำเนื้อหาตามแบบเรียน เป็นการสอนเพื่อสอบมากกว่าจะสอนเพื่อให้เกิดการปฏิบัติได้ ใช้วิธีสอนที่ครูเป็นศูนย์กลาง นักเรียนไม่มีโอกาสได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม จึงทำให้นักเรียนไม่สามารถปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน (ทวีสิทธิ์ สิทธิกร. 2535 : 18 - 19)

ชาวเขาเป็นกลุ่มชนกลุ่มน้อยที่รวมตัวเป็นกลุ่ม ๆ ตามเชื้อสาย เผ่าพันธุ์ มีขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรม ตลอดจนภาษาของตนเอง ซึ่งแตกต่างไปจากชนส่วนใหญ่ของประเทศไทย มีอาศัยกระจุกกระจายอยู่ตามพื้นที่สูงบนภูเขาในภาคเหนือและภาคตะวันตกของประเทศไทย มีทั้งหมด 20 เผ่า แต่จะมีเผ่าใหญ่ ๆ คือ กะเหรี่ยง แม้วหรือม้ง มูเซอ ลีซอ อีเก้อ และเย้าเท่านั้นที่มีความสำคัญและก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ อันส่งผลกระทบต่อความมั่นคงของชาติ จนกระทั่งรัฐได้เล็งเห็นความสำคัญ ในเรื่องชาวเขา จึงกำหนดนโยบายเพื่อพัฒนาชาวเขาไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 5 และต่อเนื่องมาโดยตลอด โดยมุ่งลดอัตราเพิ่มประชากรชาวเขาลง ส่งเสริมสนับสนุนให้เป็นพลเมืองไทยที่ดีมีคุณภาพ ช่วยเหลือตนเองได้ พัฒนารายได้ การประกอบอาชีพ การศึกษา สุขภาพอนามัยให้ดีขึ้น ตลอดจนปลูกฝังทัศนคติ ค่านิยม ความเป็นไทยแก่ชาวเขา เพื่อความมั่นคงของประเทศ (ชลิดา เกษประดิษฐ์. 2545 : 76)

ชาวเขาในจังหวัดพะเยา มีจำนวนทั้งสิ้นประมาณ 11,158 คน เป็นชาย 5,544 คน หญิง 5,614 คน ประกอบด้วยชาวเขาเผ่าหลัก ๆ คือ เย้า แม้ว ลีซอ และมีประชากรซึ่งไม่ใช่ชาวเขาปนอยู่บ้างเล็กน้อย เช่น คนไทย และลื้อ อำเภอที่มีชาวเขามากที่สุด คือ อำเภอปง ร้อยละ 51.1 รองลงมา คือ อำเภอเชียงคำ ร้อยละ 32.0 อำเภอเชียงม่วน ร้อยละ 7.9 อำเภอแม่ใจ ร้อยละ 4.2 อำเภอเมืองพะเยา ร้อยละ 2.7 และอำเภอดอกคำใต้ ร้อยละ 2.1 ส่วนอำเภอจุน เป็นอำเภอที่ไม่มีประชากรชาวเขาเลย ซึ่งมีกลุ่มบ้านชาวเขา 47 กลุ่มบ้าน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2531? : 117) จากการบรรยายของ วิชัย โปษยจินดา (สมบุรณ์ เกียรตินันท์; และกัมมัล กุมารปาวา. 2541 : 11 อ้างถึง วิชัย โปษยจินดา บรรยายพิเศษของชมรมวิชาการ สถาบันวิจัยชาวเขา เรื่อง ชาวเขากับปัญหาสาธารณสุข เมื่อวันที่ 7 เมษายน 2529 จังหวัดเชียงใหม่) พบว่า โรคทั่วไปที่พบในชาวเขา คือ ปวดหัว ตัวร้อน ท้องเดิน ปวดเมื่อยตามตัว โรคพยาธิ โรคติดเชื้อ เช่น มาเลเรีย โรคไข้มองอักเสบ ปัญหาโภชนาการ การขาดสารไอโอดีน โรคทางพันธุกรรม ปัญหาสุขภาพจิต และกองสงเคราะห์ชาวเขา กรมประชาสงเคราะห์ (สมบุรณ์ เกียรตินันท์; และกัมมัล กุมารปาวา. 2541 : 12 อ้างถึง กองสงเคราะห์ชาวเขา กรมประชาสงเคราะห์ สรุปผลการประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง แนวทางการดำเนินงานพัฒนาชาวเขาด้านสาธารณสุข โดยการสนับสนุนขององค์การอนามัยโลก เมื่อวันที่ 7 - 9 สิงหาคม 2538 เชียงใหม่) ได้สรุปโรคที่พบในชาวเขา คือ โรคระบบทางเดินหายใจ โรคระบบทางเดินอาหาร โรคกล้ามเนื้อและกระดูก และมาเลเรีย

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสอดคล้องกับประสบการณ์ของผู้วิจัยที่ได้สังเกตนักเรียน และจากการสัมภาษณ์ครูผู้สอนในโรงเรียนชาวเขา ในอำเภอปง พบว่านักเรียนชาวเขามีพฤติกรรมสุขภาพไม่เหมาะสมที่สำคัญได้แก่ ด้านฟัน ปาก พบว่านักเรียนแปรงฟันไม่ถูกวิธี แปรงฟันไม่สะอาด ไม่แปรงฟันก่อนเข้านอน ไม่บ้วนปากหลังรับประทานอาหาร บางวันไม่แปรงฟัน พฤติกรรม

สุขภาพด้านผิวหนัง พบว่า นักเรียนไม่อาบน้ำทุกวัน บางครั้งอาบน้ำไม่ถูสบู่ ทำความสะอาดไม่ทั่วถึง ล้างตัวไม่สะอาด พฤติกรรมสุขภาพด้านผมและศีรษะ พบว่า นักเรียนไม่สระผม 1 – 2 ครั้งต่อสัปดาห์ บางครั้งไม่หวีผม พฤติกรรมสุขภาพด้านมือและเล็บ พบว่า ไม่ตัดเล็บ ไม่ทำความสะอาดเล็บ เข้าห้องน้ำไม่ล้างมือ ไม่ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร และด้านเครื่องแต่งกาย พบว่า นักเรียนใส่เสื้อผ้าตัวเดิมหลาย ๆ วันโดยไม่ได้ซัก ซักผ้าไม่สะอาด

ด้วยเหตุผลและความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจนำชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning of Life Skill) มาจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขาในด้านการดูแลรักษาความสะอาดของร่างกาย เนื่องจากชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมเป็นนวัตกรรมการศึกษา ที่ช่วยให้ผู้เรียนได้เกิดผลสำเร็จในการเรียนรู้ สนองความแตกต่างระหว่างบุคคล ผู้เรียนได้ลงกระทำ และเพิ่มพูนแรงจูงใจในการเรียน (ชม ภูมิภาค. 2524 : 99 – 100) ซึ่งชุดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างความรู้ เจตคติ และทักษะให้นักเรียนสามารถนำไปปฏิบัติและจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตในสังคม เป็นกระบวนการที่เน้นการฝึกทักษะและการสร้างเจตคติจากประสบการณ์ของผู้เรียน เป็นการเรียนรู้ที่เป็นปฏิบัติ เพื่อให้เกิดการพัฒนาหรือการเปลี่ยนแปลงที่นำไปสู่การเรียนรู้ใหม่ ๆ อย่างต่อเนื่อง และเป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นการสร้างความรู้มากกว่าการถ่ายทอดความรู้ โดยมีความเชื่อพื้นฐานว่า ผู้เรียนทุกคนมีประสบการณ์เดิม และสามารถสร้างความรู้ใหม่ขึ้นจากประสบการณ์เดิมนั้นได้ด้วยการสื่อสารระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน หรือระหว่างผู้เรียนกับผู้เรียนด้วยกันเอง การสื่อสารที่เกิดขึ้นเป็นการขยายเครือข่ายความรู้ทั้งในทางกว้างและทางลึก (กรมสามัญศึกษา. 2522 : 2; กรมอนามัย. 2540 : 34) และอาศัยหลักการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง คือการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ โดยการเรียนรู้เชิงประสบการณ์มีองค์ประกอบ 4 ประการ คือ ประสบการณ์ (Experience) การสะท้อนความคิดและอภิปราย (Reflect and Discussion) เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด (Understanding and Conceptualization) การทดลอง หรือประยุกต์แนวคิด (Experiment) โดยเริ่มจากองค์ประกอบใดก็ได้ และการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้สูงสุดโดยผู้เรียนมีส่วนร่วมมากที่สุดในทุก ๆ องค์ประกอบ ซึ่งทำให้ผู้เรียนบรรลุงานสูงสุดอีกด้วย ส่งผลทำให้ผู้เรียนเกิดพฤติกรรมสองประการ คือ สร้างพฤติกรรมที่ดี และปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ด้วยกระบวนการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม (กรมสุขภาพจิต. 2541 : 7- 8) ซึ่งก็สอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 หมวด 4 มาตรา 23 (5) กล่าวว่า การจัดการศึกษาต้องเน้นความสำคัญทั้งความรู้ คุณธรรม กระบวนการเรียนรู้และบูรณาการตามความเหมาะสมของแต่ละระดับการศึกษาในเรื่องความรู้ และทักษะในการประกอบอาชีพและการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้พัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ของนักเรียนชาวเขาชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 ซึ่งจะเป็นแนวทางใน

การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่สอดคล้องกับสภาพความเป็นอยู่และสภาพชุมชนอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดพะเยา ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ ดังนี้

1. ประสิทธิภาพของกระบวนการกับประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (E_1 / E_2)
ที่ระดับ 80 / 80
2. พัฒนาการทางการเรียนของผู้เรียน เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ หลังใช้ชุดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

ความสำคัญของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ทำให้ได้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ที่ส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล สำหรับนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดพะเยา เพื่อปลูกฝังให้เห็นความสำคัญในการดูแลสุขภาพร่างกาย สร้างพฤติกรรมที่ดี และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในด้านพฤติกรรมสุขภาพให้ดีขึ้น นอกจากนั้นยังเป็นแนวทางในการพัฒนากระบวนการเรียนการสอนที่มุ่งพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของผู้เรียนให้มีศักยภาพและประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร

เป็นนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนขุนกำลัง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 จำนวน 2 ห้องเรียน รวมทั้งสิ้น 62 คน

กลุ่มตัวอย่าง

เป็นนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนขุนกำลัง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการนำมาจับฉลากเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 1 ห้องเรียน รวม 30 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ คือ ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

2. ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมสุขภาพ 3 ด้าน ได้แก่

2.1 ด้านความรู้

2.2 ด้านเจตคติ

2.3 ด้านการปฏิบัติ

เนื้อหาที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้เนื้อหาในกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ในสาระที่ 2: ชีวิตและครอบครัว เรื่องสุขอนามัยส่วนบุคคล ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ของกระทรวงศึกษาธิการ

ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการทดลองในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 ใช้เวลาทดลอง 15 คาบ เป็นเวลา 3 สัปดาห์

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

หมายถึง กระบวนการเรียนรู้ที่เน้นการฝึกทักษะและการสร้างเจตคติจากประสบการณ์ของผู้เรียน เป็นการเรียนรู้ที่เรียนโดยการปฏิบัติหรือการกระทำ เพื่อให้ผู้เรียนมีทักษะชีวิต คือ มีความรู้ เจตคติ และทักษะ ในเรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล โดยใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ที่อาศัยหลักพื้นฐาน 2 ประการ คือ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ โดยมีองค์ประกอบ 4 ประการ คือ ประสบการณ์ การสะท้อนความคิด เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด และการทดลองหรือประยุกต์ เพื่อให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมสูงสุด และบรรลุงานสูงสุด

2. ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

หมายถึง ชุดการเรียนรู้ที่มีการนำนวัตกรรมทางการศึกษา ได้แก่ สื่อ อุปกรณ์ และกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนต่าง ๆ ที่ใช้ในการสอนทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม มาใช้ในการจัดการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนเกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์และบรรลุตามวัตถุประสงค์ของการจัดการเรียนการสอน โดยชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนี้ได้ปรับปรุงรูปแบบจากชุดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ในโครงการส่งเสริมศักยภาพของนักเรียนในโรงเรียนกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2543 และของกรมวิชาการ ประกอบด้วย

2.1 ส่วนนำ

2.2 สาระสำคัญ

2.3 ผังวิเคราะห์เนื้อหา

2.4 สาระการเรียนรู้

2.5 จุดประสงค์การเรียนรู้

2.6 สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

2.7 กิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งขั้นตอนการจัดกิจกรรม ได้พัฒนามาจากขั้นตอน การสอนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ของกรมสุขภาพจิต ดังนี้

2.7.1 ประสบการณ์ ครูช่วยให้นักเรียนนำประสบการณ์เดิมของตนมา พัฒนาเป็นองค์ความรู้

2.7.2 การสะท้อนความคิดและอภิปราย ครูช่วยให้นักเรียนมีโอกาส แสดงออก เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และเรียนรู้ซึ่งกันและกัน

2.7.3 เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด นักเรียนเกิดความเข้าใจ และ นำไปสู่การเกิดความคิดรวบยอด อาจเกิดขึ้นโดยนักเรียนเป็นฝ่ายริเริ่มแล้วครูช่วยเติมแต่งให้ สมบูรณ์ หรือครูนำทางแล้วนักเรียนเป็นผู้สานต่อ จนความคิดนั้นสมบูรณ์

2.7.4 การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด นักเรียนนำเอาการเรียนรู้ที่ เกิดขึ้นใหม่ไปประยุกต์ใช้ในลักษณะหรือสถานการณ์ต่าง ๆ จนเกิดเป็นแนวปฏิบัติของนักเรียนเอง ในกระบวนการเรียนการสอนสามารถเริ่มขึ้นใดก่อนก็ได้ แต่เน้นการจัดกิจกรรมให้ ครอบคลุมทั้ง 4 ขั้น โดยสอนความรู้ เจตคติ และทักษะ เพื่อให้ผู้เรียนมีทักษะชีวิตใน เรื่องสุขอนามัย ส่วนบุคคล

2.8 การประเมินผล

2.9 กิจกรรมนอกเวลา

2.10 ข้อเสนอแนะ

3. การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัย ส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ

หมายถึง กระบวนการสร้าง พัฒนา และหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม การเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้น ประถมศึกษาปีที่ 3 ในเรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ซึ่งประกอบด้วย การสร้างชุดกิจกรรมการเรียนรู้ ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม การสร้างคู่มือการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม และการพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ซึ่ง การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมได้ทดลองทั้งหมด 3 ครั้ง และการหา ประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ (80/80) และทำ การเปรียบเทียบดูพัฒนาการทางการเรียนของผู้เรียน เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

4. ประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

หมายถึง ระดับประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์มาตรฐานของชุดกิจกรรมไว้ที่ระดับ 80/80

80 ตัวแรก หมายถึง ค่าประสิทธิภาพของกระบวนการเรียนการสอนจาก
ชุดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 80 ของคะแนนเฉลี่ยจากการทำแบบฝึกหัดระหว่างเรียนแต่ละ
ชุดกิจกรรม

80 ตัวหลัง หมายถึง ค่าประสิทธิภาพของผลลัพธ์ที่เกิดจากการเรียนรู้ที่ผู้เรียน
ได้รับการเรียนด้วยชุดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 80 ของคะแนนเฉลี่ยจากการทำแบบทดสอบ
ความรู้ หลังจากเรียนด้วยชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัย
ส่วนบุคคล เสร็จแล้ว

5. พฤติกรรมสุขภาพ

หมายถึง การแสดงออกของผู้เรียนเกี่ยวกับเรื่องสุขอนามัยส่วนบุคคล ทั้งในด้าน
ความรู้ เจตคติ การปฏิบัติ โดยเน้นในเรื่องการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายนอกที่ครูสามารถสังเกต
และวัดได้ ดังนี้

5.1 ด้านความรู้ หมายถึง พฤติกรรมเกี่ยวข้องกับการรู้ การจำ ข้อเท็จจริง
ต่าง ๆ เป็นกระบวนการทางด้านสมอง เป็นการพัฒนาความสามารถทางด้านสติปัญญาด้านสุขภาพ
เกี่ยวกับการรักษาความสะอาดของ ผิวหนัง ตา หู จมูก ปากและฟัน ผมและศีรษะ มือ เท้าและเล็บ
เสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย โดยวัดจากแบบทดสอบความรู้แบบปรนัย ชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก ที่ผู้วิจัย
สร้างขึ้น จำนวน 20 ข้อ

5.2 ด้านเจตคติ หมายถึง พฤติกรรมทางด้านความรู้สึกนึกคิด หรือทางด้าน
จิตใจ เกี่ยวกับการทำที่ ความรู้สึก ความสนใจ ความชอบ อารมณ์ การยอมรับหรือการไม่ยอมรับ เป็น
สิ่งที่เกิดภายในตัวบุคคล เกี่ยวกับการรักษาความสะอาดของ ผิวหนัง ตา หู จมูก ปากและฟัน ผม
และศีรษะ มือ เท้าและเล็บ เสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย โดยวัดจากแบบวัดเจตคติที่เป็นมาตราส่วน
ประมาณค่า 3 ระดับ คือ เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 20 ข้อ

5.3 ด้านการปฏิบัติ หมายถึง พฤติกรรมทางด้านร่างกายหรือการใช้
กล้ามเนื้อ รวมทั้งการตัดสินใจ การเลือก การมีส่วนร่วม ปฏิบัติตอบสนอง หรือความประพฤติ
ต่าง ๆ เกี่ยวกับการรักษาความสะอาดของผิวหนัง ตา หู จมูก ปากและฟัน ผมและศีรษะ มือ เท้า
และเล็บ เสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย โดยวัดจากแบบวัดการปฏิบัติที่เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ
คือ ปฏิบัติประจำ ปฏิบัติบางครั้ง และไม่เคยปฏิบัติเลย ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 20 ข้อ

6. สุขอนามัยส่วนบุคคล

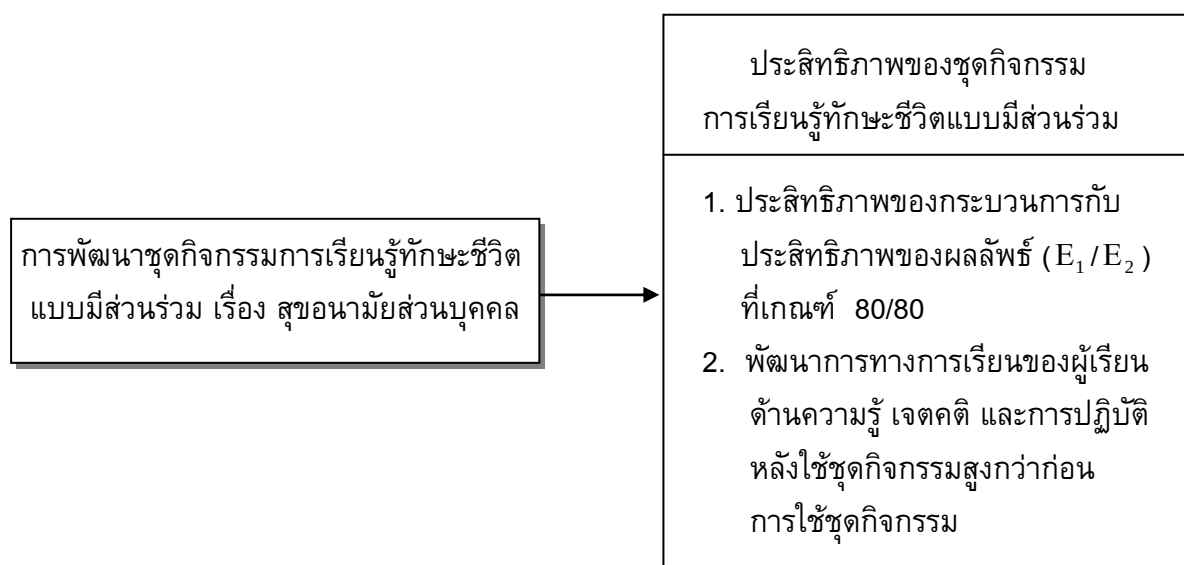
หมายถึง การดำเนินกิจกรรมทางสุขภาพ ในการตัดสินใจเรื่องที่เกี่ยวข้องกับ
สุขภาพ และการปฏิบัติตนในการดำเนินกิจกรรมทางสุขภาพ เป็นการกระทำที่จงใจมีเป้าหมายเพื่อ
การมีสุขภาพที่ดี เกี่ยวกับการรักษาความสะอาดของผิวหนัง ตา หู จมูก ปากและฟัน ผมและศีรษะ
มือ เท้าและเล็บ เสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย

7. นักเรียนชาวเขา จังหวัดพะเยา

หมายถึง นักเรียนชาวเขาเผ่าม้ง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เพื่อส่งเสริมเสริมพฤติกรรมสุขภาพ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดพะเยา โดยมีกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้



ภาพประกอบ 1 แสดงกรอบแนวคิดการวิจัย

สมมติฐานในการวิจัย

ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ คือ

1. มีประสิทธิภาพของกระบวนการกับประสิทธิภาพของผลลัพธ์ ที่ระดับ 80 / 80
2. พัฒนาการทางการเรียนของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล หลังใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม สูงกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม
 - 1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม
 - 1.1.1 ความหมายของทักษะชีวิต
 - 1.1.2 องค์ประกอบของทักษะชีวิต
 - 1.1.3 การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
 - 1.1.3.1 ความหมายของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
 - 1.1.3.2 หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
 - 1.1.3.3 หลักการสอนความรู้แบบมีส่วนร่วม
 - 1.1.3.4 หลักการสอนเจตคติแบบมีส่วนร่วม
 - 1.1.3.5 หลักการสอนทักษะแบบมีส่วนร่วม
 - 1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม
 - 1.2.1 งานวิจัยในประเทศ
2. หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานและปัญหาของการจัดการเรียนการสอนสุขศึกษา
 - 2.1 หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและ
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพ
 - 3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพ
 - 3.1.1 ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพ
 - 3.1.2 ความเป็นมาของพฤติกรรมสุขภาพ
 - 3.1.3 ลักษณะของพฤติกรรมสุขภาพ
 - 3.1.4 ประเภทของพฤติกรรมสุขภาพ
 - 3.1.4.1 ความรู้ทางด้านสุขภาพ
 - 3.1.4.2 เจตคติทางด้านสุขภาพ
 - 3.1.4.3 การปฏิบัติทางด้านสุขภาพหรือสุขปฏิบัติ
 - 3.1.4.4 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ
 - 3.1.5 การเน้นพฤติกรรมสุขภาพในระดับชั้นต่าง ๆ
 - 3.1.6 ปัจจัยในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ
 - 3.1.7 องค์ประกอบที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

พลศึกษา

- 3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพ
 - 3.2.1 งานวิจัยต่างประเทศ
 - 3.2.2 งานวิจัยในประเทศ
- 4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรม
 - 4.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรม
 - 4.1.1 ความหมาย
 - 4.1.2 ประเภทของชุดกิจกรรม
 - 4.1.3 ทฤษฎีและจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรม
 - 4.1.4 องค์ประกอบของชุดกิจกรรม
 - 4.1.5 ขั้นตอนการสร้างชุดกิจกรรม
 - 4.1.6 การหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม
 - 4.1.7 การใช้ชุดกิจกรรม
 - 4.1.8 คุณค่าและประโยชน์ของชุดกิจกรรม
 - 4.2 งานวิจัยเกี่ยวกับชุดกิจกรรม
 - 4.2.1 งานวิจัยต่างประเทศ
 - 4.2.2 งานวิจัยในประเทศ
- 5. เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับชาวเขา
 - 5.1 เอกสารเกี่ยวกับชาวเขา
 - 5.1.1 ความเป็นมา
 - 5.1.2 ลักษณะเฉพาะของชาวเขาแต่ละเผ่า
 - 5.1.3 การสาธารณสุข
 - 5.1.4 ชาวเขาในจังหวัดพะเยา
 - 5.2 งานวิจัยเกี่ยวกับชาวเขา
 - 5.2.1 งานวิจัยในประเทศ

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

1.1.1 ความหมายของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก (WHO. 1994 : 1) ให้ความหมายทักษะชีวิตว่า ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการกระทำหรือจัดการกับความต้องการและสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวันได้สำเร็จ ทำให้สามารถปรับตัวและมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์

ประเสริฐ ดันสกุล (2538 : 25) ให้ความหมาย “ทักษะชีวิต” ว่าหมายถึง ความสามารถและความชำนาญในการประเมิน และวิเคราะห์สถานการณ์ เพื่อตัดสินใจเลือกทาง

แก้ปัญหาทางพฤติกรรมและสังคม ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ (สุขฤดี รัชตฤงการสกุล. 2543 : 47; อ้างอิงจาก ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์. 2538 : 47) ได้ให้ความหมายทักษะชีวิตว่าเป็นความสามารถของคนในการจัดการกับปัญหารอบตัวโดยอาศัยเจตคติและทักษะของบุคคล

กรมการศึกษานอกโรงเรียน (2541 : 8) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิต (Life Skill) หมายถึง เป็นความสามารถของบุคคลที่ประกอบด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะในอันที่จะจัดการกับปัญหารอบ ๆ ตัว ในสภาพสังคมปัจจุบันและการเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตไม่ว่าจะเป็นชีวิตครอบครัว สุขภาพ อิทธิพลสื่อ สิ่งแวดล้อม คุณธรรม จริยธรรม ปัญหาสังคม ปัญหาเรื่องโรคเอดส์ หรือปัญหาเกี่ยวกับสารเสพติด ฯลฯ ให้เป็นไปอย่างถูกต้องและเหมาะสม

สำนักงานปลัดทบวงมหาวิทยาลัย (2543 : 187) ได้ให้ความหมาย ทักษะชีวิต คือ ความสามารถของบุคคลในการจัดการกับสิ่งกดดันต่าง ๆ รอบตัวในชีวิตประจำวันได้สำเร็จ เป็นความสามารถที่บุคคลสร้างขึ้นได้จากการเรียนรู้ ประสบการณ์และการฝึกฝน สามารถปรับตัวและมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ นำไปสู่การมีพฤติกรรมที่ดีทั้งร่างกาย จิตใจ และมีชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ (2544 : 6) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิต (Life Skill) คือ ความสามารถพื้นฐานอันประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในการจัดการที่เหมาะสมกับตัวเองและสิ่งแวดล้อม เพื่อให้มีความปกติสุข อยู่รอดปลอดภัยจากภัยสังคมในปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต

เทพ สงวนกิตติพันธุ์ (2545 : 7) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิต (Life Skills) หมายถึง ความรู้ ความสามารถ ความเชี่ยวชาญที่จะช่วยให้ความเป็นอยู่หรือการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับ ร่างกาย สังคม และจิตใจ ของบุคคลให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิต

จากผู้ให้ความหมายข้างต้น พอสรุปได้ว่า ทักษะชีวิต หมายถึง เป็นความสามารถของบุคคลที่ประกอบด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะในการจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ในสภาพสังคมปัจจุบัน ซึ่งได้จากการเรียนรู้ ประสบการณ์และการฝึกฝน ทำให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิต

1.1.2 องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้กำหนดองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 10 ประการ แต่ในประเทศไทยได้ปรับให้เหมาะกับสภาพสังคมไทย จึงกำหนดให้มี 12 ประการ มี 3 องค์ประกอบใหญ่ ๆ ประกอบด้วย (สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. 2544 : 6; อ้างอิงจาก กรมสุขภาพจิต. 2539 : 7 – 8)

(1) องค์ประกอบที่เป็นการสอนความรู้ ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อย ๆ

ได้แก่ ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์

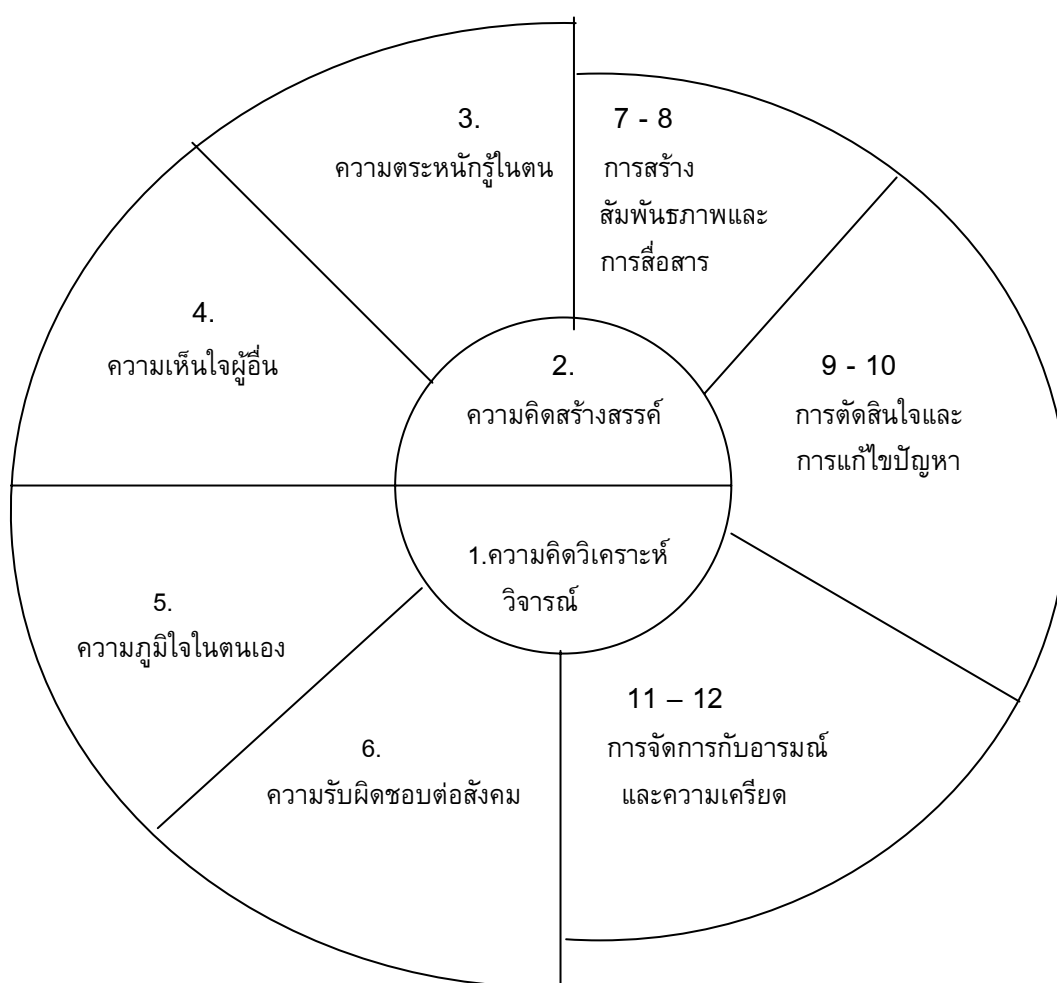
ความคิดสร้างสรรค์

(2) องค์ประกอบของทักษะชีวิตที่เป็นการสร้างเจตคติ ประกอบด้วย
องค์ประกอบย่อย ๆ ได้แก่

ความตระหนักรู้ในตน
ความเห็นใจผู้อื่น
ความภูมิใจในตนเอง
ความรับผิดชอบต่อสังคม

(3) องค์ประกอบที่เป็นการสอนทักษะ ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อย ๆ
ได้แก่

การสร้างความสัมพันธ์ภาพและการสื่อสาร
การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา
การจัดการอารมณ์และความเครียด



ภาพประกอบ 2 องค์ประกอบทักษะชีวิต 12 ประการ

ที่มา : กรมการศึกษานอกโรงเรียน. (2541). คู่มือการจัดกิจกรรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติด
สำหรับกลุ่มเป้าหมายการศึกษานอกโรงเรียน. หน้า 1.

เทพ สงวนกิตติพันธ์ (2545 : 8) ได้แบ่งทักษะที่จำเป็นในการดำเนินชีวิต เพื่อให้สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุขและนำมาซึ่งความสำเร็จไว้ 3 ด้าน ได้แก่

(1) ทักษะชีวิตทางด้านร่างกาย บุคคลควรมีความรู้ความสามารถหรือความเชี่ยวชาญเกี่ยวกับ การรู้จักตนเอง การปฏิบัติตนเองให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ตลอดจนการรู้จักพัฒนาบุคลิกภาพของตนเอง เป็นต้น

(2) ทักษะชีวิตทางด้านสังคม บุคคลควรมีความรู้ความสามารถหรือความเชี่ยวชาญเกี่ยวกับ บทบาทของชีวิต การติดต่อสื่อสารที่ดีกับผู้อื่น การแสดงออกที่เหมาะสม ทักษะการสนทนาในสังคม การปฏิบัติตนที่ดีต่อครอบครัวและสังคม เป็นต้น

(3) ทักษะชีวิตทางด้านจิตใจ บุคคลควรมีความรู้ความสามารถหรือความเชี่ยวชาญเกี่ยวกับ การรู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเอง การปรับพฤติกรรมตนเอง การตัดสินใจที่ดี การสร้างความสำเร็จให้แก่ตนเอง การจัดทุกข์และสร้างสุข เป็นต้น

สรุปได้ว่า ทักษะชีวิตมี 3 ด้าน คือ ทักษะชีวิตทางด้านร่างกาย ทักษะชีวิตทางด้านสังคม และทักษะชีวิตทางด้านจิตใจ โดยต้องสอนให้เกิด 3 องค์ประกอบ คือ ความรู้ เจตคติ และทักษะ ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยศึกษาเกี่ยวกับทักษะชีวิตทางด้านร่างกาย คือ ให้นักเรียนชาวเขาได้ปฏิบัติตนเองให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพกายที่ดี มีพฤติกรรมสุขภาพในเรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี และถูกต้อง โดยผ่านกระบวนการเรียนรู้ที่เรียกว่า “การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม” โดยสอนให้เกิด 3 องค์ประกอบ คือ ความรู้ เจตคติ และทักษะ มาประกอบในการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

1.1.3 การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning)

1.1.3.1 ความหมายของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

กรมสามัญศึกษา (2522 : 2) ได้กล่าวถึง การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมว่าเป็นกระบวนการที่เน้นการฝึกทักษะและการสร้างเจตคติจากประสบการณ์ของผู้เรียน เป็นการเรียนรู้ที่เรียนเป็นปฏิบัติหรือเป็นการกระทำ เพื่อให้เกิดการพัฒนาหรือการเปลี่ยนแปลงที่นำไปสู่การเรียนรู้ใหม่ ๆ อย่างต่อเนื่อง เป็นการเรียนรู้ที่ต้องเกิดจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนเอง และระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน ซึ่งผลที่ได้ (Product) จะก่อให้เกิดการขยายตัวของเครือข่ายความรู้ในแนวทางการปฏิบัติและวิธีการปฏิบัติกันอย่างกว้างขวาง ทั้งนี้โดยอาศัยการถ่ายทอดทางภาษา การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การคิดวิเคราะห์ การสังเคราะห์ การสรุปผลและการนำความรู้ ทักษะต่าง ๆ รวมทั้งเจตคติและค่านิยมที่พึงประสงค์ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.1.3.2 หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมหรือเรียกย่อ ๆ ว่า PL จะอาศัยหลักการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง โดยพื้นฐานสำคัญประการแรก คือ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และประการที่ 2 คือ การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ (กรมสุขภาพจิต. 2541 : 11)

1.1.3.2.1 การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ คือ การจัดกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้จากประสบการณ์ของผู้เรียนเกิดความรู้ใหม่ ๆ อย่างต่อเนื่อง มีหลักสำคัญ

5 ประการ คือ

- เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์ของผู้เรียน
- ทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ ๆ ที่ท้าทายอย่างต่อเนื่อง และเป็นการเรียนรู้ที่เรียกว่า Active Learning

- มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนด้วยตนเอง และระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน
- ปฏิสัมพันธ์ที่มีทำให้เกิดการขยายตัวของเครือข่ายความรู้ที่ทุกคนมีอยู่ออกไปอย่างกว้างขวาง

- มีการสื่อสารโดยการพูด หรือการเขียน เป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยน การวิเคราะห์และสังเคราะห์ความรู้

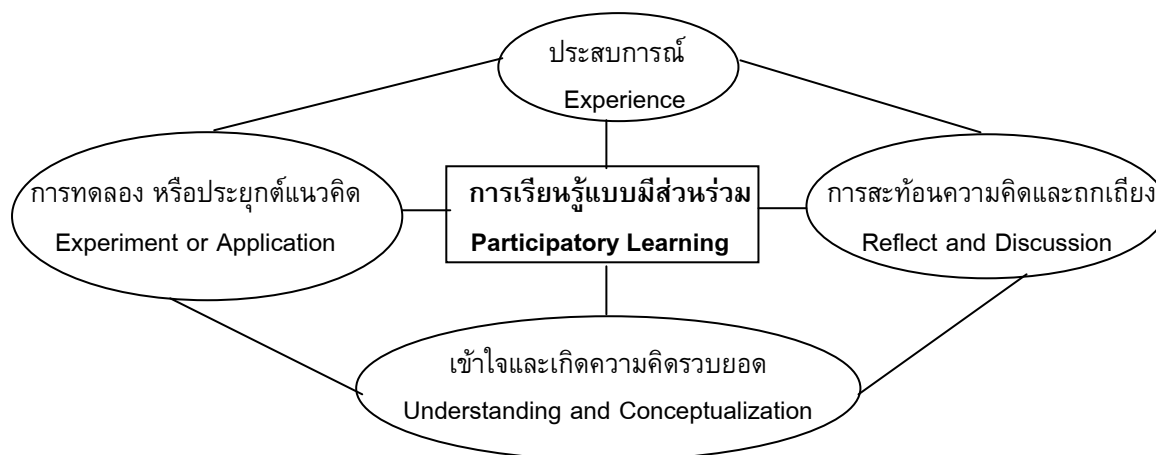
องค์ประกอบของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ในการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีอยู่ 4 ประการ คือ ประสบการณ์ การสะท้อนความคิดและถกเถียง เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด และการทดลองหรือประยุกต์แนวคิด ดังนี้ (กรมการศึกษานอกโรงเรียน. 2541 : 14)

องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม	
1. ประสบการณ์ (Experience)	ผู้สอนช่วยให้ผู้เรียนนำประสบการณ์เดิมของตนมาพัฒนาเป็นองค์ความรู้
2. การสะท้อนความคิดและถกเถียง (Reflect and Discussion)	ผู้สอนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงออกเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และเรียนรู้ซึ่งกันและกันอย่างลึกซึ้ง
3. เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด (Understanding and Conceptualization)	ผู้เรียนเกิดความเข้าใจ และนำไปสู่การเกิดความคิดรวบยอด อาจเกิดขึ้นโดยผู้เรียนเป็นฝ่ายริเริ่ม แล้วผู้สอนช่วยเติมแต่งให้สมบูรณ์หรือในทางกลับกัน ผู้สอนเป็นผู้นำทางและผู้เรียนเป็นผู้สานต่อจนความคิดนั้นสมบูรณ์เป็นความคิดรวบยอด
4. การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด (Experiment or Application)	ผู้เรียนนำเอาการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ไปประยุกต์ใช้ในลักษณะ หรือสถานการณ์ต่าง ๆ จนเกิดเป็นแนวทางปฏิบัติของผู้เรียนเอง

ภาพประกอบ 3 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

ที่มา : กรมการศึกษานอกโรงเรียน. (2541). คู่มือการจัดกิจกรรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดสำหรับกลุ่มเป้าหมายการศึกษานอกโรงเรียน. หน้า 14.

และองค์ประกอบเหล่านี้สามารถสรุปเป็นภาพรวมดังแผนภาพ
(กรมสุขภาพจิต. 2541 : 12)



ภาพประกอบ 4 องค์ประกอบ 4 ประการของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

ที่มา : กรมสุขภาพจิต. (2541). *คู่มือกลุ่มบำบัดเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับกลุ่มเสี่ยง*. หน้า 12.

ความสัมพันธ์ขององค์ประกอบทั้ง 4 ประการนี้ จะเป็นไปอย่างพลวัตร โดยอาจเริ่มจากจุดใดจุดหนึ่ง และเคลื่อนย้ายไปมาระหว่างองค์ประกอบต่าง ๆ ดังนั้น ในแง่ของการเรียนการสอนจึงอาจเริ่มต้นที่จุดใดก่อนก็ได้ แต่สำคัญที่การจัดกระบวนการให้ครบทุกองค์ประกอบ

1.1.3.2.2 การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีหลักสำคัญ คือ ต้องการให้เกิดการเรียนรู้สูงสุด โดยให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมมากที่สุดในทุก ๆ องค์ประกอบก็คือ การแบ่งปันประสบการณ์ การได้สะท้อนความคิดและถกเถียง การสรุปความคิดรวบยอด ตลอดจนได้ทดลองหรือประยุกต์แนวคิด และในทุกองค์ประกอบนั้นจะต้องเกิดการเรียนรู้สูงสุด หรืออาจกล่าวได้ว่า การเรียนรู้สูงสุด (Maximum Learning) เกิดจากการมีส่วนร่วมสูงสุด (Maximum Participation) และการบรรลุงานสูงสุด (Maximum Performance) ทั้ง 4 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

การมีส่วนร่วมสูงสุด ((Maximum Participation) เกิดจากการออกแบบกลุ่มที่เหมาะสมในแต่ละองค์ประกอบของการเรียนรู้ กลุ่มแต่ละประเภทจะมีข้อดีและข้อจำกัดที่ต่างกัน เช่น บางประเภทเอื้ออำนวยให้มีส่วนร่วมได้มากแต่อาจขาดความหลากหลายของแนวคิด จึงเหมาะสำหรับเวลาที่ผู้สอนต้องการให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากประสบการณ์ โดยยังไม่ต้องการข้อสรุปรายละเอียดของกลุ่มแต่ละประเภท การร้อยรัดกระบวนการกลุ่มที่หลากหลายเข้าด้วยกันอย่างเหมาะสมในแต่ละชั่วโมงการสอนจะทำให้เกิดการเรียนรู้สูงสุด มีพลวัตรหรือการเคลื่อนไหวของการเรียนรู้ตลอดเวลา ทำให้ผู้เรียนมีความสนใจอย่างต่อเนื่อง โดยมีข้อบ่งชี้และข้อจำกัดของกลุ่มแต่ละประเภท ดังแสดงในตาราง 1 (กรมสุขภาพจิต. 2541 : 13 – 14)

ตาราง 1 ข้อบ่งใช้และข้อจำกัดของกลุ่มแต่ละประเภท

ประเภทกลุ่ม	ความหมาย	ข้อบ่งใช้	ข้อจำกัด
กลุ่ม 2 คน (Pair Group)	ให้ผู้เรียนจับคู่กันทำกิจกรรมที่ได้รับมอบหมาย	ต้องการให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการออกความเห็นหรือปฏิบัติ	ขาดความหลากหลายทางความคิดและประสบการณ์
กลุ่ม 3 คน (Triad Group)	ให้ผู้เรียนจับกลุ่ม 3 คน แต่ละคนมีบทบาทที่ชัดเจน และหมุนเวียนบทบาทกันได้	ทุกคนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ ตามบทบาท และสามารถเรียนรู้ได้ครบทุกบทบาท	ขาดความหลากหลายและความกระฉับกระเฉงไปบ้าง
กลุ่มย่อยระดมสมอง (Buzz Group)	เป็นการรวมกลุ่ม 3 – 4 คน ขึ้นไปชั่วคราว เพื่อแสดงความเห็น	ต้องการให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในเวลาสั้น ๆ โดยไม่ต้องการข้อสรุปหรือต้องการข้อสรุปที่ไม่ลึกซึ้งมากนัก	ขาดความลึกซึ้ง ไม่มีการอภิปรายกัน
กลุ่มเล็ก (Small Group)	เป็นการจัดกลุ่ม 5 – 6 คน ทำกิจกรรมที่ได้รับมอบหมายจนลุล่วง	ต้องการให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและถกเถียงอย่างลึกซึ้งจนได้ข้อสรุป	ใช้เวลามาก
กลุ่มใหญ่ (Large Group)	เป็นการอภิปรายในกลุ่ม 15 – 30 คน หรือทั้งชั้น	ต้องการให้เกิดการโต้แย้งหรือการรวบรวมความคิดจากกลุ่มย่อยเพื่อหาข้อสรุป	บางคนอาจให้ความสนใจหรือมีส่วนร่วมน้อย ใช้เวลามาก
กลุ่มไขว้ (Cross-over Group)	เป็นการจัดกลุ่ม 2 ขั้นตอน โดยแยกให้ผู้เรียนทำกิจกรรมเฉพาะบางกลุ่มจนมีความเชี่ยวชาญจากนั้นจึงให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มรวมกันเป็นกลุ่มใหญ่เพื่อบูรณาการ	ต้องการให้ผู้เรียนใช้ศักยภาพตนเองในการสร้างความรู้ ผู้เรียนจะมีส่วนร่วมและได้เนื้อหามาก	ใช้เวลามาก อาจมีความรู้ที่ตกหล่น
กลุ่มแบ่งย่อย (Subgroup)	เป็นการจัดกลุ่ม 2 ขั้นตอนจาก 8 – 12 คน แต่ละกลุ่มถูกแบ่งเป็นกลุ่มย่อย 3 – 4 กลุ่ม เพื่อทำงานกลุ่มละ 1 งาน (ที่ไม่เหมือนกัน) จากนั้นจึงให้กลุ่มย่อยมารวมกันเพื่อบูรณาการ	เหมือนกลุ่มไขว้	เหมือนกลุ่มไขว้
กลุ่มปิรามิด (Pyramid Group)	รวบรวมความคิดเห็นริเริ่มจากกลุ่ม 2 – 4 คน ทวีขึ้นไปเป็นชั้น ๆ จนครบทั้งชั้น	สร้างความตระหนักและเข้าใจในความรู้สึกนึกคิดของแต่ละกลุ่มหรือฝ่าย	ขาดข้อสรุปและความลึกซึ้ง

ที่มา : กรมสุขภาพจิต. (2541). คู่มือกลุ่มบำบัดเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับกลุ่มเสี่ยง. หน้า 13-14.

การบรรลุงานสูงสุด (Maximum Performance) หัวใจสำคัญของการบรรลุงานสูงสุดอยู่ที่การกำหนดงานให้กับกระบวนการกลุ่ม ซึ่งมีองค์ประกอบที่สำคัญ 3 ประการ คือ

(1) กำหนดกิจกรรมที่ชัดเจนว่าจะให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่มอย่างไร เพื่อทำอะไร ใช้เวลามากน้อยแค่ไหน เมื่อบรรลุงานแล้วจะให้ทำอะไรต่อ เช่น เตรียมนำเสนอในเวลาที่กำหนดให้

(2) กำหนดบทบาทของกลุ่มหรือสมาชิกที่ชัดเจน โดยปกติการกำหนดบทบาทในกลุ่มย่อยควรให้แต่ละกลุ่มมีบทบาทที่แตกต่างกัน เมื่อมารวมเสนอในกลุ่มใหญ่จึงจะเกิดการขยายเครือข่ายการเรียนรู้โดยไม่ซ้ำซ้อน การกำหนดบทบาทยังรวมถึงสมาชิกในกลุ่มด้วย เช่น บทบาทของผู้เสนอบทบาทสมมติ และผู้สังเกตการณ์ หรือบทบาทของการนำกลุ่ม เป็นต้น

(3) ควรมีโครงสร้างของงานที่ชัดเจน ซึ่งบอกรายละเอียดของกิจกรรมและบทบาทโดยทำเป็นกำหนดงานที่ผู้สอนแจ้งแก่ผู้เรียนหรือทำเป็นใบงานมอบให้กับกลุ่ม ซึ่งประการหลังจะเหมาะกับการทำกลุ่มย่อยที่ต้องการทำงานให้มีผลงานที่เป็นข้อสรุปของกลุ่ม โดยจัดทำเป็น

- ใบงาน เป็นกำหนดงานหรือใบมอบหมายงานให้กับกลุ่มย่อยระดมสมอง ที่มีรายละเอียดมาก และต้องการผลงานที่เป็นข้อสรุปของกลุ่มที่มีความลึกซึ้งมาก ผู้สอนอาจพิมพ์หรือเขียนใส่กระดาษแจกให้ผู้เรียนหรือแจกให้กลุ่มประกอบการทำงานกลุ่ม มักใช้ในกิจกรรมสะท้อนความคิดและอภิปราย และกิจกรรมประยุกต์แนวคิด

- ใบชี้แจง เป็นการอธิบายงานที่มีรายละเอียดไม่มากนักในกลุ่มใหญ่ ก่อนทำกิจกรรมกลุ่ม ผู้สอนอาจเขียนบนกระดานหรือแผ่นใสให้ผู้เรียนอ่านพร้อมกันในชั้นเรียนหรือในกลุ่มใหญ่ มักใช้ในกิจกรรมด้านประสบการณ์หรือประยุกต์แนวคิด(กรมสุขภาพจิต.

2543 : 9-10)

ดังนั้นพอจะสรุปได้ว่า หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีพื้นฐานสำคัญ 2 ประการ คือ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ในการเรียนรู้เชิงประสบการณ์มีองค์ประกอบที่สำคัญ 4 ประการ คือ ประสบการณ์ การสะท้อนความคิดและถกเถียงเข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด และทดลองและประยุกต์แนวคิด ซึ่งการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ การสอนจะเริ่มตรงจุดใดก่อนก็ได้ ที่สำคัญคือให้ครบทุกองค์ประกอบทั้ง 4 นี้ โดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ส่วนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 2 ประการคือ การมีส่วนร่วมสูงสุด เกิดจากการออกแบบกลุ่มที่เหมาะสมในแต่ละองค์ประกอบของการเรียนรู้ ซึ่งกลุ่มแต่ละประเภทจะมีข้อดีและข้อจำกัดต่างกัน และการบรรลุงานสูงสุด หัวใจสำคัญของการบรรลุงานสูงสุดอยู่ที่การกำหนดงานให้กับกลุ่มนั่นเอง

1.1.3.3 หลักการสอนความรู้แบบมีส่วนร่วม

การสอนความรู้ (Knowledge) ที่ใช้หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ช่วยสร้างทักษะชีวิตที่เป็นพื้นฐานและเป็นองค์ประกอบร่วมของทักษะชีวิตตัวอื่น ๆ ทั้งหมด การจัด

กิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาวิชานั้นไม่มีขั้นตอนการสอนที่เฉพาะเจาะจง เพียงแต่ให้คำนึงถึงการจัดกิจกรรมที่ครอบคลุมประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมทั้ง 4 ประการ ลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้ที่ยึดหลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้

องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม	ลักษณะเฉพาะของการสอนความรู้
ประสบการณ์	ตั้งคำถามเพื่อรวบรวมประสบการณ์ของผู้เรียน
การสะท้อนความคิดและอภิปราย	ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้ เพื่อสร้างความรู้ตามงานที่ได้รับมอบหมาย
ความคิดรวบยอด	การบรรยายโดยผู้สอนหรือสื่อ การรายงานผลงานกลุ่มหรือบูรณาการความรู้ของกลุ่มย่อยโดยการอภิปรายในกลุ่มใหญ่
ประยุกต์แนวคิด	ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมที่ประยุกต์ความรู้ที่เกิดขึ้น เช่น เขียนคำขวัญ จัดบอร์ด ทำรายงาน เขียนเรียงความ ฯลฯ

ที่มา : กรมสุขภาพจิต. (2541). *คู่มือกลุ่มบำบัดเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับกลุ่มเสี่ยง*. หน้า 16.

1.1.3.4 หลักการสอนเจตคติแบบมีส่วนร่วม

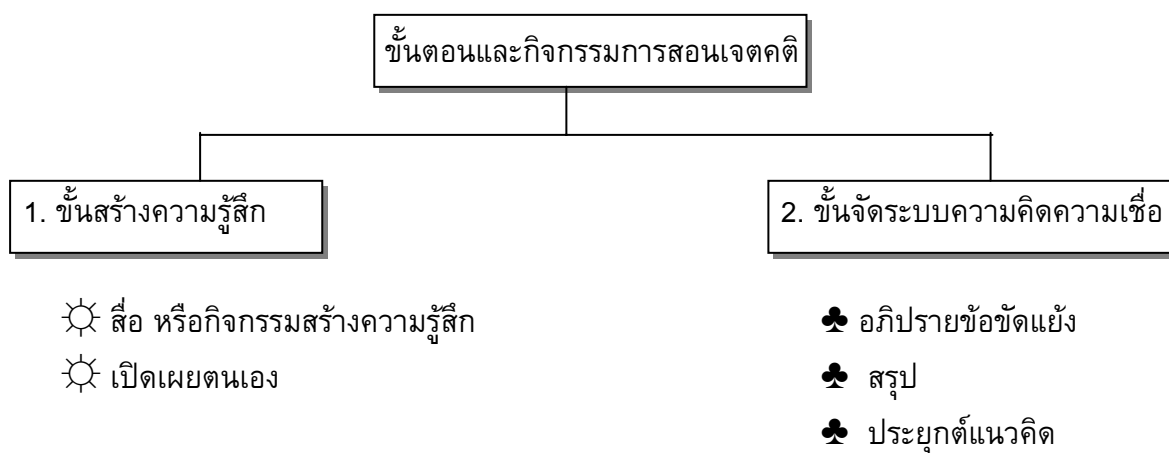
ในกระบวนการสอนจะมีองค์ประกอบทั้งด้านพุทธิพิสัย (ความรู้) จิตพิสัย (เจตคติ) และทักษะพิสัย (ทักษะ) แต่การสอนเจตคติจะมุ่งเน้นในด้านจิตพิสัย ซึ่งมีองค์ประกอบ 2 ด้าน คือ การสร้างความรู้สึกลึกซึ้งสอดคล้องกับเจตคติดังกล่าว และการจัดระบบความคิดความเชื่อเมื่อนำมาสัมพันธ์กับหลักการทั่วไปของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม การสอนเจตคติจึงควรมีลักษณะเฉพาะ ดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและลักษณะเฉพาะของการสอนเจตคติ

องค์ประกอบของการเรียนรู้	ลักษณะเฉพาะของการสอนเจตคติ
ประสบการณ์	เน้นประสบการณ์ด้านความรู้สึกของผู้เรียน
การสะท้อนความคิดและถกเถียง	ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นและโต้แย้งอย่างเต็มที่
การสรุปความคิดรวบยอด	ผู้เรียนได้ข้อสรุปด้วยตนเองโดยผู้สอนกระตุ้นให้ผู้เรียนคิดและช่วยเพิ่มเติม
การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด	ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมทั้งในหรือนอกเวลาเรียน เพื่อให้มีเจตคติที่ฝังแน่นมากขึ้น

ที่มา : กรมสุขภาพจิต. (2541). *คู่มือกลุ่มบำบัดเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับกลุ่มเสี่ยง*. หน้า 17.

เนื่องจากเจตคติเป็นความคิดหรือความเชื่อที่มีความรู้สึกเป็นองค์ประกอบ ดังนั้นการสอนจึงต้องมีทั้ง 2 องค์ประกอบ คือ ด้านความรู้สึกและด้านความคิดความเชื่อ ดังแสดงใน ภาพประกอบ 5 (กรมสุขภาพจิต. 2541 : 17)



ภาพประกอบ 5 ขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ

ที่มา : กรมสุขภาพจิต. (2541). คู่มือกลุ่มบำบัดเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับกลุ่มเสี่ยง. หน้า 17.

ขั้นสร้างความรู้สึกจะใช้สื่อหรือกิจกรรมสร้างความรู้สึก อาจใช้เวลาประมาณ 5 – 20 นาทีของคาบสอน ส่วนที่เหลือจะเป็นการจัดระบบความคิดความเชื่อ ดังนั้น ผู้สอนจึงจำเป็นต้องมีทักษะในการสื่อสารและกิจกรรมให้เกิดความรู้สึกได้จริง รวมทั้งมีทักษะในการใช้กระบวนการกลุ่มช่วยจัดระบบความคิดความเชื่อได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยให้ผู้เรียนมีโอกาสอภิปรายโต้แย้งจนผู้เรียนสามารถสรุปได้ด้วยตนเอง และนำข้อสรุปที่ได้มาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์อื่น ๆ โดยมีรายละเอียดกิจกรรมสรุป ดังแสดงในตาราง 4

ตาราง 4 สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนเจตคติ

ขั้นตอน	องค์ประกอบ PL	กิจกรรม
1. ขั้นสร้างความรู้สึก	ประสบการณ์	สื่อหรือกิจกรรมสร้างความรู้สึก เป็นการใช้อุปกรณ์หรือกิจกรรมเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกหรืออารมณ์ร่วมกับเรื่องนั้น สื่อสร้างความรู้สึก - บทสำหรับอ่านในรูปแบบกรณีศึกษา จดหมาย บันทึก บทสัมภาษณ์ ฯลฯ - แถบเสียง วีดิทัศน์ กิจกรรมสร้างความรู้สึก - กิจกรรมสร้างความรู้สึกโดยตรง เช่น การสำรวจความคิดเห็น แบบสอบถาม จัดลำดับความสำคัญ เป็นต้น

ตาราง 4 (ต่อ)

ขั้นตอน	องค์ประกอบ PL	กิจกรรม
		- กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีเนื้อหาเชื่อมโยง - กิจกรรมอื่น ๆ เช่น กิจกรรมที่อาศัยจินตนาการ การต่อเรื่อง การโต้ว่าที่ การเปิดเผยตนเอง เป็นการตั้งประสบการณ์เก่าของผู้เรียน มักทำในกลุ่ม 2 คน หรือกลุ่มย่อยระดมสมอง เช่น ให้เล่าความรู้สึกโดยตรง ให้สมมติตนเองเป็นบุคคลในเรื่อง ให้เขียนแล้วแลกเปลี่ยนเป็นต้น
2. ชั้นจักระบบความคิดความเชื่อ	สะท้อนความคิดและอภิปราย	การอภิปรายข้อขัดแย้ง เป็นการตั้งประเด็นคำถามให้เกิดการอภิปรายเพื่อให้มีการการจักระบบความคิดความเชื่อของสมาชิกกลุ่ม
	ความคิดรวบยอด	การสรุป เป็นการให้กลุ่มรายงานข้อสรุปและร่วมกันสรุปแนวคิดในกลุ่มใหญ่
	ประยุกต์แนวคิด	การประยุกต์แนวคิด เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนได้ประยุกต์ใช้เจตคติที่เกิดขึ้น ควรเป็นกิจกรรมในห้องเรียน และอาจต่อยอดโดยการทำกิจกรรมเสริม

ที่มา : กรมสุขภาพจิต. (2541). *คู่มือกลุ่มบำบัดเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับกลุ่มเสี่ยง*. หน้า 23.

กิจกรรมการสอนเจตคติ

ในการสอนเจตคติมีกิจกรรมที่ใช้ในขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต. 2541 : 19 – 22)

(1) กิจกรรมในขั้นตอนสร้างความรู้สึก เป็นกิจกรรมที่มุ่งกระตุ้น จูงใจ หรือโน้มน้าวให้เกิดอารมณ์ ความรู้สึกตามจุดประสงค์ เพื่อนำไปสู่การจักระบบความคิดความเชื่อ และสร้างเป็นเจตคติที่ต้องการหรือเปลี่ยนเป็นเจตคติที่พึงประสงค์ กิจกรรมในขั้นตอนนี้ได้แก่

(1.1) สื่อหรือกิจกรรมสร้างความรู้สึก

(1.1.1) สื่อ เป็นเรื่องราวที่บันทึกไว้เช่น บทความ บันทึกประจำวัน จดหมาย ฯลฯ อาจทำเป็นบทสำหรับอ่าน (Script) แถบเสียง วีดิทัศน์

- บทสำหรับอ่าน (Script) ใช้ได้ง่าย แต่ต้องอาศัย

ความสามารถของผู้สอนในการใช้น้ำเสียง จังหวะ เพื่อช่วยให้เกิดความรู้สึก

- แถบเสียง ใช้ได้ง่าย สามารถใช้ดนตรี และเสียงของบุคคล

มาช่วยทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีขึ้น

- วีดิทัศน์ ถ้าสร้างได้ดีจะช่วยกระตุ้นความรู้สึกได้มาก แต่

อาจมีปัญหาเรื่องเครื่องมือ ปัญหาทางเทคนิคของภาพและเสียง ตลอดจนขนาดของจอด้วย

(1.1.2) กิจกรรมสำหรับสร้างความรู้สึกร่วม อาจแบ่งได้เป็น

- กิจกรรมสร้างความรู้สึกร่วมโดยตรง เป็นการประยุกต์
กรณีศึกษาให้เป็นกิจกรรมเพื่อให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม ได้แก่

- ละคร เป็นเรื่องสั้น ๆ โดยเขียนบทให้ผู้เรียนเตรียมการแสดงมาก่อน ซึ่งผู้เรียนมักจะแสดงได้ดี และเพื่อน ๆ ให้ความสนใจ จุดสำคัญอยู่ที่บทละครจะต้องสร้างอารมณ์ความรู้สึกที่สัมพันธ์กับจุดประสงค์ได้ดี ไม่ควรมีฉากหลายฉากเกินไป และแต่ละฉากควรจะสั้น ทั้งนี้เพื่อให้เล่นได้ง่าย ชวนติดตาม และไม่เสียเวลามาก

- ละครวิทยุ ผู้เรียนสามารถแสดงได้ง่ายโดยใช้ฉากนั้น แล้วผู้เรียนอ่านตามบทที่เตรียมไว้ให้ได้อารมณ์ความรู้สึก โดยไม่ต้องมีการแสดง

- หุ่นกระบอก ใช้กับเด็กประถมหรือเด็กมัธยมเล่นในเรื่องที่ตัวละครจะแสดงออกได้ยาก สามารถสร้างบทให้ซับซ้อนกว่าละคร เพราะมีผู้พากย์ต่างหาก

- กิจกรรมที่จำแนกเจตคติของผู้เรียนโดยหวังผลให้ผู้เรียน
ได้เกิดความรู้สึกประหลาดใจ และตระหนักในความคิดเห็นที่แตกต่างกันระหว่างกลุ่ม ได้แก่

- การสำรวจความคิดเห็น เป็นกิจกรรมที่ผู้สอนใช้เพื่อให้ผู้เรียนได้รับความคิดของอีกฝ่าย ซึ่งจะโยกคลอนความรู้สึกเดิมที่ตนเองยึดถืออยู่ได้ดี จากนั้นก็ใช้กระบวนการกลุ่มมาอภิปรายต่อให้ลึกซึ้ง

- การตอบแบบสอบถาม แบบสอบถามที่ออกแบบได้ดีจะทำให้เกิดความรู้สึกผิด คาดได้ว่าตนคิดแตกต่างกับคนอื่นหรือกลุ่มอื่นอย่างไร

- การจัดลำดับความสำคัญ ทำให้ผู้เรียนเผชิญกับความรู้สึกขัดแย้งว่า จะให้ความสำคัญกับอะไรมากกว่า

- กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีเนื้อหาเชื่อมโยงกับเจตคติที่ต้องการจะช่วยสร้างความตระหนัก ซึ่งสามารถเชื่อมโยงสู่การจัดระบบความคิดความเชื่อได้ดี

- กิจกรรมอื่น ๆ เช่น การโต้เถียง การต่อเนื่อง การเล่นบทบาทสมมติ การใช้จินตนาการ หากจัดให้เข้ากับจุดประสงค์ที่กระตุ้นความรู้สึกและเหมาะสมกับผู้เรียน ก็จะช่วยในขั้นตอนของการสร้างและเปลี่ยนแปลงเจตคติ

(1.2) การเปิดเผยตนเอง เป็นการเปิดเผยความรู้สึกนึกคิดของผู้เรียนที่มาจากประสบการณ์เดิม มีกิจกรรมย่อย ๆ หลายกิจกรรมที่มักทำในกลุ่ม 2 คน กลุ่ม 3 คน หรือกลุ่มระดมสมอง 3 – 4 คน เพื่อให้ผู้เรียนทุกคนได้แสดงความคิดเห็นได้เต็มที่

(1.2.1) การเล่าความรู้สึกโดยตรง เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

(1.2.2) การสมมติตนเองเป็นบุคคลในเรื่อง เพื่อให้เกิดประสบการณ์ของความเห็นใจและเข้าใจ เหมือนกับเป็นบุคคลนั่นเอง

(1.2.3) การเขียนแล้วแลกเปลี่ยนกันอ่าน เหมาะสำหรับผู้เรียนกลุ่มที่ไม่กล้าแสดงออกในการระดมสมอง วิธีการนี้ยังแบ่งได้ 2 ชนิด คือ ให้เจ้าตัวอ่านเองหรือสลับให้คนอื่นอ่าน วิธีหลังเหมาะกับเรื่องที่ย่อหน้ายาวต่อการเปิดเผยทำให้ผู้เรียนอาย เช่น เรื่องเพศ หรือความเห็นที่ขัดแย้งกันและมีการแบ่งเป็นฝ่ายชัดเจน

(2) กิจกรรมในขั้นตอนจัดระบบความคิดความเชื่อ โดยอาศัยกระบวนการกลุ่มเพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมสูงสุดประกอบไปกับงานใน 3 กิจกรรม เป็นขั้นตอนต่อเนื่อง กล่าวคือ

(2.1) การอภิปรายโดยวิธีแบ่งกลุ่ม โดยใช้กลุ่มเล็ก 5 – 6 คน หรือกลุ่มย่อยระดมสมอง 3 – 4 คน เพราะผู้เรียนได้แสดงออกมากกว่า ดังนั้น จึงควรให้แบ่งกลุ่มย่อยอภิปรายแล้วจึงช่วยกันหาข้อสรุปในกลุ่มใหญ่ภายหลัง การอภิปรายแม้จะสนับสนุนให้ผู้เรียนกล้าแสดงความคิดเห็นแต่ก็ต้องเคารพสิทธิของคนที่เลือกจะเป็นฝ่ายฟังเช่นกัน ในการอภิปรายข้อขัดแย้งหากมีน้อยจะทำให้เจตคติที่เกิดขึ้นไม่ยั่งยืน ผู้สอนจึงควรกระตุ้นให้เกิดประเด็นขัดแย้งโดยอาศัยใบงานที่ตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้แสดงความคิดเห็นที่ต่างกันและอภิปรายต่อได้ชัดเจน การอภิปรายยังเป็นกิจกรรมสำคัญในการฝึกทักษะชีวิตในด้านการคิดวิพากษ์วิจารณ์และความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งจะผสมผสานไปในประเด็นที่ผู้สอนตั้งขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนคิดและถกเถียงกันได้เอง

(2.2) การสรุป เป็นการสร้างความคิดรวบยอดร่วมกัน ทั้งนี้ ผู้สอนควรสนับสนุนให้ผู้เรียนเป็นผู้สรุปแนวคิดที่ได้จากการทำกิจกรรม หากไม่ครอบคลุมผู้สอนจึงเพิ่มเติมให้สมบูรณ์ ในระหว่างการสรุปควรสนับสนุนให้มีการอภิปรายความคิดเห็นที่ขัดแย้งกันในกลุ่มใหญ่ เพื่อช่วยให้มีการจัดระบบความคิดความเชื่อที่ชัดเจน

(2.3) การประยุกต์แนวคิด ผู้สอนควรใช้เวลาว่างท้ายชั่วโมง เพื่อให้ผู้เรียนได้ประยุกต์แนวคิดโดยการให้ทำกิจกรรมที่ไม่ใช้เวลาามาก เช่น เขียนคำขวัญสรุปข้อความสำคัญ หรือตอบแบบทดสอบ ซึ่งเท่ากับเป็นการประเมินการสอนไปด้วย

1.1.3.5 หลักการสอนทักษะแบบมีส่วนร่วม

ในกระบวนการสอนจะมีองค์ประกอบทั้งด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัยและทักษะพิสัย แต่การสอนทักษะต้องอาศัยการสร้างให้เกิดความชัดเจนในตัวทักษะให้เห็นเป็นขั้นตอนที่ปฏิบัติได้ง่าย ผู้เรียนได้มีโอกาสลงมือปฏิบัติในสถานการณ์ใกล้เคียง เมื่อดูจากองค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม การสอนทักษะจึงควรมีลักษณะเฉพาะ ดังแสดงในตาราง 5

ตาราง 5 องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ

องค์ประกอบของการเรียนรู้	ลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ
ประสบการณ์	อาศัยเหตุการณ์ที่ตรงกับชีวิตจริงในการเรียนรู้ทักษะ
การสะท้อนความคิดและอภิปราย	ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันในการวิเคราะห์ปัญหา หากกฎเกณฑ์หรือวิเคราะห์ขั้นตอนในการฝึกทักษะต่าง ๆ

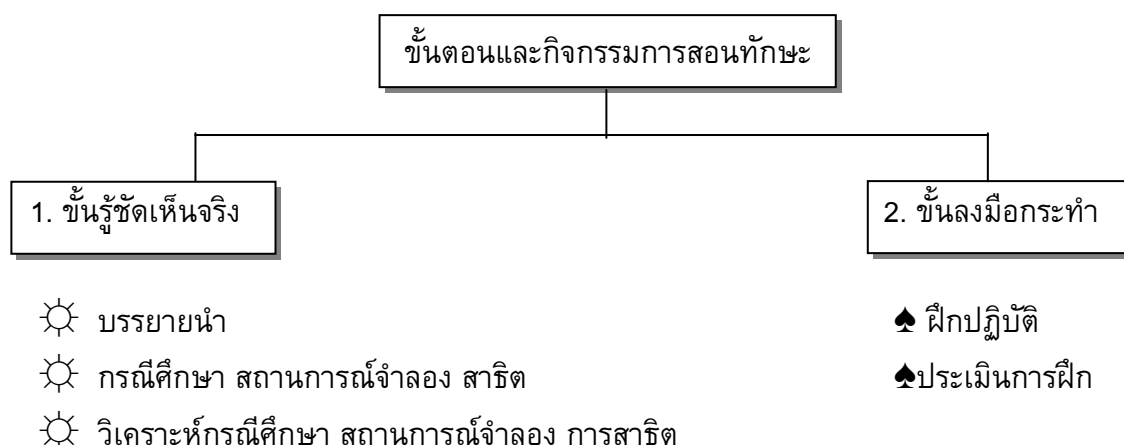
ตาราง 5 (ต่อ)

องค์ประกอบของการเรียนรู้	ลักษณะเฉพาะของการสอนทักษะ
การสรุปความคิดรวบยอด	ได้ความคิดรวบยอดหลายขั้นตอน ทั้งจากการฟังบรรยาย จากการสังเกตการสาธิต การประเมินผลในกลุ่มและการประเมินผลรวม
การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด	ผู้เรียนได้มีโอกาสฝึกซ้ำ ๆ โดยการแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ต่าง ๆ

ที่มา : กรมสุขภาพจิต. (2541). *คู่มือกลุ่มบำบัดเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับกลุ่มเสี่ยง*. หน้า 23.

ทักษะเป็นความสามารถที่คนเราไม่เคยมีมาก่อน แต่ได้เรียนรู้จนกระทั่งทำได้ อย่างชำนาญ ดังนั้นการสอนทักษะจึงต้องมี 2 ขั้นตอน คือ ขั้นรู้ชัดเห็นจริง เป็นขั้นตอนที่มุ่งให้ผู้เรียนรับรู้ ว่า ทักษะเหล่านั้นมีความสำคัญและฝึกฝนให้เป็นหรือทำได้อย่างไร และขั้นลงมือกระทำ เป็นขั้นตอนที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติตามที่ได้เรียนรู้มาจากขั้นตอนแรก

(กรมสุขภาพจิต. 2541 : 23) ดังแสดงในภาพประกอบ 6



ภาพประกอบ 6 ขั้นตอนและกิจกรรมการสอนทักษะ

ที่มา : กรมสุขภาพจิต. (2541). *คู่มือกลุ่มบำบัดเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับกลุ่มเสี่ยง*. หน้า 23.

ขั้นรู้ชัดเห็นจริงเราใช้องค์ประกอบของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม 3 องค์ประกอบ คือ ความคิดรวบยอด ประสบการณ์ และการสะท้อนความคิดและอภิปราย สำหรับองค์ประกอบของความคิดรวบยอดเกิดขึ้นโดยการบรรยายนำประกบกับการยกตัวอย่างและให้ผู้เรียนร่วมอภิปรายถึงความสำคัญและวิธีการฝึกทักษะนั้น ๆ องค์ประกอบด้านประสบการณ์ ผู้สอนใช้กรณีศึกษาหรือสถานการณ์จำลองให้ผู้เรียนคิดใช้ทักษะดังกล่าวหรือใช้การสาธิต ซึ่งอาจให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมได้ การสาธิตจะช่วยให้ผู้เรียนเห็นจริงเป็นลำดับขั้นตอนอย่างชัดเจน ส่วนองค์ประกอบสะท้อน

ความคิดและอภิปราย ผู้สอนอาจให้ผู้เรียนจัดกลุ่มย่อยหรือกลุ่มระดมสมองเพื่อหากฎเกณฑ์ โดยกิจกรรมทั้ง 3 องค์ประกอบ สามารถจัดเปลี่ยนลำดับได้ตามความเหมาะสม

สำหรับชั้นลงมือกระทำใช้องค์ประกอบการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมด้านการประยุกต์แนวคิดและทดลอง ให้ผู้เรียนใช้ทักษะโดยการบทบาทสมมติ (Role Play) หรือการซ้อมบท (Rehearsal Play) เป็นกิจกรรมหลัก และมีการฝึกซ้ำโดยผลัดกันแสดงบทบาทจนชำนาญ ดังนั้นการฝึกอบรบนี้จะต้องฝึกให้ผู้สอนมีทักษะในการใช้สถานการณ์จำลองและการสาธิต เพื่อให้ผู้เรียนเห็นจริง ขณะเดียวกันก็มีทักษะในการนำมาฝึกบทบาทสมมติหรือการซ้อมบท และประเมินผลการฝึกได้ ซึ่งมีรายละเอียดของกิจกรรมสรุป ดังแสดงในตาราง 6 (กรมสุขภาพจิต. 2541 : 24 - 25) ตาราง 6 สรุปขั้นตอนและกิจกรรมการสอนทักษะ

ขั้นตอน	องค์ประกอบ PL	กิจกรรม
1. ขั้นรู้ชัดเห็นจริง	ความคิดรวบยอด ประสบการณ์ สะท้อนความคิดและอภิปราย	บรรยายนำเพื่อให้ข้อมูลหรือความรู้ที่จำเป็นในเวลาสั้น ๆ กรณีศึกษา สถานการณ์จำลอง หรือสาธิต - กรณีศึกษา เป็นการตั้งโจทย์ให้ผู้เรียนคิดและแสดงความเห็น - สถานการณ์จำลอง เป็นการตั้งโจทย์เป็นเหตุการณ์ที่มีผู้แสดง - การสาธิต เป็นการแสดงให้เห็นขั้นตอนปฏิบัติที่ถูกต้องโดยอาจแสดงเปรียบเทียบกับปฏิบัติที่ไม่ถูกต้อง การวิเคราะห์กรณีศึกษา สถานการณ์จำลอง หรือการสาธิต
2. ขั้นลงมือกระทำ	ประยุกต์แนวคิด ความคิดรวบยอด	การฝึกปฏิบัติ โดยการฝึกทักษะเป็นขั้นตอนหรือครบองค์ประกอบของทักษะนั้นโดยการแสดงบทบาทสมมติหรือการฝึกซ้อมบท เพื่อให้เกิดความชำนาญ การประเมินการฝึก โดยให้สมาชิกในกลุ่มฝึกประเมินกันเองและผู้สอนประเมินอีกครั้งในกลุ่มใหญ่

ที่มา: กรมสุขภาพจิต. (2541). คู่มือกลุ่มบำบัดเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับกลุ่มเสี่ยง. หน้า 24-25.

กิจกรรมในการสอนทักษะ

ในการสอนทักษะมีกิจกรรมที่ใช้ในการเรียนการสอน ดังนี้ (กรมสุขภาพจิต. 2541 : 25 – 26)

(1) ขั้นรู้ชัดเห็นจริง กิจกรรมการเรียนการสอน ได้แก่

(1.1) การบรรยายนำ เป็นการนำเข้าสู่บทเรียนให้เกิดความน่าสนใจและ

ให้ข้อมูลหรือความรู้ที่จำเป็น ควรเป็นการใช้เวลาที่สั้นและดึงการมีส่วนร่วมจากผู้เรียน เช่น การตั้งคำถามหรือยกตัวอย่างที่ใกล้ตัว แล้วให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็น

(1.2) ประสบการณ์การใช้ทักษะ แบ่งได้เป็น 3 ชนิด

(1.2.1) กรณีศึกษา คือ ผู้สอนตั้งเป็นโจทย์ให้ผู้เรียนคิดและแสดงความคิดเห็นว่าจะทำอย่างไรกับกรณีศึกษา

(1.2.2) สถานการณ์จำลอง คือ ผู้สอนกำหนดโจทย์เป็นสถานการณ์จำลองแล้วนำไปแสดง โดยผู้สอนสมมติตนเองเป็นบุคคลตามโจทย์ และแสดงการสนทนาตอบโต้กับผู้เรียนทั้งห้อง ซึ่งสมมติเป็นคู่สนทนาหรือให้ผู้เรียนจับคู่สนทนากันเอง จุดสำคัญของการเรียนรู้อยู่ที่การอภิปรายและสอนประกอบสถานการณ์จำลอง

(1.2.3) การสาธิต โดยแสดงบทบาทสมมติ มักให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมเป็นคู่สนทนาคนใดคนหนึ่งหรือเป็นทั้ง 2 คน โดยผู้สอนจะซักซ้อมบทกับผู้เรียนที่ขึ้นมาร่วมสาธิตก่อน หลังจากนั้นผู้สอนจะนำบทสนทนา (Dialog) ขึ้นกระดานหรือแผ่นใส เพื่ออภิปรายและสอนประกอบบทสนทนานั้น

(1.3) การอภิปรายในกลุ่มเล็ก เพื่อให้ผู้เรียนวิเคราะห์จากสถานการณ์จำลองหรือจากการสาธิตเพื่อให้เข้าใจชัดเจนถึงขั้นตอนและวิธีการในแต่ละขั้นตอน

(2) ชั้นลงมือกระทำ กิจกรรมการเรียนการสอนแบ่งได้เป็น 2 ส่วน คือ

(2.1) การฝึกปฏิบัติ ทำได้โดยการฝึกบทบาทสมมติและการฝึกซ้อมบท

(2.1.1) การฝึกบทบาทสมมติ เป็นวิธีที่ประสิทธิภาพในการฝึกทักษะ โดยสมมติตัวละครและสถานการณ์ขึ้น เพื่อให้ผู้เรียนสมมติตัวเองเป็นตัวละครตามโจทย์ ดังนั้นต้องกำหนดโจทย์ให้ชัดเจน คือ สถานการณ์ บทบาทของตัวละคร 2 ฝ่าย และบทบาทของผู้สังเกตการณ์ การฝึกบทบาทสมมติอาจแบ่งกลุ่มเป็นกลุ่ม 2 คน กลุ่ม 3 คน หรือกลุ่มย่อย 5 – 6 คน ยิ่งกลุ่มมีคนมากขึ้นก็จะมีการเรียนรู้กันเองมากขึ้นจากการอภิปรายกลุ่ม แต่จะใช้เวลามากกว่าจะฝึกได้ทั่วถึง

(2.1.2) การฝึกซ้อมบท เป็นการให้ผู้เรียนฝึกเป็นตัวของผู้เรียนเองในสถานการณ์ที่เป็นที่ทราบกันว่าเกิดขึ้นได้จริงในชีวิตประจำวัน เพื่อให้ผู้เรียน (ผู้ฝึก) และเพื่อน ๆ ได้ช่วยกันดูว่ามีการใช้ทักษะอย่างไร

(2.2) การประเมินการฝึก เป็นการช่วยกันสะท้อนความคิดว่าสิ่งที่ผู้ฝึกได้ทำไปนั้นตรงตามขั้นตอนที่ควรจะเป็นหรือไม่ การประเมินการฝึกสามารถทำได้โดยให้ผู้เรียนประเมินกันเองในกลุ่ม หรือผู้สอนกับผู้เรียนช่วยกันประเมินในชั้นเรียน หรือทั้ง 2 แบบ

(2.2.1) ในกรณีที่ให้ผู้เรียนประเมินกันเอง ผู้สอนควรกำหนดใบใบงานให้ชัดเจนว่าจะประเมินอย่างไร เช่น “หลังจากฝึกให้ผู้เรียนช่วยกันอภิปรายว่าผู้ที่แสดงเป็นมาลีทำได้ตามขั้นตอนหรือไม่ สมศักดิ์ตอบสนองอย่างไร ขั้นตอนไหนที่มีความยุ่งยากในการฝึก และในชีวิตจริงจะนำทักษะนี้ไปใช้ได้หรือไม่ เพียงใด”

(2.2.2) ในกรณีผู้สอนช่วยประเมิน ผู้สอนอาจใช้วิธีให้ผู้ฝึกออกมาแสดงหน้าชั้น ผู้สอนช่วยวิจารณ์ประกอบการพิจารณาความคิดเห็นจากผู้เรียนในชั้น หรือผู้สอนอาจใช้วิธีสัมภาษณ์หรือให้สมาชิกกลุ่มเล่าถึงสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วผู้สอนให้ข้อเสนอแนะ

จากการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่กล่าวมาข้างต้น พอสรุปได้ดังนี้ การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมอาศัยหลักการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง คือ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งองค์ประกอบการเรียนรู้เชิงประสบการณ์มี 4 ประการ คือ ประสบการณ์ การสะท้อนความคิดและถกเถียง เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด และการทดลองหรือประยุกต์ ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนสามารถเริ่มจากองค์ประกอบใดก่อนก็ได้ แต่เน้นกระบวนการสอนให้ครบทั้ง 4 องค์ประกอบนี้ ส่วนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ เป็นการจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างเต็มศักยภาพ โดยให้มีส่วนร่วมมากที่สุด คือ การออกแบบกลุ่มให้เหมาะสม และบรรลุนานสูงสุด คือ ออกแบบงานให้กับผู้เรียน ซึ่งในการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีหลักการสอนด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย โดยมีสื่อการสอน กิจกรรมการเรียนการสอน การระดมสมอง การแสดงบทบาทสมมติ เกม และการสาธิต มาใช้ในกระบวนการเรียนการสอนเพื่อฝึกทักษะชีวิตของผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วม และได้ฝึกปฏิบัติจริง ซึ่งจะก่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ที่คงทนและสามารถนำมาใช้ในชีวิตจริงได้ ทำให้ผู้เรียนมีความสุขอีกด้วย

สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยต้องการที่จะพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เพื่อให้ให้นักเรียนชาวเขามีสุนัขอนามัยส่วนบุคคลที่ถูกต้อง โดยใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่มีองค์ประกอบ คือ ประสบการณ์ การสะท้อนความคิดและถกเถียง เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด และการทดลองหรือประยุกต์ โดยจะสอนความรู้ เจตคติ และทักษะในแต่ละองค์ประกอบ ซึ่งจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพไปในทางถูกต้องและมีประสิทธิภาพ

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

งานวิจัยในประเทศ

วีภาพรรณ ผลผลา (2541 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง ประสิทธิภาพของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เพื่อป้องกันเอดส์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสตรีวิทยา 2 ผลการศึกษาพบว่า

(1) ภายหลังจากทดลองคะแนนเฉลี่ยเจตคติเพื่อป้องกันเอดส์และทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันเอดส์ของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

(2) ภายหลังจากทดลองคะแนนเฉลี่ยเจตคติเพื่อป้องกันเอดส์และทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันเอดส์ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จริยา อภิรักษ์อาภา (2542 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษา โดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อป้องกันเอดส์สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

จังหวัดราชบุรี ผลการศึกษาพบว่า

(1) ภายหลังการทดลองคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติเพื่อป้องกันเอดส์และด้านการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันเอดส์ของกลุ่มทดลองดีกว่าก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

(2) ภายหลังการทดลองคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติเพื่อป้องกันเอดส์และด้านการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันเอดส์ของกลุ่มทดลองดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุขฤดี ธัชศฤงคารสกุล (2543 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษา เรื่อง โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า

(1) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าก่อนและหลังการทดลองมีทักษะชีวิตในด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาบ้า และพฤติกรรมการป้องกันการเสพยาบ้าไม่แตกต่างกัน ส่วนในด้านทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพหลังการทดลองนักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

(2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้ามีทักษะชีวิตในด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาบ้า และพฤติกรรมการป้องกันการเสพยาบ้าไม่แตกต่างกันเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้า มีส่วนเสริมสร้างทักษะชีวิตในด้านทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ

(3) ตัวแปรเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการเสพยาบ้า ทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการป้องกันการเสพยาบ้า แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยสามารถทำนายผลได้ ร้อยละ 19.42

กฤษณา ตรียมณีนรัตน์ (2544 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่มีต่อพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษาพบว่า

(1) ภายหลังการได้รับโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่มีต่อพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ กลุ่มทดลองมีความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ทักษะการตัดสินใจไม่สูบบุหรี่และแก้ไขปัญหาค่า ทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ และทักษะการจัดการกับความเครียดดีกว่าก่อนการได้รับโปรแกรมสุขศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

(2) ภายหลังการได้รับโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิต ด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่มีต่อพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ กลุ่มทดลองมีความตระหนักรู้ ในตนเองเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ทักษะการตัดสินใจไม่สูบบุหรี่และแก้ไขปัญหา ทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ และทักษะการจัดการกับความเครียดดีกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05

วชิรา บุตรวิวุฒิ (2545 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ ผลของการเรียนรู้แบบมี ส่วนร่วมที่มีต่อเจตคติในการป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน วัดนวลนรดิศ กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า

(1) นักเรียนที่ได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีเจตคติในการป้องกันการเสพยาบ้า เพิ่มขึ้น ภายหลังจากการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

(2) นักเรียนที่ได้รับการอบรมมีเจตคติในการป้องกันการเสพยาบ้า ก่อนและหลัง การได้รับการอบรมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

(3) นักเรียนที่ได้รับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและนักเรียนที่ได้รับการอบรม มี เจตคติในการป้องกันการเสพยาบ้าแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากงานวิจัยในประเทศสรุปได้ว่า วิธีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม สามารถช่วยผู้เรียนมี ความรู้ เจตคติ และทักษะ ในการแก้ปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพให้ดีขึ้น ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัย คาดว่า วิธีการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมจะทำให้นักเรียนชาวเขาได้มีการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมสุขภาพในเรื่องสูบนามัยส่วนบุคคลไปในทางที่ดีและมีประสิทธิภาพ โดยการพัฒนา ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

2. หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 และปัญหาของการจัดการเรียน การสอนสุขศึกษา

2.1 หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและ พลศึกษา ช่วงชั้น 1 (ป.1 – ป.3)

ตามความจากพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 หมวด 4 แนวการจัด การศึกษา มาตรา 23 การจัดการศึกษาทั้งการศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และการศึกษา ตามอัธยาศัย ต้องเน้นความสำคัญทั้งความรู้ คุณธรรม กระบวนการเรียนรู้และบูรณาการตาม ความเหมาะสมของแต่ละระดับการศึกษาในเรื่องต่อไปนี้ (5) ความว่า ความรู้ และทักษะใน การประกอบอาชีพและการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

ซึ่งสอดคล้องกับการจัดหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 ในกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษาที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีความสามารถในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพเพื่อการมี วิถีชีวิตที่มีความสุข โดยให้มีทั้งความรู้ ความเข้าใจ ทักษะ กระบวนการ รวมทั้งคุณธรรม จริยธรรม

ค่านิยม ซึ่งผลรวมสุดท้าย คือ ผู้เรียนมีความสามารถในการควบคุมและพัฒนาองค์รวม (Holistic) ของความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทุกด้าน และได้ระบุคุณภาพของผู้เรียนไว้ว่า ผู้เรียนจะมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีเจตคติและค่านิยมที่ดีในเรื่อง ธรรมชาติการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ชีวิตและครอบครัว การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทยและการกีฬาสากล การเสริมสร้างสุขภาพ สมรรถภาพ การป้องกันโรคและความปลอดภัยในชีวิต มีทักษะปฏิบัติด้านสุขภาพและสมรรถภาพจนเป็นกิจนิสัย

ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ใช้สาระและมาตรฐานการเรียนรู้ สาระที่ 2 : ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ 2.1 : เข้าใจและเห็นคุณค่าของชีวิต ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต โดยวิเคราะห์มาตรฐานและสาระการเรียนรู้ช่วงชั้น 1 มีรายละเอียดดังนี้ ตาราง 7 ตารางวิเคราะห์มาตรฐานและสาระการเรียนรู้ช่วงชั้น 1

มาตรฐานการเรียนรู้ช่วงชั้น 1 ป.1 – ป.3	สาระการเรียนรู้ช่วงชั้น ป.1 – ป.3
1. รักตนเอง เข้าใจในอิทธิพลของครอบครัวที่มีต่อสุขภาพและชีวิต	- รักและเข้าใจในตนเอง - อิทธิพลของครอบครัวที่มีต่อสุขภาพและชีวิต
2. เข้าใจลักษณะและความแตกต่างของเพศหญิง เพศชาย และแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย	- ลักษณะและความแตกต่างของเพศชาย-หญิง - พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศตามวัฒนธรรมไทย
3. ดูแล รักษาความสะอาดร่างกายได้อย่างถูกต้อง	- การดูแลรักษาความสะอาดของร่างกาย
4. รู้พฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศและหลีกเลี่ยงได้	- ลักษณะของพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ - การป้องกันตนเองไม่ให้ถูกล่วงละเมิดทางเพศ

ที่มา: กรมวิชาการ. (2545). เอกสารประกอบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 คู่มือการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา. หน้า 70.

เมื่อจบการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาในช่วงชั้นที่ 1 (ชั้นป.1 – ป.3) ผู้เรียนจะมีคุณภาพ ดังนี้ (กรมวิชาการ. 2545 : 8-9)

❖ มีความรู้ และเข้าใจในเรื่องการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ตลอดจนปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการ

❖ มีสุขนิสัยที่ดีในเรื่องการกิน การพักผ่อนนอนหลับ การรักษาความสะอาดอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย การเล่นและการออกกำลังกาย

❖ ป้องกันตนเองจากพฤติกรรมจากพฤติกรรมที่อาจนำไปสู่การใช้สารเสพติด การล่วงละเมิดทางเพศ และรู้จักการปฏิเสธในเรื่องที่ไม่เหมาะสม

- ❖ ควบคุมการเคลื่อนไหวของตนเองได้ตามพัฒนาการในช่วงอายุ มีทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐานมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกาย กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพและเกม ได้อย่างสนุกสนานและปลอดภัยเป็นประจำ
 - ❖ มีทักษะในการเลือกบริโภคอาหาร ของเล่น ของใช้ ที่มีผลต่อสุขภาพ หลีกเลียงและป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุได้
 - ❖ ปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องเหมาะสม เมื่อมีปัญหาทางอารมณ์ และมีปัญหาสุขภาพ
 - ❖ ปฏิบัติตนตามกฎหมาย ระเบียบ คำแนะนำ และขั้นตอนต่าง ๆ และให้ความร่วมมือกับผู้อื่นด้วยความเต็มใจจนงานประสบความสำเร็จ
 - ❖ ปฏิบัติตามสิทธิของตนเองและเคารพสิทธิของผู้อื่นในการเล่นเป็นกลุ่ม
- สำหรับการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาในเรื่อง การดูแลรักษาความสะอาดของร่างกาย ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง

2.2 ปัญหาการจัดการเรียนการสอนสุขศึกษาในโรงเรียน

ในสภาพที่เป็นจริงพบว่า การจัดการเรียนการสอนด้านสุขภาพหรือสุขศึกษา ไม่ใคร่ได้รับความสำคัญและไม่บรรลุผลตามความมุ่งหมายของหลักสูตร ตามที่กล่าวถึงสภาพปัญหาสุขภาพของนักเรียนในบทที่ 1 ทั้งที่ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติในด้านสุขภาพ จำเป็นต่อการดำรงชีวิตของนักเรียน เนื่องจากปัญหาต่าง ๆ ที่ควรพิจารณาปรับปรุงแก้ไขดังนี้ (สุนีย์ ละกำป็น. 2541 : 30 – 32 ; อ้างอิงจาก ทวีสิทธิ์ สิทธิกร. 2535 : 18 – 19)

2.2.1 ด้านเกี่ยวกับนักเรียน

(1) ทศนคติของเด็กที่ได้รับอิทธิพลจากทางบ้าน ขนบธรรมเนียมประเพณี และความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับสุขภาพ เช่น การถือโชคลางในการรักษาโรค ความเชื่อที่ผิดในเรื่องโภชนาการ เป็นต้น ความเชื่อเหล่านี้บางอย่างเป็นเหตุให้ความรู้ที่ได้รับจากโรงเรียนขัดกับการปฏิบัติจริงของทางบ้าน

(2) สภาพแวดล้อมทางบ้านของเด็ก ส่วนมากสภาพแวดล้อมทางบ้านของนักเรียนที่ไม่ถูกสุขลักษณะย่อมส่งผลต่อการปฏิบัติ การปลูกฝังสุขนิสัยที่ทางโรงเรียนพยายามเน้นอย่างไร ก็อาจจะไม่ได้ผล หรือได้ผลน้อย

(3) ฐานะทางครอบครัวของเด็ก เด็กที่มาจากครอบครัวที่ยากจนและมีความไม่พร้อมอื่น ๆ ทางบ้านของเด็กจะไม่คำนึงถึงสิ่งที่จะมีผลต่อสุขภาพ อาจทำให้นักเรียนไม่สามารถนำความรู้หรือประสบการณ์ที่ได้จากโรงเรียนไปปฏิบัติได้

2.2.2 ด้านเกี่ยวกับตัวครู

(1) บุคลิกของครู ครูที่สอนสุขศึกษาบางคนมีบุคลิกภาพที่ไม่เหมาะสม เช่น

แต่งกายไม่สะอาด ตีมีสุรา สุกดิบ เป็นต้น จึงเป็นตัวอย่างที่ไม่ดีกับเด็ก

(2) ความรู้ของครูด้านสุขภาพ ครูมักขาดทั้งความรู้เนื้อหาและทักษะทางด้านสุขภาพ ไม่มั่นใจในความรู้ด้านสุขภาพ มีประสบการณ์น้อย ซึ่งเป็นปัจจัยที่สำคัญในการจัดการเรียนการสอนด้านสุขภาพ จึงไม่สามารถเตรียมการสอนและสอนบทเรียนให้น่าสนใจได้

(3) วิธีสอนของครู ครูมักสอนโดยให้นักเรียนจดบันทึก ครูอ่านให้นักเรียนฟังหรือให้นักเรียนผลัดกันอ่าน และเน้นให้นักเรียนท่องจำเนื้อหา โดยมากครูมักใช้วิธีสอนแบบครูเป็นศูนย์กลาง ไม่เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมหรือมีกิจกรรมในการสอนมากเท่าที่ควร

(4) ความมุ่งหมายและพฤติกรรมของการสอน ครูมิได้คำนึงหรือตั้งความมุ่งหมายของการสอนว่า สอนไปทำไม กิจกรรมการสอนมักจะสอนตามความถนัด มุ่งเน้นทางทฤษฎีมากกว่าการปฏิบัติ ครูไม่ได้ใช้แรงจูงใจทั้งภายในและภายนอกให้มากพอ นักเรียนจึงไม่เห็นความสำคัญ และไม่สนใจที่จะเรียน

2.2.3 ด้านการบริหาร การจัดโครงการสุขภาพในโรงเรียน

โรงเรียนโดยทั่วไปไม่ได้จัดโครงการสุขภาพในโรงเรียนให้ถูกต้องและเหมาะสมเท่าที่ควร การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนไม่ถูกสุขลักษณะ การจัดบริการสุขภาพไม่เหมาะสม และไม่เพียงพอ ทำให้นักเรียนไม่ได้เห็นตัวอย่างที่ดี และไม่มีโอกาสจะได้ปฏิบัติตนในสภาพการณ์ที่ถูกสุขลักษณะตามที่มีในบทเรียน

2.2.4 ด้านเกี่ยวกับหลักสูตรแบบเรียนและการประเมินผล

(1) เนื้อหาวิชาที่เกี่ยวกับการให้ความรู้ด้านสุขศึกษา มักจะซ้ำกันในแต่ละระดับชั้น อาจทำให้นักเรียนมีความเบื่อหน่ายในสิ่งที่เคยเรียนมา อีกทั้งเนื้อหาของบทเรียนที่ไม่เกี่ยวข้องกับปัญหาสุขภาพในชีวิตประจำวันของเด็ก เด็กต้องเรียนเนื้อหาที่เป็นภาคทฤษฎีมากเกินไป และขาดการเน้นภาคปฏิบัติ จึงขาดความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบทเรียนกับชีวิตประจำวัน

(2) การประเมินผลการเรียนการสอนด้านสุขภาพนั้น ในทางปฏิบัติมักจะประเมินด้านความรู้เพียงอย่างเดียว โดยใช้ข้อทดสอบ จึงทำให้ไม่ได้ผลครบถ้วนตามจุดประสงค์ที่ต้องการให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพในตัวผู้เรียน

และจากการรายงานสถิติการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ปีการศึกษา 2542 ในวิชาพลานามัยไม่เป็นไปตามเกณฑ์ คือ มีคะแนนเฉลี่ยร้อยละของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่า ในปี 2537 ร้อยละ 60.57 ในปี 2538 ร้อยละ 56.78 และในปี 2539 ร้อยละ 54.31 (กระทรวงศึกษาธิการ. 2544 : 85) ซึ่งอยู่ในระดับที่พอใช้ ควรต้องปรับปรุง

จากสภาพปัญหาและผลการรายงานสถิติการศึกษา ปีการศึกษา 2542 ในวิชาพลานามัยดังกล่าว แสดงให้เห็นว่าการพัฒนาสุขภาพของเด็กระดับประถมศึกษา ยังไม่บรรลุตามความมุ่งหมายของหลักสูตร ผลผลิตหรือคุณภาพของผู้เรียนในด้านสุขภาพยังไม่ได้มาตรฐาน ซึ่งส่วนหนึ่งที่จะช่วยปรับปรุงคุณภาพของผู้เรียนได้ คือ การปรับปรุงหรือพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมี

ส่วนร่วม เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เพื่อให้ผู้เรียนสามารถบรรลุเป้าหมายของหลักสูตรที่ต้องการพัฒนาคุณภาพของผู้เรียนทางด้านสุขภาพให้มีสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ถูกต้องนั่นเอง

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพ

3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพ

3.1.1 ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพ

คาร์เตอร์ วี กู๊ด (กรมพลศึกษา. 2531? : 5; อ้างอิงจาก Carter V. Good. 1959 : 55 –56) ได้กล่าวถึง ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพ คือ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั้งภายใน (Covert Behaviors) และเกิดขึ้นภายนอก (Overt Behaviors) ที่คาดหวังจะให้ผู้เรียนมีหรือเกิดขึ้นในตัวผู้เรียนที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพอนามัย พฤติกรรมทางด้านสุขภาพนี้จะรวมถึงการปฏิบัติที่สังเกตได้ และการเปลี่ยนแปลงภายในที่สังเกตไม่ได้ แต่สามารถจะจัดได้ว่าเกิดขึ้น

สุชาติ โสมประยูร (2525 : 44) กล่าวว่า พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง ความสามารถในการแสดงออกเกี่ยวกับสุขภาพทางด้านความรู้ ทักษะ เจตคติและการปฏิบัติ

คณะกรรมการสุขภาพศึกษา (2539 : 23) กล่าวว่า พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การกระทำหรือการปฏิบัติของบุคคลที่มีผลต่อสุขภาพ ซึ่งเป็นผลจากการเรียนรู้ของบุคคลเป็นสำคัญ

ธนวรรณ อัมสมบุญ (2542 : 301) กล่าวว่า พฤติกรรมสุขภาพ (Health Behavior) หมายถึง พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพของตนเอง ของบุคคลอื่นในครอบครัวและของคนทั่วไปในชุมชนหรือในสังคมแสดงออกได้ในลักษณะต่าง ๆ 3 ลักษณะด้วยกัน คือ การแสดงออกในลักษณะของความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ ที่ทำหรือความรู้สึนึกคิด และการกระทำหรือการปฏิบัติต่าง ๆ ซึ่งจะมีผลกระทบต่อการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกัน และการควบคุมโรค การเจ็บป่วยและการรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสภาพ

เยาวรักษ์ อนุรักษ์ (2543 : 49) กล่าวว่า พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกของบุคคลในการกระทำหรืองดเว้นการกระทำในสิ่งที่มีผลเสียต่อสุขภาพ โดยอาศัยความรู้ ความเข้าใจ และการปฏิบัติตนทางสุขภาพที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอย่างเหมาะสม เช่น พฤติกรรมการป้องกันโรค

สรุปได้ว่า พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง พฤติกรรมหรือการแสดงออกที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพทางด้านความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ และการปฏิบัติที่ถูกต้อง ซึ่งเป็นผลมาจากการเรียนรู้ของบุคคล

3.1.2 ความเป็นมาของพฤติกรรมสุขภาพ

พฤติกรรมสุขภาพ หรือที่รู้จักกันในระยะแรก ๆ ว่า พฤติกรรมอนามัย มีความสำคัญต่อปัญหาสุขภาพ และการแก้ไขปัญหาสุขภาพของบุคคล ครอบครัว และชุมชน มาเป็นเวลานานแล้ว แต่เพิ่งจะเริ่มตระหนักกันอย่างกว้างขวางในช่วงหลังปี พ.ศ. 2500 เป็นต้นมา กล่าวคือ ในแง่

ของการเกิดปัญหาสุขภาพ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาสุขภาพของแต่ละบุคคล ปัญหาสุขภาพของแต่ละครอบครัว ปัญหาสุขภาพของแต่ละชุมชน และปัญหาสุขภาพของสังคม ล้วนแต่มีสาเหตุมาจากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้องหรือไม่เหมาะสมของบุคคลทั้งสิ้น เช่น การขาดการส่งเสริมสุขภาพ การขาดการป้องกันและควบคุมโรค การไม่รับรู้ถึงการเจ็บป่วย การขาดการดูแลรักษาหรือการรักษาพยาบาลที่ไม่ถูกต้องเมื่อเกิดการเจ็บป่วย และการขาดการฟื้นฟูสภาพหลังการเจ็บป่วยที่ถูกต้อง เป็นต้น สำหรับในแง่ของการแก้ไขปัญหาสุขภาพของบุคคลและครอบครัว หรือการแก้ไขปัญหาสาธารณสุขของชุมชน พฤติกรรมสุขภาพของบุคคลมีความสำคัญเป็นอย่างมาก บุคคลต่าง ๆ จำเป็นต้องการการกระทำหรือการปฏิบัติอย่างถูกต้อง จึงจะสามารถแก้ไขปัญหาได้ ไม่ว่าจะเป็นบริการสาธารณสุขต่าง ๆ จะมีประสิทธิภาพสูงและมีความครอบคลุมมากเพียงใดก็ตาม ถ้าบุคคลต่าง ๆ ไม่กระทำหรือไม่ปฏิบัติตามแนวทางของการแก้ปัญหาสาธารณสุข ก็ไม่อาจจะบรรลุวัตถุประสงค์ของการพัฒนาสุขภาพได้

ในระยะต่อมาได้มีผู้เห็นความสำคัญของพฤติกรรมสุขภาพมากยิ่งขึ้น และได้มีการศึกษาวิจัยอย่างกว้างขวางทั้งในและต่างประเทศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเทศที่เจริญแล้ว ได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลพอ ๆ กับการให้บริการด้านการรักษาพยาบาล

ต่อมาได้มีการเรียนการสอนเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพและสุขภาพ ซึ่งเป็นวิทยาการทางวิทยาศาสตร์สุขภาพสาขาหนึ่งที่จะใช้สำหรับการปลูกฝังและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพเพื่อใช้ประโยชน์ในงานสาธารณสุขทุกด้าน ซึ่งในปัจจุบันการดำเนินงานสาธารณสุขในแต่ละด้าน ได้มุ่งเน้นให้ประชาชนกลุ่มเป้าหมายมีพฤติกรรมสุขภาพที่ต้องการ โดยอาศัยการดำเนินงานสุขภาพที่มีประสิทธิภาพ (ธนวรรธน์ อัมสมบุญ. 2542 : 301 – 302)

สรุปความเป็นมาของพฤติกรรมสุขภาพ ว่ามีความสำคัญต่อปัญหาสุขภาพ และการแก้ไขปัญหาสุขภาพของบุคคล ครอบครัว และชุมชน ซึ่งสาเหตุของปัญหาสุขภาพมาจากการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้องหรือไม่เหมาะสมของบุคคล ดังนั้นการแก้ไขปัญหาสุขภาพของบุคคลคือการให้ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อปลูกฝังและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพนั่นเอง

3.1.3 ลักษณะของพฤติกรรมสุขภาพ

พฤติกรรมสุขภาพจำแนกได้เป็น 2 ประเภทด้วยกัน คือ พฤติกรรมสุขภาพที่เป็นผลดีต่อสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพที่เป็นผลเสียต่อสุขภาพ

พฤติกรรมสุขภาพที่เป็นผลดีต่อสุขภาพ จำแนกได้เป็น 2 ลักษณะด้วยกัน คือ

ลักษณะแรก ได้แก่ การกระทำหรือการปฏิบัติของบุคคลที่ทำให้เกิดผลดีต่อสุขภาพของตนเอง สุขภาพของครอบครัวหรือสุขภาพของชุมชน

ลักษณะที่สอง ได้แก่ การที่บุคคลงดเว้นการกระทำ หรือการปฏิบัติที่จะทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพของตนเอง สุขภาพของครอบครัว หรือสุขภาพของชุมชน

พฤติกรรมสุขภาพที่เป็นผลเสียต่อสุขภาพ จำแนกได้เป็น 2 ลักษณะด้วยกัน คือ

ลักษณะแรก ได้แก่ การกระทำหรือการปฏิบัติของบุคคลที่ทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพของตนเอง สุขภาพของครอบครัว หรือสุขภาพของชุมชน

ลักษณะที่สอง ได้แก่ การที่บุคคลไม่กระทำการในสิ่งที่จะเป็นผลดีต่อสุขภาพของตนเอง สุขภาพของครอบครัว หรือสุขภาพของชุมชน

พฤติกรรมสุขภาพที่ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพหรือปัญหาสาธารณสุข และพฤติกรรมสุขภาพที่ใช้สำหรับการแก้ไขปัญหาสาธารณสุข ประกอบด้วย พฤติกรรมสุขภาพต่อไปนี้ คือ

(1) พฤติกรรมการเจ็บป่วย (Illness Health Behavior) คือ การแสดงออกของบุคคลและการรักษาพยาบาลเมื่อเกิดการเจ็บป่วย และการรักษาพยาบาลในระยะเวลาต่อมา

(2) พฤติกรรมการป้องกันโรค (Preventive Health Behavior) ได้แก่ การแสดงออกของบุคคลที่มีผลต่อการป้องกันโรคหรือป้องกันการเจ็บป่วยของตนเอง และบุคคลอื่น

(3) พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (Promotive Health Behavior) ได้แก่ การแสดงออกของบุคคลที่มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาพของตนเองหรือบุคคลอื่น

(4) พฤติกรรมมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาสาธารณสุขในชุมชน (Participative Health Behavior) ได้แก่ การแสดงออกของบุคคลในลักษณะของการมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาสาธารณสุขในชุมชน

พฤติกรรมสุขภาพแต่ละประเภท และแต่ละลักษณะนี้เกิดขึ้นในตัวบุคคลต่าง ๆ โดยอาศัยประสบการณ์การเรียนรู้ในชีวิตตามพัฒนาการของชีวิตตั้งแต่เด็ก ซึ่งจะถูกต้องเหมาะสมหรือทำให้เกิดปัญหาสุขภาพมากหรือน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับกระบวนการเรียนรู้ที่แต่ละบุคคลได้รับ

การดำเนินการเพื่อให้บุคคลได้มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมตามพัฒนาการในช่วงอายุต่าง ๆ เป็นกระบวนการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพ ส่วนการดำเนินการเพื่อให้บุคคลได้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้องให้เป็นพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้อง เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพซึ่งพฤติกรรมที่เป็นผลเสียต่อสุขภาพของแต่ละบุคคลสามารถเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงให้ดีขึ้นได้ โดยอาศัยกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจากการดำเนินงาน สุขศึกษา (ธนวรรณ อัมสมบูรณ์. 2542 : 302 – 303)

สรุปได้ว่า พฤติกรรมสุขภาพมี 2 ประเภท คือ พฤติกรรมสุขภาพที่เป็นผลดีต่อสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพที่เป็นผลเสียต่อสุขภาพ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ต้องการเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงพฤติกรรมสุขภาพในด้านสุขอนามัยส่วนบุคคล ของนักเรียนชาวเขาที่ไม่ถูกต้องเหมาะสมให้ดีขึ้น โดยใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสมนั่นเอง

3.1.4 ประเภทของพฤติกรรมสุขภาพ

เบนจามิน เอส บลูม (กรมพลศึกษา. 2531? : 5; อ้างอิงจาก Benjamin S. Bloom. 1975 : 201 – 207) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมซึ่งคาดว่าจะให้ผู้เรียนได้เกิดพฤติกรรมขึ้นหลังจาก

จัดการศึกษา ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวแบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ

- (1) พฤติกรรมด้านพุทธิพิสัย (Cognitive Domain)
- (2) พฤติกรรมด้านเจตคติ (Affective Domain)
- (3) พฤติกรรมด้านทักษะพิสัย (Psychomotor Domain)

ซึ่งก็ตรงกันกับแนวคิดสมัยหนึ่งที่ได้แยกพฤติกรรมออกเป็น 3 ประเภท คือ ความรู้ (Knowledge) เจตคติ (Attitude) และการปฏิบัติ (Practice) โดยเรียกชื่อย่อว่า K A P

ในการสอนวิชาสุขศึกษาให้แก่เด็ก ครูต้องการให้เกิดการเรียนรู้หรือมีการเปลี่ยนแปลงในเรื่องพฤติกรรม ซึ่งเป็นจุดประสงค์ที่สำคัญในการสอนสุขศึกษา จัดได้ 3 กลุ่ม ดังนี้

3.1.4.1 ความรู้ทางด้านสุขภาพ (Health Knowledge) ได้มีนักการศึกษาให้ความหมายไว้ ดังนี้

กู๊ด (Good. 1973 : 325) ได้ให้คำจำกัดความของ ความรู้ว่า หมายถึง ข้อเท็จจริง กฎเกณฑ์ และรายละเอียดต่าง ๆ ที่มนุษย์ได้รับและเก็บรวบรวมไว้

ประภาเพ็ญ สุวรรณ และสวีน สุวรรณ (2534 : 157) ได้ให้ความหมายว่า ความรู้เป็นพฤติกรรมขั้นต้นของความสามารถทางสติปัญญา ซึ่งผู้เรียนเพียงแต่จำได้ อาจจะโดยนึกได้ หรือการมองเห็น ได้ยิน ได้จำ ความรู้ขั้นนี้ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับคำจำกัดความ ความหมาย ข้อเท็จจริง กฎ ทฤษฎี โครงสร้าง วิธีการแก้ปัญหา เป็นต้น

อัญชลี สิงห์สุต (2534 : 25) ได้กล่าวว่า ความรู้ หมายถึง ข้อเท็จจริงต่าง ๆ ที่มนุษย์ได้รับรู้จากประสบการณ์ค้นคว้า ศึกษา สังเกต และมีการสะสมไว้สามารถจำได้ โดยอาศัยกระบวนการทางจิตวิทยา

จากความหมายเกี่ยวกับความรู้ทางด้านสุขภาพดังกล่าวข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า ความรู้ หมายถึง ข้อเท็จจริงต่าง ๆ ที่มนุษย์ได้จากประสบการณ์ทั้งทางตรงและทางอ้อม ซึ่งเป็นพฤติกรรมขั้นต้นของความสามารถทางสติปัญญา

ความรู้ทางด้านสุขภาพนี้มีขั้นของความสามารถทางด้านความรู้ การให้ความคิด และพัฒนาการทางด้านสติปัญญา จำแนกไว้ตามลำดับขั้นจากง่ายไปหายาก ซึ่ง ทวีสิทธิ์ สิทธิกร (2533 : 44) กล่าวว่า ในการสอนสุขศึกษาควรให้ผู้เรียนได้มีความรู้ทางด้านสุขภาพทั้ง 6 ขั้น ดังนี้

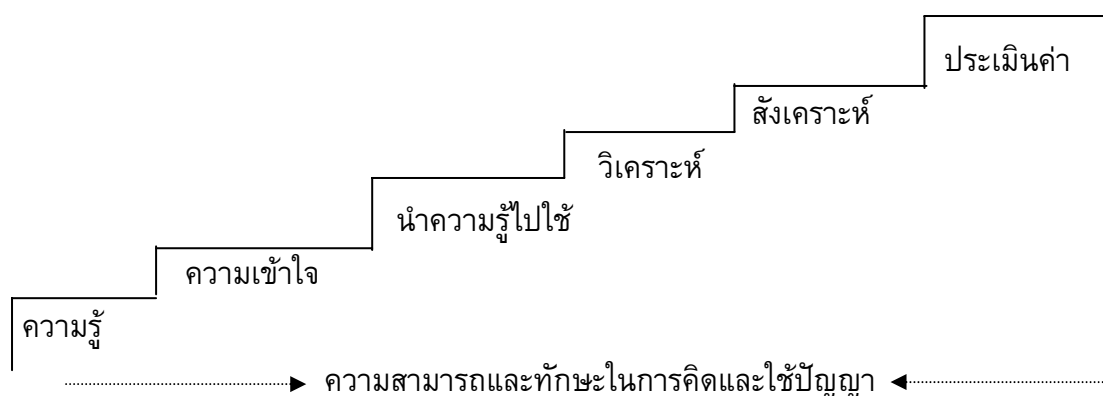
- (1) ความรู้ - ความจำ (Knowledge) เป็นการสอนให้ผู้เรียนได้ระลึกถึงเรื่องราวต่าง ๆ ที่เคยมีประสบการณ์มาแล้ว คือความสามารถในการจดจำสิ่งต่างๆ ซึ่งจัดเป็นความรู้ขั้นต่ำ
- (2) ความเข้าใจ (Comprehension) เป็นการสอนให้ผู้เรียนสามารถจับใจความสำคัญหรือแปลความหมายของสิ่งของ หรือสัญลักษณ์ที่พบเห็นได้ถูกต้อง ความเข้าใจเป็นความสามารถในการจับใจความสำคัญ การตีความและจินตนาการเหตุการณ์ที่ได้พบเห็นอย่างถูกต้อง

(3) การนำไปใช้ (Application) หมายถึง การที่ผู้เรียนสามารถนำความรู้หรือความเข้าใจในสิ่งที่รู้มาแก้ไขปัญหาใหม่ได้ และสามารถแก้ไขสถานการณ์ใหม่ได้ดี

(4) การวิเคราะห์ (Analysis) เป็นการสอนที่ทำให้ผู้เรียนสามารถแยกแยะเรื่องราวต่าง ๆ ออกเป็นส่วนย่อย ๆ ได้ว่าสิ่งนั้นประกอบไปด้วยส่วนย่อย ๆ อะไรบ้าง ส่วนใดเป็นส่วนสำคัญที่สุด แต่ละส่วนย่อยนั้นมีความสัมพันธ์กันอย่างไร สัมพันธ์กันด้วยถือหลักการใดหรือทฤษฎีใด

(5) การสังเคราะห์ (Synthesis) เป็นพฤติกรรมที่ผู้เรียนสามารถผสมผสานส่วนต่าง ๆ หรือส่วนย่อย ๆ เข้าด้วยกัน เพื่อให้ได้ความรู้ใหม่ที่สมบูรณ์กว่า หรือแปลกกว่าเดิม เพราะการสังเคราะห์ คือ สมรรถภาพในการคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ความสามารถในการวางแผน

(6) การประเมินค่า (Evaluation) เป็นความสามารถสูงสุดด้านสมองของผู้เรียนที่สามารถพิจารณาตัดสินเรื่องราว หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ว่าดีหรือไม่ เหมาะสมหรือไม่ อย่างถูกต้อง และมีเหตุผล การประเมินค่าเป็นความสามารถในการประเมินคุณภาพของสิ่งต่าง ๆ ด้วยปัญญา เช่น การนำความรู้เรื่องกฎเกณฑ์ต่าง ๆ มาตัดสินผลงานหรือการกระทำอย่างมีเหตุผล



ภาพประกอบ 7 แสดงขั้นตอนพฤติกรรมด้านความรู้

ที่มา : ทวีสิทธิ์ ลิทธิกร. (2533). การสอนสุขศึกษา. หน้า 45.

3.1.4.1.1 เครื่องมือในการวัดความรู้ทางด้านสุขภาพ

วิธีการสำหรับวัดความรู้ทางด้านสุขภาพมีหลายวิธี ได้แก่ (สุชาติ โสมประยูร. 2525 : 103)

- (1) การใช้แบบทดสอบชนิดต่าง ๆ ทั้งแบบอัตนัยและปรนัย แบบปรนัยที่นิยมกันมาก คือ แบบถูกผิด แบบเลือกตอบ แบบจับคู่ และแบบเติมความ
- (2) การสัมภาษณ์ การสนทนา ชักถาม อาจทำเป็นรายบุคคล หรือรายกลุ่ม
- (3) การสาธิต ใช้การสาธิตหรือการแสดงให้ผู้ตอบตอบว่าสิ่งที่ได้ดูนั้นถูกผิดอย่างไร
- (4) จากการตรวจสอบผลงาน เช่น การทำรายงาน จดบันทึก เป็นต้น
- (5) การสังเกตเกี่ยวกับความสนใจ ความเข้าใจ ความตั้งใจ เป็นต้น ซึ่งเป็นวิธี

ที่อาจจะได้ผลน้อยและไม่ใคร่แน่นอน

การวัดความรู้ทางด้านสุขภาพในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้แบบทดสอบแบบถูกผิด (True - False Items) คือ เป็นแบบปรนัย 4 ตัวเลือก เพื่อวัดความรู้ด้านเนื้อหา คือ ความรู้ความจำ ความเข้าใจ การนำไปใช้ การวิเคราะห์ การสังเคราะห์ และการประเมินค่า

3.1.4.1.2 การสร้างแบบทดสอบวัดความรู้ทางด้านสุขภาพ

การสร้างแบบทดสอบ ควรดำเนินการตามขั้นตอนต่อไปนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540 : 98)

- (1) กำหนดวัตถุประสงค์ในการศึกษา เป็นการวางโครงการล่วงหน้าว่าต้องการศึกษาอะไร กับใคร และศึกษาเพื่ออะไร
- (2) กำหนดลักษณะของแบบทดสอบที่จะใช้ เป็นการกำหนดรูปแบบของแบบทดสอบโดยกำหนดว่าจะใช้แบบทดสอบประเภทใด จำนวนข้อมีเท่าใด และใช้เวลาเท่าใด
- (3) การสร้างแบบทดสอบ เป็นการพิจารณาว่าคุณลักษณะที่ต้องการศึกษามีองค์ประกอบของพฤติกรรมใดบ้าง สร้างตารางวิเคราะห์หลักสูตร
- (4) การสร้างตัวคำถาม ใช้คำถามที่เข้าใจง่าย ชัดเจนและมีความเป็นปรนัย ถ้าเป็นข้อสอบแบบปรนัย ตัวเลือกต้องเป็นอิสระจากกัน มีความชัดเจนไม่แนะคำตอบ
- (5) การประเมินคุณภาพของแบบทดสอบ เป็นขั้นตรวจสอบดูว่าเนื้อหาและพฤติกรรมต่าง ๆ ที่นำมาสร้างเป็นแบบทดสอบเป็นตัวแทนที่ดีหรือไม่ ครอบคลุมเนื้อหาและพฤติกรรมเพียงใด โดยตรวจสอบคุณภาพที่สำคัญคือ ความเที่ยงตรง ความเชื่อมั่น ความเป็นปรนัย ค่าอำนาจจำแนก ความยากง่าย โดยการนำไปทดลองใช้ (Try Out)
- (6) การปรับปรุงและรวบรวมแบบทดสอบ เป็นการปรับปรุงแก้ไขข้อสอบที่บกพร่อง รวบรวมข้อสอบโดยจัดเรียงข้อสอบตามเนื้อหาจากง่ายไปยาก

3.1.4.1.3 คุณลักษณะของแบบทดสอบ

คุณลักษณะของแบบทดสอบที่ดีนั้น ชวาล แพรัตกุล (2518 : 123 – 136) ได้เสนอไว้ ดังนี้

- (1) ต้องเที่ยงตรง (Validity) หมายถึง คุณสมบัติที่จะทำให้ผู้ใช้บรรลุถึงวัตถุประสงค์ แบบทดสอบที่มีความเที่ยงตรงสูง คือ แบบทดสอบที่สามารถวัดสิ่งที่ต้องการจะวัดได้อย่างถูกต้องตามความมุ่งหมาย
- (2) ต้องยุติธรรม (Fair) คือ คำถามที่ดีจะไม่ชี้แนะให้เด็กฉลาดเดาได้ถูกหรือเด็กขี้เกียจดูหนังสือเพียงลวก ๆ ก็ตอบได้ ข้อสอบที่ดีจะต้องไม่ลำเอียงต่อเด็กกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งโดยเฉพาะ
- (3) ต้องถามลึก (Searching) คือ คำถามจะไม่ถามแต่เพียงความรู้ความจำแต่จะต้องให้นักเรียนนำความรู้จากตำราไปวิเคราะห์ ไปขยายและนำไปใช้ คำถามที่ดีนี้นักเรียนจะตอบได้ต้องใช้สมองคิด

(4) ต้องยั่วเย้าเป็นตัวอย่าง (Exemplary) คือ คำถามจะต้องท้าทายชวนให้นักเรียนคิดและประพจน์ปฏิบัติไปตามนั้น เมื่อสอบแล้วเกิดรอยประทับใจที่ดี

(5) ต้องจำเพาะเจาะจง (Definite) คือ เมื่อนักเรียนอ่านคำถามก็จะเข้าใจแจ่มชัดว่าคำถามอะไร ต้องการให้คิด ให้ทำอะไร คำถามจะต้องไม่คลุมเครือ

(6) ต้องเป็นปรนัย (Objectivity) คือ มีลักษณะ 3 ประการ คือ

- ความแจ่มชัดในความหมายของคำถาม
- ความแจ่มชัดในวิธีการตรวจหรือมาตรฐานการให้คะแนน
- ความแจ่มชัดในการแปลความหมายของคะแนนนั้น ๆ

(7) ต้องมีประสิทธิภาพ (Efficiency) คือ ข้อสอบจะต้องสามารถให้คะแนนที่เที่ยงตรงและเชื่อถือได้มากที่สุด ภายในเวลา แรงงาน และการลงทุนที่น้อยที่สุด

(8) ต้องมีความยากพอเหมาะ (Difficulty) คือ ข้อสอบที่ดีนั้นคะแนนเฉลี่ยของนักเรียนที่สอบได้ควรจะเท่ากับหรือสูงกว่าร้อยละ 50 ของคะแนนเต็มเล็กน้อย

(9) ต้องมีอำนาจจำแนก (Discrimination) คือ ข้อสอบที่ดีจะสามารถแยกนักเรียนออกเป็นประเภท ๆ ได้ทุกชั้นทุกระดับ อำนาจจำแนกหมายความว่า เด็กเก่งจะตอบถูกมากกว่าเด็กอ่อนเสมอ

(10) ต้องเชื่อถือได้ (Reliability) ข้อสอบที่ดีนั้นจะสามารถให้คะแนนได้คงที่แน่นอน

สรุปได้ว่าความรู้ทางด้านสุขภาพนั้น เมื่อต้องการจะวัดอะไร ก็ต้องสร้างเครื่องมือและแบบทดสอบตามลักษณะของแบบทดสอบที่กล่าวมาข้างต้น จะทำให้แบบทดสอบที่วัดความรู้ทางด้านสุขภาพมีประสิทธิภาพสามารถนำมาวัดผลตามจุดประสงค์ที่ตั้งไว้ได้

3.1.4.2 เจตคติทางด้านสุขภาพ (Health Attitude)

เจตคติหรือทัศนคติเป็นคำ ๆ เดียวกัน ตรงกับภาษาอังกฤษว่า “Attitude” มีรากศัพท์มาจากภาษาละตินว่า “Aptus” แปลว่า โน้มเอียง เหมาะสม เจตคติเดิมใช้คำว่าทัศนคติ ต่อมากรรมการบัญญัติศัพท์กระทรวงศึกษาธิการ โดยความเห็นชอบของราชบัณฑิตยสถานให้ใช้คำว่าเจตคติ (2519) และกรมวิชาการได้ใช้คำนี้มาตลอดจนถึงปัจจุบัน (สงวน สุทธิเลิศอรุณ. 2526 : 93)

3.1.4.2.1 ความหมายของเจตคติ

ออลพอร์ท (Allport. 1935 : 810) ได้กล่าวว่า เจตคติเป็นสภาพความพร้อมของสมองและประสาท อันได้มาจากเกิดจากประสบการณ์และการตอบสนองทั้งทางตรงและโดยอทธิพลของแต่ละบุคคลที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ และสถานการณ์ทั้งหลายที่เกี่ยวข้องกัน

อนาสตาซี (Anastasi. 1976 : 552) กล่าวว่า เป็นความโน้มเอียงที่จะแสดงในทางที่ชอบหรือไม่ชอบต่อสิ่งเร้าอย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นต้นว่า กลุ่มชน ประเพณี หรือสถาบันต่าง ๆ

แมคโดนัลด์ (McDonald. 1959 : 564) กล่าวว่า เจตคติ หมายถึง ความโน้มเอียงหรือความพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรมทางหนึ่งทางใด

นิวคอมบ์ (Newcomb. 1954 : 128) ได้กล่าวว่า เจตคติเป็นความเอนเอียงของจิตใจที่มีต่อประสบการณ์ที่คนเราได้รับอาจมากหรือน้อยก็ได้ เจตคติแสดงออกได้ทางพฤติกรรม ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะใหญ่ ๆ คือ การแสดงออกในลักษณะที่พึงพอใจ ชอบหรือเห็นด้วย ลักษณะนี้เรียกว่า เจตคติเชิงนิมมาน (Positive Attitude) อีกลักษณะหนึ่งคือ การแสดงออกในลักษณะที่ไม่พึงพอใจไม่ชอบหรือไม่เห็นด้วย ลักษณะนี้เรียกว่า เจตคติเชิงนิเสธ (Negative Attitude)

พจนานุกรมทางการศึกษา (Dictionary of Education) ได้ให้คำจำกัดความของเจตคติว่า หมายถึง ความรู้สึกของคนเราที่มีความคิดเห็นต่อสิ่งต่าง ๆ รอบ ๆ ตัว ในด้านความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบ เห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ต่อสิ่งต่าง ๆ (Good. 1973 : 49)

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2518 : 3) กล่าวว่า เจตคติ หมายถึง ความรู้สึกที่แสดงออกอย่างมั่นคงต่อบุคคล หรือสถานการณ์ใด ๆ ที่อาจเป็นไปได้ในทางที่ดี (Positive) ชัดแย้ง (Negative) หรือเป็นกลาง (Neutral) ก็ได้ ซึ่งเป็นผลของการรับรู้เกี่ยวกับลักษณะที่ดีหรือเลวของบุคคล หรือสถานการณ์นั้น ๆ

สมศักดิ์ สินธุระเวชชัย (2522 : 12) กล่าวว่า เจตคติ หมายถึง ท่าที ความคิดเห็น ความรู้สึกเอนเอียงทางจิตใจของบุคคลที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด ภายหลังจากการที่บุคคลได้มีประสบการณ์ในสิ่งนั้น ๆ พฤติกรรมเช่นนี้ไม่อาจสามารถวัดได้โดยตรง แต่สามารถสังเกตและวัดได้จากพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกต่อสิ่งนั้น

ไพศาล หวังพานิช (2523 : 146) ให้ความหมายว่า เจตคติเป็นความรู้สึกภายในของบุคคลที่มีต่อสิ่งหนึ่งอันเป็นผลจากประสบการณ์การเรียนรู้เกี่ยวกับสิ่งนั้น และความรู้สึกดังกล่าวจะเป็นตัวกำหนดให้บุคคลนั้นแสดงพฤติกรรมหรือแนวโน้มของการตอบสนองต่อสิ่งนั้นในทางใดทางหนึ่ง อาจเป็นทางสนับสนุน หรือโต้แย้งคัดค้าน

สมบุรณ์ ชิตพงศ์ (2523 : 111) ได้ให้ความหมายว่า เจตคติเป็นความรู้สึกโน้มเอียงทางจิตใจของบุคคลที่มีต่อสิ่งของ เรื่องราว และปรากฏการณ์ต่าง ๆ พฤติกรรมด้านเจตคตินี้เป็นผลเนื่องมาจากการเรียนรู้และประสบการณ์ของบุคคล เจตคติไม่สามารถสังเกตได้โดยตรง แต่อาศัยการตีความจากพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกว่า บุคคลนั้นมีเจตคติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งไปในทางบวก (ชอบ พึงใจ) หรือทางลบ (ไม่ชอบ ไม่พึงใจ)

คณะอนุกรรมการการพัฒนาการสอนและผลิตวัสดุอุปกรณ์การสอนวิทยาศาสตร์ (ทบวงมหาวิทยาลัย. 2525 : 53) ได้ให้ความหมายของเจตคติ ว่า สภาพทางจิตใจของบุคคลแต่ละบุคคลที่เกิดจากประสบการณ์หรือการเรียนรู้ และมีความพร้อมเพื่อที่จะแสดงพฤติกรรมตอบสนองสิ่งต่าง ๆ ในทางใดทางหนึ่ง เช่น ชอบ ไม่ชอบ สนับสนุนหรือต่อต้าน เป็นต้น

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2526 : 3) กล่าวว่า เจตคติเป็นความคิดเห็นซึ่งมีอารมณ์เป็นส่วนประกอบ เป็นส่วนที่พร้อมที่จะมีปฏิกิริยาเฉพาะอย่างต่อสถานการณ์ภายนอก

จากความหมายข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า เจตคติ หมายถึงสภาวะทางด้านจิตใจที่มีต่อสิ่งเราใดสิ่งเราหนึ่ง ไม่ว่าจะเป็นเหตุการณ์ บุคคล สิ่งต่าง ๆ รวมทั้งความรู้สึกที่เกิดจากการเรียนรู้ แล้วแสดงพฤติกรรมออกมาในทางบวก ทางลบหรือเป็นกลาง

3.1.4.2.2 องค์ประกอบของเจตคติ

องค์ประกอบของเจตคติเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงไปยังแง่มุมอื่น ๆ อีก 2 ด้าน คือ ด้านแรก เชื่อมโยงไปนิยามของเจตคติ อีกด้านหนึ่งเชื่อมโยงไปยังประเด็นความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบหรือความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่น ๆ นักจิตวิทยาได้เสนอองค์ประกอบของเจตคติไว้ 3 องค์ประกอบ ดังนี้ (ธีระวุฒิ เอกะกุล. 2542 : 8 –11)

(1) เจตคติมีองค์ประกอบเดียว คือ อารมณ์ ความรู้สึกในทางชอบหรือไม่ชอบที่บุคคลมีต่อที่หมายของเจตคติ นักจิตวิทยาที่สนับสนุนแนวคิดนี้ได้แก่ เบ็ม (Bem. 1970) ฟิชไบน์ และไอเซน (Fishbein and Ajzen. 1975) อินสโก (Insko. 1976) และเทอร์สโตน (Thurstone. 1959) นักจิตวิทยาเหล่านี้ถือเอานิยามองค์ประกอบทางอารมณ์ความรู้สึกเป็นนิยามเจตคติด้วย

(2) เจตคติมีสององค์ประกอบ แนวคิดนี้ระบุว่า เจตคติมี 2 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบด้านปัญญา และองค์ประกอบด้านอารมณ์ความรู้สึก

นักจิตวิทยาที่สนับสนุนการแบ่งเจตคติเป็น 2 องค์ประกอบ ได้แก่ แคทซ์ (Katz. 1960) และโรเซนเบิร์ก (Rosenberg. 1956, 1960, 1965) ตามแนวคิดของโรเซนเบิร์ก องค์ประกอบด้านปัญญา หมายถึงกลุ่มของความเชื่อที่บุคคลมีต่อที่หมายของเจตคติ จะเป็นตัวส่งเสริมหรือขัดขวางการบรรลุถึงค่านิยมต่าง ๆ ของบุคคล ส่วนองค์ประกอบด้านอารมณ์ความรู้สึก หมายถึงความรู้สึกที่บุคคลมีเมื่อถูกกระตุ้นโดยที่หมายของเจตคติ โรเซนเบิร์กเห็นว่าอารมณ์ความรู้สึกทางบวกที่บุคคลมีต่อที่หมายของเจตคติจะมีความสัมพันธ์กับความเชื่อที่ว่าที่หมายของเจตคตินั้นสัมพันธ์กับการบรรลุถึงค่านิยมทางบวก และขัดขวางการบรรลุถึงค่านิยมทางลบของบุคคล ในทางกลับกันอารมณ์ความรู้สึกทางลบที่บุคคลมีต่อที่หมายของเจตคติ จะมีความสัมพันธ์กับความเชื่อที่ว่า ที่หมายของเจตคตินั้นสัมพันธ์กับการบรรลุถึงค่านิยมทางลบและขัดขวางการบรรลุถึงค่านิยมทางบวกของบุคคล ส่วนเจตคติทางบวกเล็กน้อย หรือทางลบเล็กน้อยที่บุคคลมีต่อที่หมายของเจตคติจะมีความสัมพันธ์กับความเชื่อที่ว่าที่หมายของเจตคตินั้น มีความสัมพันธ์กับค่านิยมที่มีความสัมพันธ์น้อยสำหรับบุคคล หรือหากสัมพันธ์กับค่านิยมที่สำคัญ บุคคลจะมีความมั่นใจน้อยถึงความสัมพันธ์ระหว่างที่หมายของเจตคติกับค่านิยมนั้น ๆ

(3) เจตคติมีสามองค์ประกอบ เชิดศักดิ์ โฆวาสินธุ์ (2520 : 40-41) ธีระพร อุวรรณโณ (2528 : 36 – 37) ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2520 : 3-4) และล้วน สายยศ (2530 : 2-3) ได้รวบรวมองค์ประกอบของเจตคติไว้ 3 ประการ ซึ่งประกอบด้วย

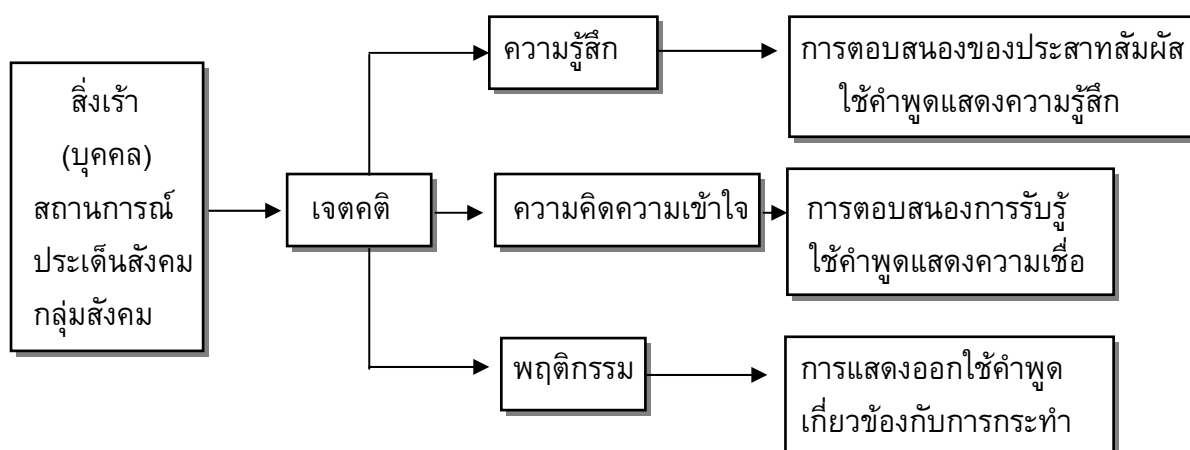
(3.1) องค์ประกอบด้านปัญญา (Cognitive Component) มีส่วนประกอบย่อย คือ ด้านความเชื่อ ความรู้ ความคิด และความคิดเห็นที่บุคคลมีต่อที่หมายของเจตคติ (Attitude Object)

(3.2) องค์ประกอบด้านอารมณ์ความรู้สึก (Affective Component) หมายถึง ความรู้สึกชอบ – ไม่ชอบ หรือทำที่ที่ดี – ไม่ดี ที่บุคคลมีต่อที่หมายของเจตคติ

(3.3) องค์ประกอบด้านพฤติกรรม (Behavioral Component) หมายถึง แนวโน้มหรือความพร้อมที่บุคคลจะปฏิบัติต่อที่หมายของเจตคติ

นักจิตวิทยาที่สนับสนุนการแบ่งเจตคติเป็น 3 องค์ประกอบ และมีอิทธิพลต่อการศึกษาด้านนี้ไม่น้อย คือ เครทซ์และคนอื่น ๆ (Kretch, Crutchfield and Pallachey. 1962) และ ทริยแอนดิส (Triandis. 1971) นักจิตวิทยาเหล่านี้ให้คำนิยามเจตคติโดยครอบคลุมองค์ประกอบทั้ง 3 องค์ประกอบอย่างครบถ้วน และเห็นว่าองค์ประกอบเหล่านี้มีความสัมพันธ์กันและกันพอสมควร กล่าวคือ เครทซ์และคณะได้ศึกษาพบว่า องค์ประกอบเหล่านี้มีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง ถ้าหากองค์ประกอบทั้งสามไม่สัมพันธ์กันหรือสัมพันธ์กันในระดับต่ำแต่ละองค์ประกอบอาจจะเป็นอิสระจากกัน หรือหากองค์ประกอบทั้งสามมีความสัมพันธ์กันในระดับสูง องค์ประกอบทั้งสามอาจเป็นสิ่งเดียวกัน (Oskamp. 1977)

นักจิตวิทยาได้บรรยายองค์ประกอบของเจตคติออกมาในรูปของแผนภาพ ดังนี้



ภาพประกอบ 8 แผนภาพแสดงองค์ประกอบของเจตคติ

ที่มา : Rosenberg and others. (1960). *Attitude Organization and Change*. p. 3.

การที่บุคคลใดจะเกิดเจตคติต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดนั้น ไม่ว่าจะเป็นทางด้านบวกหรือลบก็ตาม บุคคลนั้นจะต้องผสมผสานคุณลักษณะย่อยหลาย ๆ อย่าง เช่น การรับรู้ การประเมินค่า ความซาบซึ้ง ความสนใจ คุณลักษณะเหล่านี้จะรวมตัวกันขึ้นเป็นความรู้สึกและเจตคติของบุคคลนั้น แต่อย่างไรก็ตามองค์ประกอบที่สำคัญที่จะทำให้คนเราเกิดเจตคติขึ้นได้นั้นมีอยู่ 3 องค์ประกอบ ดังนี้

(1) ความรู้ (Cognitive Component) บุคคลใดจะมีเจตคติต่อสิ่งใดได้บุคคลนั้นจะต้องมีความรู้ความเข้าใจในสิ่งนั้นก่อน เพื่อใช้เป็นรายละเอียดสำหรับให้เหตุผลในการที่จะสรุป

เป็นความเชื่อต่อไป

(2) ความรู้สึก (Feeling Component) เป็นองค์ประกอบที่เกี่ยวกับความรู้สึกหรืออารมณ์ของบุคคลที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดหลังจากรู้และเข้าใจสิ่งนั้นแล้ว กล่าวคือ เมื่อบุคคลได้รู้และเข้าใจเรื่องใดจะสรุปเป็นความเห็นในรูปการประเมินผลว่าสิ่งนั้นเป็นที่พอใจหรือไม่ สำคัญหรือไม่ ดีหรือเลว ซึ่งเท่ากับเกิดอารมณ์ หรือความรู้สึกต่อสิ่งนั้น

(3) ความโน้มเอียงที่จะปฏิบัติ (Action Tendency Component) เป็นองค์ประกอบสุดท้ายที่รวมตัวมาจากความรู้และความรู้สึกที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด จนทำให้เกิดความโน้มเอียงที่จะปฏิบัติหรือตอบสนองต่อสิ่งนั้นในทิศทางที่สนับสนุน คล้อยตาม หรือ ขัดแย้งตามความรู้และความรู้สึกที่เป็นพื้นฐานนั้น

การศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบของเจตคติเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงไปยังแง่มุมอื่นอีก 2 ด้าน คือ ด้านแรกเชื่อมโยงไปยังนิยามของเจตคติ อีกด้านหนึ่งเชื่อมโยงไปยังประเด็นความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบเหล่านี้หรือความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่น ๆ

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่าเจตคตินั้นมีองค์ประกอบจำแนกได้ 3 แนวทางด้วยกัน คือ แนวแรกคือ เจตคติมีองค์ประกอบเดียว เจตคติมีสององค์ประกอบ และเจตคติมีสามองค์ประกอบ สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยได้นิยามเจตคติ คือ ผลรวมของการประเมินความรู้สึกนึกคิดของนักเรียนที่เกิดจากความรู้ ความรู้สึก และความโน้มเอียงที่จะปฏิบัติต่อพฤติกรรมสุขภาพ ในด้านสุขอนามัยส่วนบุคคล

3.1.4.2.3 ลักษณะของเจตคติ

ลักษณะของเจตคติได้มีนักการศึกษากล่าวถึงไว้หลายท่าน ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาและรวบรวมไว้ดังนี้

ซาเทน (ปิยะพงษ์ สุริยะพรหม. 2546 : 107; อ้างอิงจาก Sartain. 1973 : 108 – 109) กล่าวถึงลักษณะของเจตคติไว้ดังนี้

(1) เจตคติเป็นความรู้สึกที่บุคคลมีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เช่น คน สิ่งของ แม้กระทั่งสิ่งที่ เป็นนามธรรมอย่างความมีเสรีภาพ หรือพระผู้เป็นเจ้า เป็นต้น

(2) เจตคติต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดย่อมมีทิศทาง คือ เป็นไปในทางบวกหรือลบ และมีความเข้มข้น คือระดับความชอบหรือไม่ชอบมากน้อยแตกต่างกันออกไป

(3) เจตคติเป็นแนวโน้มในการแสดงออกของบุคคลในทางที่ชอบหรือไม่ชอบต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

มอร์แกน และริชาร์ด (กัลยา สุขปะทิว. 2538 : 34 – 42; อ้างอิงจาก Morgan and Richard. 1975) กล่าวถึงลักษณะของเจตคติ ดังนี้

(1) เจตคติเกิดจากการเรียนรู้

(2) เจตคติเป็นตัวกำหนดพฤติกรรม หรือเจตคติมีอิทธิพลต่อความชอบ ความไม่ชอบและพฤติกรรมของบุคคลเมื่อบุคคลมีเจตคติ

(3) เจตคติของบุคคลเป็นได้ทั้งทางบวกและทางลบ

(4) เจตคติของบุคคลไม่สามารถสังเกตเห็นได้โดยตรง บุคคลจะมีเจตคติไปในทางใดจะรู้ได้จากการแสดงออก

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2526 : 94 – 96) และกมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2528 : 231) กล่าวถึงคุณลักษณะของเจตคติดังต่อไปนี้

(1) เจตคติที่เกิดจากการเรียนรู้และประสบการณ์ของบุคคล ชีวิตของบุคคลเจริญวัยขึ้นมาท่ามกลางสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกัน เด็กที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีเมื่อเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ก็ได้รับการปลูกฝังในสิ่งที่ดีงาม ได้เรียนรู้ และได้รับประสบการณ์ที่ดี ได้รับความรู้ที่ดี ต่อมา ก็จะเกิดเป็นความรู้สึกและแสดงพฤติกรรมออกมา ในทางตรงกันข้ามเด็กที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ไม่ดี เมื่อเจริญวัยขึ้นก็อาจมีเจตคติไม่ดี

(2) เจตคติที่เกิดจากความรู้สึกที่สะสมไว้นาน สิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลในการหล่อหลอมเกลาบุคลิกภาพของเด็ก เมื่อเด็กเจริญเติบโตขึ้นก็ได้รับการสะสมความรู้สึกในด้านต่าง ๆ ไว้ เช่น ความเชื่อในเรื่องภูตผีปีศาจ ความรู้สึกที่ถูกเลี้ยงดูเข้มงวดจากพ่อแม่เลี้ยง ความรู้สึกของเด็กที่เป็นลูกกำพร้า เหล่านี้ เด็กจะเก็บสะสมไว้เมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ก็จะเป็นความรู้สึกหรือเจตคติในเรื่องนั้น ๆ ผังแนบอยู่ในบุคคลดังกล่าว

(3) เจตคติเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของบุคคล การกระทำหรือพฤติกรรมของบุคคลย่อมมีสาเหตุหรือมีเหตุผลเสมอ และยังขึ้นอยู่กับอิทธิพลของเจตคติด้วย เพราะเจตคติมีส่วนสำคัญในการกำหนดพฤติกรรมของบุคคล เช่น เด็กที่มีเจตคติที่ดีต่อครูและโรงเรียนก็อยากจะทำมาโรงเรียน ในบางครั้งผู้ปกครองให้หยุดเรียนก็ไม่ยอม หรือบุคคลมีเจตคติที่ไม่ดีต่อใครคนหนึ่ง จะพบว่าเขาจะไม่เกี่ยวข้องด้วยหรือไม่เห็นด้วยกับคำพูดหรือการกระทำของใครคนนั้นเสมอ เป็นต้น

(4) เจตคติสามารถถ่ายทอดไปสู่บุคคลอื่น ๆ ได้ เนื่องจากมนุษย์เป็นสัตว์สังคม มีพฤติกรรมที่ต้องเกี่ยวข้องกันเสมอ และชอบอยู่รวมกันเป็นกลุ่มเป็นหมู่คณะ เมื่อบุคคลอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มมีการติดต่อสื่อความหมายและมีความสัมพันธ์ภาพต่อกัน ก็เป็นช่องทางที่ทำให้บุคคลสามารถถ่ายทอดเจตคติไปสู่บุคคลอื่น ๆ ได้ เช่น บิดา มารดา ถ่ายทอดเจตคติของตนให้แก่บุตร ครู ถ่ายทอดเจตคติของครูให้แก่นักเรียน เป็นต้น

(5) เจตคติเปลี่ยนแปลงได้ ถึงแม้ว่าเจตคติจะเป็นความรู้สึกที่ฝังแน่นในตัวบุคคล คล้ายกับการตกผลึกของสารละลายทางเคมี หรือการแข็งตัวของน้ำ (Crystallized or Forzen) ก็ตาม แต่เจตคติก็น่าจะเปลี่ยนแปลงถ้าได้รับข้อมูลหรือมีสถานการณ์ที่เหมาะสม เช่น เด็กที่มีเจตคติว่าโตขึ้นจะเป็นพยาบาลแต่สอบคัดเลือกผู้อื่นไม่ได้ทั้ง ๆ ที่พยายามสอบมาแล้ว 2 ครั้ง ก็เลยเปลี่ยนเจตคติว่าไม่เป็นพยาบาลก็ได้ ขอเป็นครูดีกว่า เป็นต้น

สรุปได้ว่าเจตคติมีลักษณะที่สำคัญ คือ เจตคติเป็นสภาพของจิตใจเป็นความรู้สึกที่ไม่สามารถสังเกตเห็นได้โดยตรง ต้องแสดงออกมา เกิดจากการเรียนรู้หรือประสบการณ์ของแต่ละบุคคล มีทิศทาง (ทางบวก ทางลบ) เปลี่ยนแปลงได้ สามารถถ่ายทอดไปสู่บุคคลอื่น ๆ ได้ และเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมให้แสดงพฤติกรรมออกมานั่นเอง

3.1.4.2.4 ลำดับขั้นตอนการเกิดเจตคติ

เจตคติมีการเกิดเป็นลำดับเป็นขั้นเป็นตอนจากง่ายไปหายากเหมือนขั้นบันได ซึ่งมีลำดับขั้นตอนของการเกิดเจตคติดังต่อไปนี้ (ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2526 : 159)

(1) การรับ หรือการให้ความสนใจ

ในขั้นนี้บุคคลจะถูกกระตุ้นให้รับทราบว่ามีเหตุการณ์หรือสิ่งเร้าบางอย่างปรากฏอยู่ และบุคคลนั้นจะมีความยินดีหรือมีภาวะจิตใจที่พร้อมที่จะรับสิ่งเร้านั้นหรือให้ความสนใจต่อสิ่งเร้านั้น การรับหรือการให้ความสนใจนี้เป็นขั้นของ “สภาพจิตใจ” ขั้นแรกที่จะนำไปสู่สภาพจิตใจขั้นต่อไป แต่เนื่องจากคนเรามีประสบการณ์เดิมหรืออาจจะได้จากการเรียนรู้ชนิดเป็นทางการหรือไม่เป็นทางการก็ได้ จากประสบการณ์เดิมนี้อาจจะมีสภาพจิตใจในขั้นของการรับหรือการให้ความสนใจอยู่พร้อมแล้ว โดยที่ไม่ต้องถูกกระตุ้นให้เกิดขึ้นก็ได้

ในขั้นของการรับหรือการให้ความสนใจนี้บุคคลจะมีสภาพจิตใจ 3 ลักษณะ คือ

(1.1) เกิดความตระหนัก ถูกผิด หรือเกิดความรู้สึกว่ามีสิ่งหนึ่ง ซึ่งการรู้สึกว่ามี หรือการได้ถูกผิดเกี่ยวกับสิ่งหนึ่งสิ่งใดนั้น เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นในจิตใจเท่านั้น

(1.2) ความเต็มใจที่จะรับสิ่งมากระตุ้นนั้น

(1.3) การเลือกรับหรือการเลือกให้ความสนใจ โดยบางบุคคลจะเลือกในสิ่งที่ทำความพอใจมาให้และจะไม่รับในสิ่งที่เขาไม่ชอบ

(2) การตอบสนอง

เป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นต่อเนื่องจากพฤติกรรมในขั้นที่หนึ่ง บุคคลจะให้ความสนใจอย่างเต็มที่ ความรู้สึกผูกมัดต่อสิ่งเร้าหรือสถานการณ์ที่มากระตุ้น เกิดความยินยอม เต็มใจและพอใจที่จะตอบสนองต่อความรู้สึกผูกมัดนี้ ยังเป็นเพียงความรู้สึกขั้นต้นเท่านั้น ยังยืนยันไม่ได้แน่นอนว่าบุคคลนั้นมีทัศนคติหรือค่านิยมต่อสถานการณ์หรือสิ่งเร้านั้น ๆ อย่างไร

(3) การให้ค่า

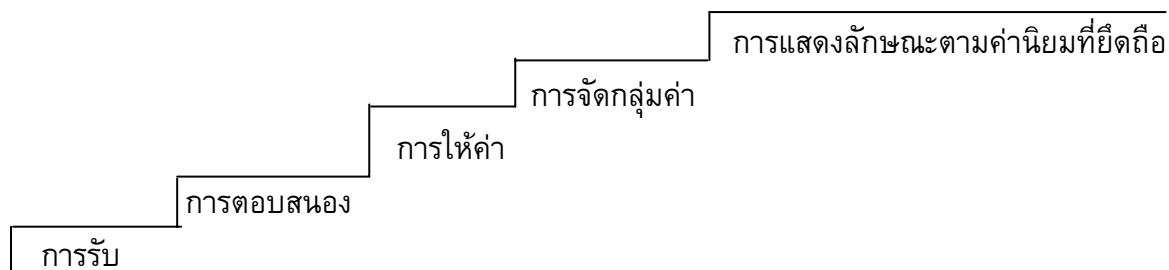
เป็นขั้นที่บุคคลจะกระทำปฏิกิริยาหรือมีพฤติกรรมที่แสดงว่าเขายอมรับหรือรับรู้สิ่งนั้น เป็นสิ่งที่มีคุณค่าสำหรับเขา หรือแสดงว่าเขามีค่านิยมอย่างใดอย่างหนึ่ง

(4) การจัดกลุ่มค่า

บุคคลเกิดค่านิยมต่าง ๆ ขึ้นแล้ว ค่านิยมที่เกิดขึ้นจะมีหลายชนิด จึงมีความจำเป็นจะต้องจัดระบบของค่านิยมต่าง ๆ ให้เข้ากลุ่มโดยพิจารณาถึงความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมเหล่านั้น

(5) การแสดงลักษณะตามค่านิยมที่ยึดถือ

พฤติกรรมในขั้นนี้อาจจะแสดงให้เห็นได้โดยบุคคลสร้างปรัชญาชีวิตสำหรับตนเอง หรือคตินิยมต่าง ๆ ในการปฏิบัติตน โดยพิจารณาถึงเหตุผลทางด้านศีลธรรมจรรยาและทางด้านหลักประชาธิปไตย เป็นต้น



ภาพประกอบ 9 แสดงขั้นตอนการเกิดพฤติกรรมทางด้านเจตคติ

ที่มา : ทวีสิทธิ์ สิทธิกร. (2533). *การสอนสุศึกษา*. หน้า 47.

3.1.4.2.5 ระดับของเจตคติ

สมศักดิ์ สินธุระเวชญ์ (2522 : 11) ได้แบ่งเจตคติออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

- (1) เจตคติเชิงนิมาน เป็นการแสดงออกในลักษณะความพึงพอใจ เห็นชอบด้วย สนับสนุน ปฏิบัติตามด้วยความเต็มใจ
- (2) เจตคติเชิงนิเสธ เป็นการแสดงออกในลักษณะตรงกันข้ามกับเจตคติเชิงนิมาน เช่น ไม่พอใจ ไม่เห็นด้วย ไม่ยินดี
- (3) เจตคติที่เป็นกลาง เป็นการแสดงออกในลักษณะที่ไม่เป็นทั้งเจตคติเชิงนิมาน และเจตคติเชิงนิเสธ เช่น รู้สึกเฉย ๆ ไม่ถึงกับชอบหรือเกลียด เป็นต้น

3.1.4.2.6 การเกิดเจตคติ

การเกิดเจตคติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งของคนเกิดขึ้นได้ตามเงื่อนไข ดังนี้ (ศักดิ์ สุนทรเสถียร. 2531 : 4; อ้างอิงจาก Allport. 1962. *Introduction to psychology*. p. 614)

- (1) กระบวนการเรียนรู้ได้จากการเพิ่มพูนและบูรณาการของการตอบสนองแนวความคิดต่าง ๆ เช่น เจตคติจากครอบครัว โรงเรียน ครู การเรียนการสอน และอื่น ๆ
- (2) ประสบการณ์ขึ้นอยู่กับความแตกต่างของบุคคล ซึ่งมีประสบการณ์ที่แตกต่างไปนอกจากประสบการณ์ของคนจะสะสมขึ้นเรื่อย ๆ แล้วยังทำให้มีกระสวน (Pattern) เป็นของตัวเองด้วย ดังนั้นเจตคติบางอย่างจึงเป็นเรื่องเฉพาะของแต่ละบุคคลแล้วแต่พัฒนาการและความเจริญเติบโตของคน ๆ นั้น
- (3) การเลียนแบบ การถ่ายทอดของคนบางคนได้มาจากการเลียนแบบเจตคติของคนอื่นที่ตนพอใจ เช่น พ่อ แม่ ครู และบุคคลอื่น ๆ
- (4) องค์ประกอบของสถาบัน คนย่อมมีเจตคติคล้ายตามกลุ่มสังคมที่ตนอาศัยอยู่สืบเนื่องจากสถาบัน เช่น โรงเรียน ศาสนา หน่วยงานต่าง ๆ สถาบันเหล่านี้จะเป็นแหล่งที่มาและสิ่งที่ช่วยสนับสนุนให้เกิดเจตคติบางอย่างได้

ทวีสิทธิ์ สิทธิกร (2531 : 48) กล่าวถึง สาเหตุของการเกิดเจตคติ ดังนี้

(1) อาจเกิดจากผลรวมขั้นสุดท้ายของการสะสมประสบการณ์ต่าง ๆ ในช่วงระยะเวลาหนึ่ง เช่น การค้นคว้าหาข้อเท็จจริงต่าง ๆ (Facts) ในช่วงระยะเวลาหนึ่ง จะช่วยให้มีเจตคติเกิดขึ้น คือ ชอบหรือไม่ชอบ สนใจหรือไม่สนใจต่อสิ่งนั้น ๆ ซึ่งอาจจะเป็นได้ทั้งในลักษณะรูปธรรมและนามธรรม เช่น คน สัตว์ พืช สถาบัน เหตุการณ์ อุดมคติ ความรัก และความซื่อสัตย์ ฯลฯ โดยสิ่งเหล่านี้จะเกิดมีขึ้นในบรรยากาศทั่วไปของชีวิตประจำวันขณะที่เรากำลังดำเนินชีวิตอยู่ เจตคติที่เกิดขึ้นในลักษณะเช่นนี้ มักจะถาวรและมั่นคงพอสมควร

(2) อาจเกิดจากผลของประสบการณ์ในระยะสั้น ซึ่งประสบการณ์นั้น ๆ จะเป็นไปอย่างเข้มข้น ตื่นเต้น รุนแรงและรวดเร็ว โดยในทันทีทันใดนั่นเอง เจตคติที่เกิดขึ้นแล้ว เช่น การเห็นคนถูกรถชนโดยที่ผู้ขับประมาท ก็เกิดเจตคติที่ไม่ดีต่อการขับรถที่ประมาท

(3) อาจเกิดจากการได้รับอิทธิพลมาจากคนอื่น เจตคติในลักษณะเช่นนี้มักจะเกิดขึ้นได้ง่ายสำหรับบุคคลที่มีอิทธิพลของผู้อื่นครอบงำอยู่ก่อนแล้ว เมื่อบุคคลเหล่านี้ได้รับการอบรมสั่งสอน ปลุกใจ หรือการโฆษณาชวนเชื่อ เจตคติของผู้อบรมสั่งสอน ฯลฯ จะถ่ายทอดมายังบุคคลเหล่านั้นโดยไม่รู้ตัว เช่น นักเรียนที่มีความชื่นชอบครูมาก เมื่ออยู่ใกล้ชิดกัน สามารถทำให้นักเรียนมีความรู้สึกหรือมีความคิดเห็นคล้ายตามครูได้

(4) อาจเกิดจากการเปรียบเทียบกับประสบการณ์เดิม เจตคติที่เกิดขึ้นในลักษณะเช่นนี้ จะเกิดขึ้นกับบุคคลที่ขาดการพิจารณาถึงเหตุผลเป็นส่วนใหญ่ เช่น การที่เห็นคนหนึ่งซึ่งมีหน้าตาหรือท่าทางคล้ายกับอีกคนหนึ่งที่เขาเคยรู้จักมาก่อนว่าเป็นคนไม่ดี และคิดว่าเขาเป็นคนไม่ดีไปด้วย

(5) อาจเกิดจากการเห็นตัวอย่างที่ดีหรืออยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะ เช่น นักเรียนที่มีครูประจำชั้นซึ่งมีสุขปฏิบัติดี ย่อมจะทำให้มีเจตคติทางสุขภาพที่ดีขึ้น หรือนักเรียนที่อาศัยอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะย่อมจะทำให้มีเจตคติทางสุขภาพที่ดี

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2526 : 91 – 93) กล่าวถึง แหล่งสำคัญที่ทำให้เกิดเจตคติไว้ 4 แหล่ง ดังต่อไปนี้

(1) ประสบการณ์เฉพาะอย่าง (Specific Experiences) วิธีการหนึ่งที่เราเรียนเจตคติ คือ จากการมีประสบการณ์เฉพาะอย่างกับสิ่งที่เกี่ยวข้องกับเจตคตินั้น ตัวอย่างเช่น ถ้าเรามีประสบการณ์ที่ดีในการติดต่อกับบุคคลหนึ่ง เราจะมีความรู้สึกชอบบุคคลนั้น ในทางตรงกันข้ามถ้ามีประสบการณ์ที่ไม่ดีจากการพบปะหรือติดต่อกับบุคคลนั้น เราก็มักจะมีแนวโน้มที่จะมีความรู้สึกไม่ชอบบุคคลนั้น

(2) การติดต่อสื่อสารกัน (Communication From Others) โดยเฉพาะอย่างยิ่งจากบุคคลในครอบครัว ตัวอย่างเช่น เด็กได้รับการสั่งสอนหรืออบรมจากผู้ปกครองเสมอว่า “การขโมยสิ่งของของคนอื่นไม่ดี” คำพูดนี้เด็กได้รับจากบุคคลที่เขายกย่องนับถือ และมีผลต่อความเชื่อถือและเจตคติของเด็กได้

(3) สิ่งที่เป็นแบบอย่าง (Model) เจตคติบางอย่างถูกสร้างขึ้นจากการเลียนแบบ

ผู้อื่น ขบวนการเกิดเจตคติโดยวิธีนี้เกิดได้โดยขั้นแรกจากเหตุการณ์บางอย่าง บุคคลจะเห็นว่าบุคคลอื่นมีการปฏิบัติอย่างไร ขั้นต่อไปบุคคลนั้นจะแปลความหมายของการปฏิบัตินั้นในรูปของความเชื่อ เจตคติซึ่งมาจากการปฏิบัติของเขา ถ้าบุคคลนั้นให้ความเคารพนับถือยกย่องบุคคลที่แสดงปฏิกิริยานั้นอยู่แล้ว บุคคลนั้นจะยอมรับความรู้สึกความเชื่อที่เขาคิดว่าบุคคลที่ปฏิบัตินั้นดี

(4) องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับสถาบัน (Institutional Factor) ทศคติของบุคคลหลายอย่างเกิดขึ้น สืบเนื่องมาจากสถาบัน เช่น โรงเรียน สถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา หน่วยงานต่าง ๆ เป็นต้น สถาบันเหล่านี้จะเป็นทั้งแหล่งที่มา และสิ่งช่วยสนับสนุนให้เกิดเจตคติบางอย่างได้

สรุปได้ว่าการเกิดเจตคติมีหลายประการด้วยกัน คือ การได้รับประสบการณ์หรือ การได้รับการเรียนรู้ การเลียนแบบ แบบอย่างหรือตัวอย่างจากบุคคลอื่น สถาบันทางสังคม และ สิ่งแวดล้อมซึ่งสิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลที่จะทำให้บุคคลเกิดเจตคติในทางบวกหรือทางลบได้

3.1.4.2.7 กระบวนการเปลี่ยนเจตคติ

กระบวนการเปลี่ยนเจตคตินั้น จะสืบเนื่องมาจากสภาพแวดล้อมในสังคมมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ถึงแม้ว่าเจตคติจะเป็นสภาวะทางจิตที่มีความมั่นคงพอสมควรก็อาจเปลี่ยนแปลงได้ในบางกรณี อาจเปลี่ยนแปลงได้น้อยหรือเปลี่ยนแปลงได้ ซึ่ง แมคไกวร์ (ปิยะพงษ์ สุริยะพรหม. 2546 : 111 – 112; อ้างอิงจาก Mcguire. 1969 : 101) ได้อธิบายขั้นตอนของกระบวนการเปลี่ยนเจตคติ ซึ่งประกอบด้วยขั้นตอนต่าง ๆ 5 ขั้น ดังนี้

(1) การเอาใจใส่ (Attention) การที่จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติของบุคคลนั้นในขั้นต้นบุคคลจะต้องยอมให้ความสนใจและเอาใจใส่รับรู้ข้อความในการชักจูง ถ้าผู้รับการชักจูงขาดการเอาใจใส่สิ่งที่ชักจูงจะถูกชะงักงันเสียแต่เริ่มต้น ฉะนั้นการมีสมาธิไม่มีสิ่งรบกวนจิตใจ ความยินยอมที่จะรับฟังจึงเป็นปัจจัยสำคัญของการให้ความเอาใจใส่ในสารที่ใช้ชักจูง

(2) ความเข้าใจ (Comprehension) ความเข้าใจจะเกิดขึ้นได้ เมื่อบุคคลเอาใจใส่รับฟังสารนอกจากนั้นมียังองค์ประกอบอื่น ๆ ที่เข้ามามีผลต่อความเข้าใจสารที่สำคัญ เช่น องค์ประกอบเกี่ยวกับการสื่อสาร สารควรใช้ข้อความชักจูงที่ทำให้ผู้รับเกิดความเข้าใจได้ง่ายมีความน่าเชื่อถือ มีวิธีการชักจูงที่สอดคล้องกับลักษณะของผู้รับ ไม่เร้าให้ผู้รับใช้กลวิธานในการป้องกันตนเอง นอกจากนั้นยังขึ้นอยู่กับลักษณะและสภาพจิตใจของผู้รับสารด้วย

(3) การยอมรับ (Yielding) การยอมรับมีสามแบบ คือ

- การยอมตาม (Compliance) บุคคลยอมรับการชักจูงเพราะหวังว่าจะได้รับการยอมรับหรือได้ความดีความชอบจากผู้มีอิทธิพลหรือกลุ่ม ยอมรับการชักจูงเพื่อหวังรางวัลและหลีกเลี่ยงการลงโทษ
- การเลียนแบบเทียบเคียง (Identification) บุคคลยอมรับการชักจูงเพราะหวังที่จะทำตนให้คล้ายคลึงกับผู้ชักจูง ซึ่งเป็นสิ่งที่ตนพอใจและอยากเลียนแบบ
- การยอมรับเข้าไว้ภายในตน (Internalization) บุคคลยอมรับการชักจูงนั้น ซึ่ง

ให้เขาเห็นผลประโยชน์ที่จะได้รับและทำให้เขาเข้าใจโลกดียิ่งขึ้น

(4) ความจำ (Retention) เมื่อเกิดการยอมรับแล้ว การเปลี่ยนเจตคติจะคงอยู่ทนนานเท่าไรขึ้นอยู่กับความจำในเรื่องราวเกี่ยวกับเจตคตินั้น ๆ ถ้าเป็นเรื่องราวที่มีความสำคัญต่อตัวบุคคล บุคคลจะจำได้นาน วิธีการสื่อสารที่ดึงดูดความสนใจแก่ผู้รับ และการเสนอสารนั้นบ่อย ๆ จะช่วยทำให้ความจำในเนื้อหานั้น ๆ ติดทนนาน

(5) การกระทำ (Action) เป็นกระบวนการขั้นสุดท้ายของการเปลี่ยนเจตคติ คือ การแสดงพฤติกรรมเพื่อแสดงถึงการมีเจตคตินั้น ๆ

สรุปแล้วกระบวนการเปลี่ยนเจตคติที่สำคัญเริ่มจากการเอาใจใส่ ความเข้าใจ การยอมรับ ความจำ และเกิดการกระทำในที่สุด

3.1.4.2.8 ประโยชน์ของเจตคติ

จากการศึกษาประโยชน์ของเจตคติ ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2520 : 4) และ ชม ภูมิภาค (2516 : 65) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของเจตคติไว้ ซึ่งสรุปได้ดังนี้

(1) ช่วยทำให้เข้าใจสิ่งแวดล้อมรอบตัว โดยการจัดรูปหรือจัดระบบสิ่งของต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวเรา

(2) ช่วยให้มีการเข้าข้างตนเอง (Self - Esteem) โดยช่วยให้บุคคลหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่ดีหรือปกปิดความจริงบางอย่าง ซึ่งนำความไม่พอใจมาสู่ตัวเขา

(3) ช่วยในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่สลับซับซ้อน ซึ่งมีการปฏิภานโต้ตอบหรือการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งลงไปในนั้นส่วนมากจะทำให้สิ่งทำความพอใจมาก หรือเป็นบำเหน็จรางวัลจากสิ่งแวดล้อม

(4) ช่วยให้บุคคลสามารถแสดงออกถึงค่านิยมของตนเอง ซึ่งแสดงว่าเจตคตินั้นนำความพอใจมาให้บุคคลนั้น

(5) เตรียมบุคคลเพื่อให้พร้อมต่อการปฏิบัติการ

(6) ช่วยให้บุคคลได้คาดคะเนล่วงหน้าว่าอะไรจะเกิดขึ้น

(7) ทำให้บุคคลได้รับความสำเร็จตามหลักชัยที่วางเอาไว้

3.1.4.2.9 การวัดเจตคติ

เนื่องจากเจตคติเป็นมโนภาพที่วัดได้ยากเมื่อเทียบกับการวัดด้านอื่น นักจิตวิทยาและนักวัดผลได้พยายามหาวิธีการวัด และสร้างเครื่องมือที่มีคุณภาพที่จะกระตุ้นให้ได้มาซึ่งความรู้สึกที่แท้จริงของผู้ถูกวัด ซึ่ง ล้วน สายยศ (ม.ป.ป. : 3 – 4) ถวิล ธาราโกชน (2522 : 85 – 88) เสริมศักดิ์ วิชาลาภรณ์ และเอนกกุล กริแสง (2519 : 6 – 8) และเอ็ดเวิร์ด (Edwards. 1967 : 3 – 16) ได้เสนอวิธีการวัดเจตคติ สรุปได้ดังนี้ (ธีรวุฒิ เอกะกุล. 2542 : 18 – 19)

(1) การสัมภาษณ์ (Interview) เป็นวิธีที่ง่ายและตรงไปตรงมามากที่สุด การสัมภาษณ์ ผู้สัมภาษณ์จะต้องเตรียมข้อรายการที่จะซักถามไว้อย่างดี ข้อรายการนั้นต้องเขียนเน้นความรู้สึกที่สามารถวัดเจตคติให้ตรงเป้าหมาย ผู้สัมภาษณ์จะได้ทราบความรู้สึก หรือความคิดเห็น

ของผู้ตอบที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แต่มีข้อเสียว่า ผู้ถามอาจจะไม่ได้รับคำตอบที่จริงใจจากผู้ตอบ เพราะผู้ตอบอาจบิดเบือนคำตอบ เนื่องจากอาจเกิดความเกรงกลัวต่อการแสดงความคิดเห็น วิธีแก้ไขคือ ผู้สัมภาษณ์ต้องสร้างบรรยากาศในการสัมภาษณ์ให้เป็นกันเองให้ผู้ตอบรู้สึกสบายใจ ไม่เคร่งเครียด เป็นอิสระ และแน่ใจว่าคำตอบของเขาจะเป็นความลับ

(2) การสังเกต (Observation) เป็นวิธีการที่ใช้ตรวจสอบบุคคลอื่นโดยการเฝ้ามองและจดบันทึกพฤติกรรมของบุคคลอย่างมีแบบแผน เพื่อจะได้ทราบว่าบุคคลที่เราสังเกตมีเจตคติ ความเชื่อ อุปนิสัยเป็นอย่างไร ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตจะถูกต้องใกล้เคียงกับความจริง หรือเป็นที่เชื่อถือได้เพียงใดนั้นมีข้อควรคำนึงหลายประการ กล่าวคือ ควรมีการศึกษาหลาย ๆ ครั้ง ทั้งนี้เพราะเจตคติของบุคคลมาจากหลาย ๆ สาเหตุ นอกจากนี้ตัวผู้สังเกตเองจะต้องทำตัวเป็นกลาง ไม่มีความลำเอียง และการสังเกตควรสังเกตหลาย ๆ ช่วงเวลา ไม่ใช่สังเกตเฉพาะเวลาใดเวลาหนึ่ง

(3) การรายงานตนเอง (Self – Report) วิธีนี้ต้องการให้ผู้ถูกสอวัดแสดงความรู้สึกของตนเองตามสิ่งเร้าที่เขาได้สัมผัส นั่นคือ สิ่งเร้าที่เป็นข้อคำถามให้ผู้ตอบแสดงความรู้สึกออกมาอย่างตรงไปตรงมา แบบทดสอบหรือมาตรวัดที่เป็นของแนว เทอร์สโตน (Thurstone) กัทท์แมน (Guttman) ลิเคอร์ท (Likert) และออสกู๊ด (Osgood) นอกจากนี้ที่กล่าวมายังมีแบบให้ผู้สอรายงานตนเอง และอื่น ๆ อีกมาก แล้วแต่จุดมุ่งหมายของการสร้างและการวัด

(4) เทคนิคจินตนาการ (Projective Techniques) วิธีนี้อาศัยสถานการณ์หลายอย่างไปเร้าผู้สอ เช่น ประโยคไม่สมบูรณ์ ภาพแปลก ๆ เรื่องราวแปลก ๆ เมื่อผู้สอเห็นสิ่งเหล่านี้จะจินตนาการออกมาแล้วนำมาตีความหมาย จากการตอบนั้น ๆ พอจะรู้ได้ว่ามีเจตคติต่อเป้าเจตคติอย่างไร

(5) การวัดทางสรีระภาพ (Physiological Measurement) การวัดด้านนี้อาศัยเครื่องมือไฟฟ้า แต่สร้างเฉพาะเพื่อจะวัดความรู้สึกอันจะทำให้พลังไฟฟ้าในร่างกายเปลี่ยนแปลง เช่น ถ้าดีใจเข็มจะชี้อย่างหนึ่ง เสียใจเข็มจะชี้อีกอย่างหนึ่ง ใช้หลักการเดียวกันกับเครื่องจับเท็จ เครื่องมือแบบนี้ยังพัฒนาไม่ดีพอจึงไม่นิยมใช้เท่าใดนัก

การวัดเจตคติโดยใช้วิธีการรายงานตนเองของลิเคอร์ท ที่กำหนดเกณฑ์ความเบี่ยงเบนมาตรฐานให้คะแนนช่วงความรู้สึกเท่า ๆ กัน อาจเป็น 3 มาตรา , 4 มาตรา, 5 มาตรา ฯลฯ แต่ส่วนมากจะเป็น 5 ช่วงแบบต่อเนื่อง เรียกว่า Arbitrary Weighting Method ได้แก่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง, เห็นด้วย, ไม่แน่ใจหรือเฉย ๆ, ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ให้คะแนนเป็น 5, 4, 3, 2, 1 สำหรับข้อความทางบวก ส่วนข้อความทางลบในระดับความคิดเห็นเดียวกัน ให้คะแนนเป็น 1, 2, 3, 4, 5 ซึ่งได้ผลไม่แตกต่างกัน และพบว่ามีความสัมพันธ์สูงถึง 0.99 กับค่าคะแนนที่กำหนดเป็นจำนวนเต็ม (ธีรวิทย์ เอกะกุล. 2542 : 51) หรือข้อความที่ใช้สอบถามประกอบด้วยข้อความที่แสดงความรู้สึกทางบวก และทางลบ มีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540 : 107 – 108)

(1) ตั้งจุดมุ่งหมายของการศึกษาว่าต้องการศึกษาเจตคติของใครมีต่อสิ่งใด

(2) ให้ความหมายของเจตคติต่อสิ่งที่จะศึกษาให้แจ่มชัด เพื่อทราบว่าสิ่งที่เป็น Psychological Object นั้น ประกอบด้วยคุณลักษณะใดบ้าง

(3) สร้างข้อความให้ครอบคลุมคุณลักษณะที่สำคัญของสิ่งที่ศึกษาให้ครบถ้วนทุกแง่มุม และต้องมีข้อความที่เป็นไปในทางบวกและทางลบมากพอ เมื่อนำไปวิเคราะห์แล้วเหลือจำนวนข้อความที่ต้องการ

(4) ตรวจสอบข้อความที่สร้างขึ้น ซึ่งทำได้โดยผู้สร้างข้อความเอง และนำไปให้ผู้มีความรู้ในเรื่องนั้นตรวจสอบโดยพิจารณาในเรื่องของความครบถ้วนของคุณลักษณะของสิ่งที่ศึกษา และความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ ตลอดจนลักษณะการตอบข้อความที่สร้างว่าสอดคล้องกันหรือไม่เพียงใด

(5) ทำการทดลองขั้นต้นก่อนที่จะนำไปใช้จริง โดยการนำข้อความที่ได้ตรวจสอบแล้วไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างจำนวนหนึ่ง เพื่อตรวจสอบความชัดเจนของข้อความและภาษาที่ใช้อีกครั้ง และเพื่อตรวจสอบคุณภาพด้านอื่น ๆ ได้แก่ ความเที่ยงตรง ค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่นของมาตราวัดเจตคติทั้งชุด

(6) กำหนดการให้คะแนนการตอบของแต่ละตัวเลือก โดยทั่วไปนิยมใช้คือ กำหนดคะแนนเป็น 5, 4, 3, 2 และ 1 หรือ 4, 3, 2, 1 และ 0 โดยข้อความทางบวกคือ 5, 4, 3, 2 และ 1 หรือ 1, 2, 3, 4 และ 5 สำหรับข้อความทางลบ ซึ่งการกำหนดแบบนี้เรียกว่า Arbitrary Weighting Method ซึ่งเป็นวิธีที่สะดวกมากในทางปฏิบัติ

สรุปได้ว่าการสร้างเครื่องมือวัดเจตคติในการวิจัยครั้งนี้ใช้มาตราวัดตามวิธีการรายงานตนเอง โดยใช้เครื่องมือวัดของลิเคอร์ท ซึ่งกำหนดช่วงความรู้สึกออกเป็น 3 มาตรา คือ เห็นด้วย ,เฉย ๆ , และไม่เห็นด้วย มีขั้นตอนการสร้างตามขั้นตอนที่กล่าวมาข้างต้น

3.1.4.2.10 ประโยชน์ของการวัดเจตคติ

เรณู เจริญศรี (จินตนาภา เสถียรวิริยคุณ. 2536 : 25; อ้างอิงจาก เรณู เจริญศรี. 2525) กล่าวถึงประโยชน์ของการวัดเจตคติ ดังนี้

(1) วัดเพื่อทำนายพฤติกรรม การมีเจตคติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งของบุคคล ย่อมเป็นเครื่องแสดงว่าเขามีความรู้ทางด้านดี หรือไม่ดีเกี่ยวกับสิ่งนั้นมากน้อยเพียงใด และเขามีความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบสิ่งนั้นเพียงใด เจตคติของบุคคลต่อสิ่งนั้นเป็นเครื่องทำนายว่าบุคคลนั้นมีการกระทำต่อสิ่งนั้นไปในทางใด ฉะนั้นการทราบเจตคติของบุคคลย่อมช่วยให้สามารถทราบการกระทำของบุคคลนั้นได้

(2) วัดเพื่อหาทางป้องกันและแก้ไข โดยทั่วไปการที่บุคคลมีเจตคติต่อสิ่งใดอย่างใดนั้นเป็นสิทธิของเขา แต่ละบุคคลมีเจตคติต่อเรื่องใดแตกต่างกันไปในบางเรื่อง จึงจำเป็นต้องให้กลุ่มมีความคิดเห็นและเจตคติสอดคล้องกันเพื่อป้องกันปัญหาขัดแย้งในเรื่องต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้น เพื่อการอยู่ร่วมกันด้วยความสงบสุขของสังคมและย่อมเป็นไปได้เมื่อพลเมืองมีเจตคติต่อสิ่งต่าง ๆ คล้ายคลึงกันก็จะเป็นทางก่อให้เกิดความร่วมมือร่วมใจกัน

(3) วัดเพื่อความเข้าใจสาเหตุและผล เจตคติเปรียบเทียบบุคคลภายในที่ผลักดัน

ให้บุคคลกระทำในสิ่งต่าง ๆ แตกต่างกันไปและสาเหตุภายในหรือเจตคติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งของบุคคลจะได้รับผลกระทบมาจากสาเหตุภายนอกอีกส่วนหนึ่ง ฉะนั้นการเข้าใจอิทธิพลของสาเหตุภายนอกที่มีต่อการกระทำของบุคคลต่าง ๆ ได้อย่างชัดเจน บางกรณีอาจจำเป็นต้องวัดเจตคติของบุคคลต่อสาเหตุภายนอกนั้นด้วย

สรุปแล้ว ประโยชน์ของการวัดเจตคตินั้น เพื่อทำนายพฤติกรรม ความรู้สึกนึกคิดของบุคคลว่าเขาจะมีแนวโน้มไปทางใด (ทางบวก ทางลบ) ทำให้เข้าใจสาเหตุและผล และสามารถหาทางป้องกันและแก้ไข หรือส่งเสริมให้ดีขึ้นได้

3.1.4.3 การปฏิบัติทางด้านสุขภาพหรือสุขปฏิบัติ (Health Practice)

เป็นพฤติกรรมที่ใช้ความสามารถในการแสดงออกทางร่างกาย ซึ่งรวมถึงการปฏิบัติที่แสดงออกและสังเกตได้ในสภาวะการณ์หนึ่ง ๆ หรืออาจเป็นพฤติกรรมที่คาดคะเนว่าอาจจะปฏิบัติในโอกาสต่อไป พฤติกรรมการแสดงออกนี้เป็นพฤติกรรมขั้นสุดท้ายซึ่งต้องอาศัยพฤติกรรมระดับต่าง ๆ ที่กล่าวมาแล้วเป็นส่วนประกอบ คือ ทางด้านความรู้และเจตคติ และเป็นพฤติกรรมที่สามารถประเมินผลได้ง่าย แต่กระบวนการที่จะก่อให้เกิดพฤติกรรมนี้ต้องอาศัยเวลาและการตัดสินใจหลายขั้นตอน ในทางด้านสุขภาพถือว่าการปฏิบัติทางด้านสุขภาพของบุคคลเป็นเป้าหมายขั้นสูงสุดที่ช่วยให้บุคคลมีสุขภาพดี

3.1.4.3.1 ความหมาย

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2537 : 155) ได้กล่าวว่า การปฏิบัติ หมายถึง กิจกรรมทุกประเภทที่มนุษย์กระทำ ไม่ว่าสิ่งนั้นจะสังเกตได้หรือไม่ได้ แต่สามารถวัดได้โดยใช้เครื่องมือพิเศษ และสามารถบอกได้ว่ามีหรือไม่มีได้ เช่น ความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก ความชอบ ความสนใจ เป็นต้น

เอื้อมพร ทองกระจาย (2535 : 3) ได้กล่าวว่า การปฏิบัติเป็นกิจกรรมทุกอย่างที่มนุษย์กระทำ เป็นลักษณะการแสดงออกที่สังเกตเห็นได้ โดยพื้นฐานทางจิตวิทยามีความเชื่อว่า พฤติกรรมทุกชนิดที่มนุษย์กระทำย่อมมีสาเหตุ มีจุดมุ่งหมายนั้นเป็นการตอบสนองต่อความต้องการของมนุษย์ เมื่อมนุษย์ได้แสดงพฤติกรรมตอบสนองต่อความต้องการ หรือจุดมุ่งหมายแล้วพฤติกรรมก็สิ้นสุดลง มนุษย์อยู่ในภาวะสมดุล

นอกจากนี้สมจิตต์ สุพรรณทัศน์ (2526 : 274 – 280) ยังได้เสนอแนวความคิดเกี่ยวกับการเกิดการปฏิบัติหรือพฤติกรรมไว้ ดังนี้

- (1) ความต้องการทางด้านร่างกายเป็นแรงผลักดันทำให้เกิดพฤติกรรมขึ้น
- (2) เมื่อมีสิ่งเร้าที่เหมาะสมมากระตุ้นบุคคลจะแสดงพฤติกรรมออกมา
- (3) บุคคลจะแสดงพฤติกรรมอะไร ย่อมขึ้นอยู่กับอารมณ์หรือความรู้สึกของบุคคลนั้น ความรู้ความเข้าใจและความคาดหวังในสิ่งที่จะเกิดขึ้น ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรม
- (4) พฤติกรรมเกิดขึ้นจากแรงจูงใจต่าง ๆ เช่น ความต้องการความสำเร็จ

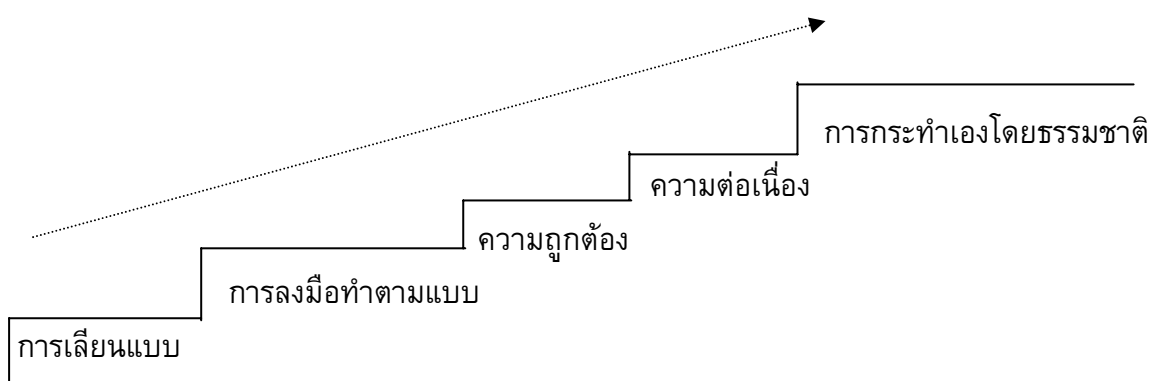
จากความหมายของการปฏิบัติดังกล่าวข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า การปฏิบัติ หมายถึง การแสดงออกมาของพฤติกรรม หรือกระทำกิจกรรมต่าง ๆ ของบุคคลที่สามารถสังเกตได้ เช่น การแปร่งฟัน การล้างมือ การซักผ้า เป็นต้น ซึ่งขึ้นอยู่กับความรู้ ความเข้าใจและอารมณ์หรือความรู้สึกของบุคคลนั้น

3.1.4.3.2 ลำดับขั้นการปฏิบัติทางด้านสุขภาพ

การสอนให้นักเรียนมีความรู้และมีเจตคติที่ดีสามารถช่วยให้การปฏิบัติดีขึ้น โดยเฉพาะการสอนให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการปฏิบัติกิจกรรมหรือมีส่วนร่วมในบทเรียนด้วยการปฏิบัติด้วยนั้น ย่อมมีผลโดยตรงต่อการส่งเสริมการปฏิบัติหรือเป็นการพัฒนาสุขนิสัยของนักเรียน รวมทั้งการจัดบริการสุขภาพและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ภายในโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะก็มีส่วนช่วยส่งเสริมสุขปฏิบัติของนักเรียนเป็นอันมาก และการปฏิบัติที่ดีนั้นต้องเป็นไปอย่างมีทักษะ คือ มีสุขปฏิบัติอย่างรวดเร็ว ชำนาญและถูกต้องเรียบร้อย เป็นอัตโนมัติโดยไม่ต้องฝืนนิสัย หรือระมัดระวังมากนัก ซึ่งเรียกว่า ทักษะทางสุขภาพ (Health Skill)

เตเฟ (อำนาจ ธีรรัตน์ศรีสกุล. 2540 : 10; อ้างอิงจาก Dave. 1971; โกวิท ประวาลพุกษ์. 2523 : 28) แบ่งพฤติกรรมด้านการปฏิบัติ ดังนี้

- (1) การเลียนแบบ (Imitation) เป็นการทำเลียนแบบซ้ำ โดยยังไม่ได้ผลสมบูรณ์
- (2) การลงมือทำตามแบบ (Manipulation) เป็นการลงมือทำตามแบบโดยมีคำชี้แจงที่จะพัฒนาทักษะ
- (3) ความถูกต้อง (Precision) เป็นการทำอย่างมีทักษะโดยปราศจากคำแนะนำหรือรูปแบบ
- (4) ความต่อเนื่อง (Articulation) เป็นการกระทำต่อเนื่องประสานกันด้วยความถูกต้องและความคุมได้
- (5) การกระทำเองโดยธรรมชาติ (Naturalization) เป็นความสามารถระดับสูงทำอย่างอัตโนมัติ



ภาพประกอบ 10 แสดงขั้นพฤติกรรมทางด้านปฏิบัติ

ที่มา : ทวีสิทธิ์ สิทธิกร. (2533). การสอนสุขศึกษา. หน้า 52.

3.1.4.3.3 การวัดการปฏิบัติ

เป็นการวัดพฤติกรรมทักษะพิสัย (Psychomotor Domain) โดยการวัดความสามารถในการปฏิบัติงาน (Procedure) เป็นการวัดทักษะและเทคนิคในการปฏิบัติงาน วิธีการแก้ปัญหาขั้นตอนการทำงาน เป็นต้น และการวัดผลงาน (Product) เป็นการวัดผลงานที่ทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว โดยมีเครื่องมือในการวัดดังนี้ (สมศักดิ์ สันธุระเวช. 2526 : 59 – 62)

(1) แบบสำรวจรายการ (Checklist) เป็นแบบสำรวจรายการประกอบด้วยรายการที่แสดงขั้นตอนการปฏิบัติงานกิจกรรมต่าง ๆ หรือพฤติกรรมที่ผู้สังเกตบันทึก เมื่อเห็นว่ารายการนั้น ๆ เกิดขึ้นหรือไม่ ซึ่งไม่ได้ช่วยในการพิจารณาคุณภาพ หรือจำนวนครั้งของการกระทำที่เกิดขึ้น จึงควรนำไปใช้เฉพาะการเก็บข้อมูลของกระบวนการหรือวิธีการที่ได้แบ่งแยกการกระทำ การแสดง หรือการปฏิบัติต่าง ๆ ออกอย่างชัดเจน

(2) มาตรการจัดอันดับคุณภาพ (Rating Scale) เป็นเครื่องมือที่ใช้ประเมินค่าของสถานการณ์หรือคุณลักษณะต่าง ๆ กันได้มากกว่าแบบสำรวจรายการ แบ่งได้ดังนี้

(2.1) มาตรการจัดอันดับคุณภาพแบบพรรณนา (Descriptive Rating Scale) แบบนี้จะเขียนคำบรรยายบอกเป็นระดับของคุณลักษณะนั้น ๆ ไว้ว่าเป็นอย่างไร ระดับคุณลักษณะมักจะเขียนเป็นจำนวนคือ คือ 3, 5, 7 ระดับ เมื่อเลือกว่าคุณลักษณะของสิ่งนั้นตรงกับระดับใดก็บันทึกเครื่องหมายลงที่ระดับนั้น

(2.2) มาตรการจัดอันดับคุณภาพแบบตัวเลข (Numerical Rating Scale) แบบนี้ใช้รหัสตัวเลขสำหรับวัดลักษณะต่าง ๆ ของแต่ละบุคคล รหัสจัดขึ้นแทนคำบรรยาย เช่น ให้ 1 หรือ 0 แทนสิ่งที่ไม่เกิดขึ้นเลย, 2 นาน ๆ จึงจะเกิด, 3 เกิดขึ้นเป็นครั้งคราว, 4 เกิดขึ้นบ่อย ๆ และ 5 เกิดขึ้นเป็นประจำ มาตรการจัดลำดับแทนตัวเลขจะมีประโยชน์เมื่อลักษณะต่าง ๆ หรือคุณภาพของสิ่งที่จะจัดอันดับสามารถแยกแยะขอบเขตจำนวนเป็นขั้น ๆ

(2.3) มาตรการจัดอันดับคุณภาพแบบกราฟ (Graphic Rating Scale) แบบนี้จะถามคุณลักษณะใดก็เขียนคุณลักษณะนั้นไว้ แล้วมีระดับความเข้ม ความถี่ โดยแบ่งเป็นช่วงระดับ แล้วมีคำบรรยายอยู่ข้างใต้ด้วย ผู้วัดจะต้องพิจารณาว่าถูกวัดมีคุณลักษณะตรงกับช่วงระดับใดก็บันทึกสรุปในช่วงนั้น ซึ่งต่างจากมาตรการจัดอันดับคุณภาพแบบตัวเลขตรงที่ใช้ค่าต่าง ๆ แทนรหัสเลข

สำหรับงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้มาตรการจัดอันดับคุณภาพ (Rating Scale) เป็นเครื่องมือในการวัดการปฏิบัติ คือ ปฏิบัติประจำ, ปฏิบัติบางครั้ง, และไม่เคยปฏิบัติเลย โดยให้ค่า 3, 2 และ 1 ในข้อความทางบวก หรือ 1, 2, และ 3 ในข้อความทางลบ

3.1.4.4 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ

ซิมบาโด (นพนัฐ จำปาเทศ. 2542 : 56; อ้างอิงจาก Zimbardo. 1977 : 49) ได้กล่าวโดยสรุปว่าเจตคติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งของคนเราจะเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับความรู้ที่มีอยู่ คือ ถ้ามี

ความรู้ดี เจตคติต่อสิ่งนั้นก็จะดีด้วย และมีแนวโน้มส่งผลให้แสดงพฤติกรรมไปในทางที่ดีด้วย ดังนั้น ทั้งความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติจึงมีความสัมพันธ์กัน

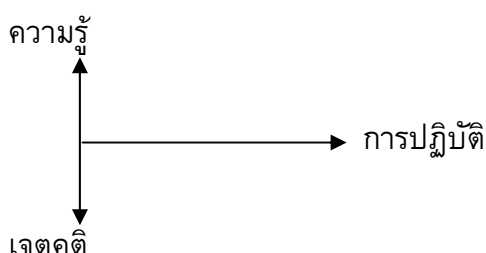
นิภา มนูญปิจุ (2528 : 20) กล่าวว่า การเปลี่ยนแปลงความรู้เรื่องสุขภาพอนามัย อาจทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านเจตคติและการปฏิบัติตนทางด้านสุขภาพ หรือการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพด้านใดด้านหนึ่ง ย่อมก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในด้านอื่นด้วย

ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติมี 4 รูปแบบ ดังนี้ (นิภา มนูญปิจุ. 2528 : 68)

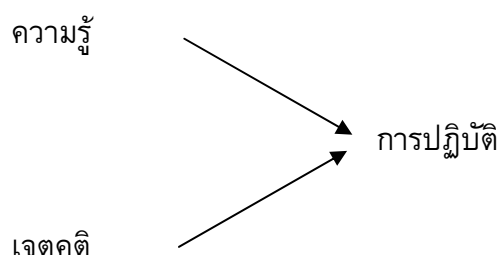
(1) การปฏิบัติหรือพฤติกรรมที่แสดงออกมาจะเป็นไปตามเจตคติ และความรู้ที่บุคคลนั้นมีอยู่ โดยมีเจตคติเป็นตัวกลางระหว่างความรู้ และการปฏิบัติ คือ เจตคติจะเกิดจากความรู้ที่มีอยู่และการปฏิบัติจะแสดงออกมาไปตามเจตคตินั้น



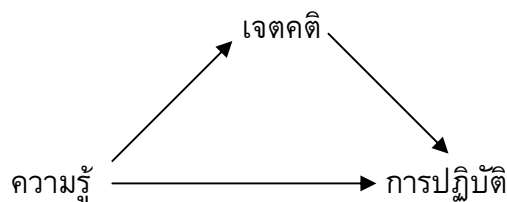
(2) การปฏิบัติหรือพฤติกรรมที่เกิดจากความรู้และเจตคติที่มีความสัมพันธ์กัน หรือความรู้กับเจตคติมีผลร่วมกันก่อให้เกิดการปฏิบัติหรือพฤติกรรม



(3) ความรู้และเจตคติ ทำให้เกิดการปฏิบัติได้โดยที่ความรู้และเจตคติไม่มีความเกี่ยวข้องกัน



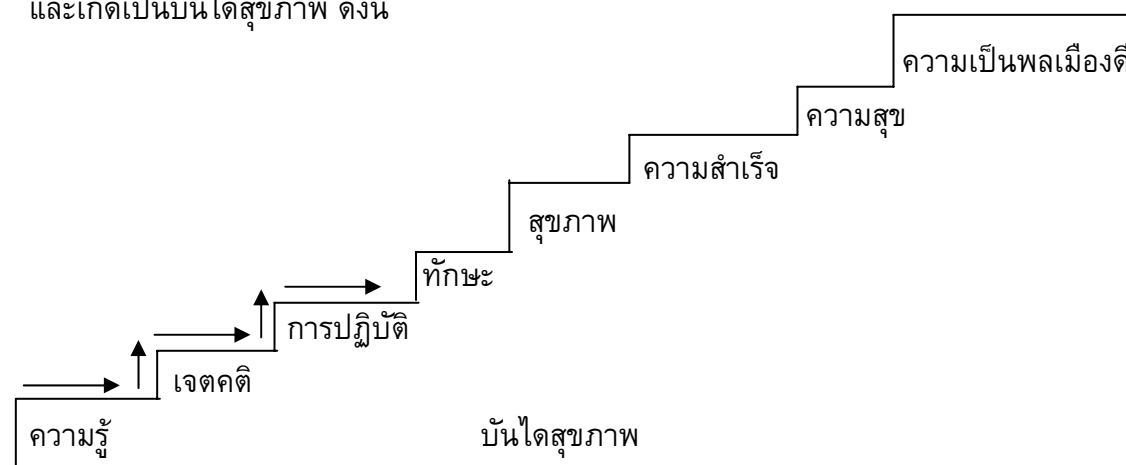
(4) ความรู้มีผลต่อการปฏิบัติทั้งทางตรงและทางอ้อม เช่น บุคคลมีความรู้และปฏิบัติตามความรู้นั้น หรือความรู้มีผลต่อเจตคติก่อนแล้วการปฏิบัติที่เกิดขึ้นเป็นไปตามเจตคตินั้น



ภาพประกอบ 11 ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ

ที่มา : นิภา มนูญปิจุ. (2528). การวิจัยทางสุขศึกษา. หน้า 68.

สรุปได้ว่า ความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ผู้วิจัยเชื่อว่าการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนเกี่ยวกับสุขอนามัยส่วนบุคคลจะบังเกิดผลสำเร็จได้ นั้น เมื่อนักเรียนมีความรู้ และมีเจตคติที่ดีต่อการเรียน ซึ่งจะส่งผลให้นักเรียนมีการปฏิบัติที่ดีตามมา และเกิดเป็นบันไดสุขภาพ ดังนี้



ภาพประกอบ 12 ขั้นตอนของการเกิดพฤติกรรมสุขภาพ

ที่มา : สุชาติ โสมประยูร. (2542). การสอนสุขศึกษา. หน้า 52.

3.1.5 การเน้นพฤติกรรมสุขภาพในระดับชั้นต่าง ๆ

นักจิตวิทยาและนักการศึกษาลงความเห็นว่าสมควรเน้นในเรื่องความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติมากน้อยลดหลั่นกันไปตามลำดับแต่ไม่แน่นอนตายตัวเสมอไป เพราะพฤติกรรมสุขภาพทั้ง 3 ด้าน เกิดร่วมกันและเกี่ยวข้อสัมพันธ์กันอยู่เสมอ (สุชาติ โสมประยูร. 2542 : 53)

การสอนสุขศึกษาควรเน้นทั้งความรู้ เจตคติและการปฏิบัติไปพร้อม ๆ กัน และเพื่อให้สอดคล้องกับความพร้อม ความสามารถและความต้องการของนักเรียนในวัยต่าง ๆ ดังนี้ (ศุภณี ธรรมปิติ. 2546 : 44 - 45; อ้างอิงจาก ทวีสิทธิ์ สิทธิกร. 2533 : 54 - 55 และสุชาติ โสมประยูร. 2542 : 53 - 54)

(1) ระดับชั้นอนุบาล – ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 (อายุประมาณ 4 – 9 ปี) นักเรียนในวัยนี้จะไม่อยู่นิ่ง ชอบเล่นซน มีความสนใจต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด ๆ ไม่คงที่ เปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ มีประสบการณ์และทักษะทางภาษาน้อย ในการสอนสุขศึกษาควรเน้นในเรื่องการปฏิบัติในชีวิตประจำวันให้มากเป็นอันดับหนึ่ง เพื่อปลูกฝังให้นักเรียนปฏิบัติตนได้ถูกต้องและมีสุขภาพที่ดีตั้งแต่เยาว์วัย

เจตคติเน้นเป็นอันดับสอง เนื่องจากมีความจำเป็นน้อยกว่าการปฏิบัติ ซึ่งการให้นักเรียนได้ปฏิบัติย่อมเป็นการสร้างเจตคติที่ดีต่อสุขภาพไปในตัว โดยจะได้มาในลักษณะผลพลอยได้จากการปฏิบัติ

ส่วนความรู้ให้สอนแต่พอควร เพราะนักเรียนมีทักษะทางภาษาไม่ดีพอ มีความสนใจจำกัด ไม่ค่อยรู้จักคิดหาเหตุผล การให้ความรู้มาก ๆ นักเรียนจะเกิดความเบื่อหน่าย ซึ่งในขณะที่นักเรียนมีการปฏิบัติจะมีความรู้เกิดขึ้นโดยบังเอิญ

(2) ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 (อายุประมาณ 10 – 12 ปี) นักเรียนในวัยนี้เริ่มมีความรู้สึกนึกคิด มีอารมณ์ ชอบการแข่งขัน ชอบเล่นกีฬา มีความห่วงใยสุขภาพตนเองและสนใจสุขภาพส่วนรวมมากขึ้น มีประสบการณ์และทักษะทางภาษามากขึ้น ครูควรปลูกฝังหรือเสริมสร้างเจตคติทางด้านสุขภาพ เมื่อนักเรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อสุขภาพ ย่อมเกิดแรงจูงใจชักนำให้นักเรียนได้ค้นคว้าหาความรู้และการปฏิบัติต่อไป เพื่อให้ได้มาซึ่งการปฏิบัติและความรู้ทั้งในปัจจุบันและอนาคต ดังนั้นควรเน้นเจตคติเป็นอันดับที่หนึ่ง เน้นการปฏิบัติเป็นอันดับที่สอง และทำการแก้ไขปรับปรุงหรือเพิ่มเติมวิธีการใหม่ ๆ เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีการปฏิบัติที่ดีและมีสุขภาพที่ดียิ่งขึ้น ส่วนความรู้เน้นเป็นอันดับที่สาม นักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 มีความรู้และความเข้าใจดีกว่าชั้นอนุบาล – ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เป็นผู้ที่มีเหตุผลและมีการแสวงหาความรู้ได้ด้วยตนเอง จากการที่นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติจริง ทำให้เกิดความรู้ในลักษณะของผลพลอยได้จากการปฏิบัติและความรู้ที่ได้รับจากครู

สำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยทดลองกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ซึ่งต้องเน้นการปฏิบัติ เจตคติ และความรู้ในการรักษาความสะอาดของร่างกายหรือสุขอนามัยส่วนบุคคล ซึ่งต้องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่ดีให้พัฒนาให้ดีขึ้น เพื่อเป็นการปลูกฝังให้นักเรียนปฏิบัติตนได้ถูกต้องและมีสุขภาพที่ดีตั้งแต่เยาว์วัย

3.1.6 ปัจจัยในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ

นิตยา เจียมจิตต์ (ศุภณี ธรรมปิติ. 2546 : 45; อ้างอิงจาก นิตยา เจียมจิตต์. 2542 : 24) กล่าวว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลเกิดจากการได้รับความรู้จากการอ่าน

การเขียน และการทำความเข้าใจกับความรู้นั้น และนำมารวมกับความรู้เก่าและสร้างเป็นแบบแผนสำหรับการปฏิบัติ ดังนั้นการเสริมสร้างความรู้จึงจำเป็นการส่งเสริมการสร้างพฤติกรรม และก่อให้เกิดความสามารถในการปฏิบัติอย่างถูกต้อง นอกจากนี้เจตคติและประสบการณ์มีความสัมพันธ์ต่อการปฏิบัติหรือพฤติกรรม กล่าวคือ เจตคติมีผลต่อการแสดงออกของพฤติกรรมของบุคคลและในขณะเดียวกันพฤติกรรมของบุคคลจะมีผลต่อเจตคติของบุคคลนั้น ๆ

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลเป็นผลจากการเกิดกระบวนการเรียนรู้ ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ที่ถาวรเป็นผลมาจากประสบการณ์ หรือความรู้ที่ได้รับการกระตุ้นให้บุคคลค้นหาพิจารณาและได้ตรอง เมื่อเห็นว่าเกิดผลดีก็จะเกิดการเปลี่ยนแปลงการปฏิบัติตามความรู้ใหม่ โดยบุคคลจะผ่านกระบวนการยอมรับสิ่งใหม่ไปปฏิบัติ ด้วยความเห็นชอบของตนเอง ซึ่งเป็นกระบวนการทางสมองที่ซับซ้อนและต่อเนื่องเป็นระยะ ๆ ตามลำดับ ดังนี้ (กมลรัตน์ หล้าสูงษ์. 2533 : 67)

(1) ระยะรับรู้ (Awareness) เป็นระยะแรกเริ่มของกระบวนการที่ได้รับความรู้ใหม่ โดยการฟัง การอ่าน เขียนเรื่องราวต่าง ๆ

(2) ระยะสนใจ (Interest) เป็นระยะที่ต่อเนื่องจากระยะรับรู้ โดยบุคคลเกิดความสนใจในสิ่งที่รับรู้ และหาข้อมูลเพิ่มเติม เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจมากขึ้น

(3) ระยะไตร่ตรอง (Assessment, Decision to try) เป็นระยะที่ไตร่ตรองหรือตัดสินใจจะนำความรู้ใหม่ไปใช้ ซึ่งระยะนี้อาจต้องการข้อมูลเพิ่มเติม เพื่อพิจารณาข้อเสียในการปฏิบัติ และเริ่มทำการทดลองปฏิบัติ

(4) ระยะทดลอง (Trial) เป็นระยะที่นำความรู้ใหม่มาทดลอง ถ้าได้ผลดีและพอใจก็จะกระทำต่อไป

(5) การยอมรับไปปฏิบัติจนเป็นนิสัย (Adoption) เป็นระยะที่ทดลองปฏิบัติแล้วได้ผลดีและเกิดความพอใจ จึงนำไปปฏิบัติจนเป็นนิสัย

สรุปแล้วปัจจัยในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ เกิดจากการอ่าน การเขียน การทำความเข้าใจกับความรู้นั้น และการปฏิบัติตาม เป็นกระบวนการทางสมองที่ซับซ้อนและต่อเนื่องเป็นระยะ ๆ ตามลำดับ ถ้าเกิดความพึงพอใจก็จะเกิดการเปลี่ยนแปลงการปฏิบัติตามความรู้ใหม่ ซึ่งเจตคติและประสบการณ์มีความสัมพันธ์ต่อการปฏิบัติหรือพฤติกรรมของบุคคลด้วย

3.1.7 องค์ประกอบที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

องค์ประกอบหรือปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ โดยทั่วไปนั้นมียู่ 3 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบด้านความรู้ องค์ประกอบด้านเจตคติ และองค์ประกอบด้านการปฏิบัติ ส่วนการเกิดพฤติกรรมนั้นเป็นกระบวนการที่สลับซับซ้อนมาก และมีองค์ประกอบหลายอย่างที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของบุคคล เช่น องค์ประกอบทางด้านจิตวิทยา องค์ประกอบทางด้านสังคมและวัฒนธรรม องค์ประกอบทางด้านเศรษฐกิจ องค์ประกอบทางการศึกษา และองค์ประกอบทางการเมือง

(กรมพลศึกษา. 2531? : 9 – 11; อ้างอิงจาก ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2526 : 173 – 185)

(1) องค์ประกอบทางด้านจิตวิทยา ได้แก่ ภาวะ ความต้องการ ทศนคติ ความเชื่อ ค่านิยม ความสนใจ การตั้งใจ ความคับข้องใจ ฯลฯ สิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรม สุขภาพของบุคคลทั้งในยามปกติและในยามเจ็บป่วย

(2) องค์ประกอบทางด้านสังคมและวัฒนธรรม ที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ ได้แก่ ครอบครัว กลุ่มบุคคลในสังคม สถานภาพทางสังคม วัฒนธรรม ศาสนา ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ล้วนแต่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ การพัฒนาความคิด ความเชื่อ และการปฏิบัติตนทางสุขภาพของบุคคลทั้งสิ้นดังต่อไปนี้

(2.1) ครอบครัว พฤติกรรมทางสุขภาพบางอย่างมีอิทธิพลจากสถาบันครอบครัวมาก บางครอบครัวพ่อแม่อาจจะปลูกฝังนิสัยในการรับประทานอาหารบางอย่าง หรือไม่ให้ลูกรับประทานอาหาร เช่น ไม่รับประทานเนื้อสัตว์ ไม่รับประทานผัก หรือรับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ นอกจากเรื่องอาหารแล้ว ครอบครัวยังมีอิทธิพลต่อการปฏิบัติด้านอื่น ๆ เช่น การนอน การพักผ่อน การออกกำลังกาย การรักษาความสะอาดของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เป็นต้น อิทธิพลจากการชักจูง แนะนำ และการปฏิบัติของพ่อแม่ หรือสมาชิกคนอื่นในครอบครัวจะมีผลอย่างมากต่อพฤติกรรมสุขภาพของสมาชิกในครอบครัว

(2.2) กลุ่มบุคคลในสังคม จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพได้มาก ในกลุ่มเด็กที่มีอายุรุ่นราวคราวเดียวกันมักจะมีความคิด ความเชื่อ และการปฏิบัติคล้าย ๆ กัน โดยเฉพาะกลุ่มเด็กวัยรุ่น พฤติกรรมสุขภาพที่เขายึดถืออาจจะให้ทั้งผลดีและผลเสียต่อสุขภาพ อิทธิพลของกลุ่มจะมีมากหรือน้อยต่อพฤติกรรมสุขภาพขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพหรือการยึดของกลุ่ม

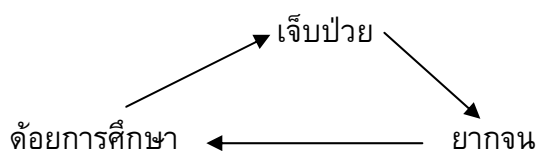
(2.3) สถานภาพทางสังคม สถานภาพทางสังคมที่แตกต่างกันของบุคคลจะมีผลทำให้พฤติกรรมสุขภาพของบุคคลแตกต่างกัน การปฏิบัติตนของสมาชิกในชุมชนที่มีสถานภาพทางสังคมแตกต่างกัน จะเกี่ยวข้องกับตำแหน่งหน้าที่ ระดับการศึกษาและเศรษฐกิจ

(2.4) วัฒนธรรม วัฒนธรรมเป็นมรดกทางสังคมที่ครอบคลุมทุกสิ่งทุกอย่างที่แสดงออกถึงวิถีชีวิตของมนุษย์ในสังคมของกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งหรือสังคมใดสังคมหนึ่ง วัฒนธรรมของชาวไทยที่มีผลก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพนั้นมีหลายอย่าง เช่น ชาวเขาไม่นิยมอาบน้ำเพราะกลัวเครื่องแต่งกายเครื่องประดับจะเก่าเร็ว การงดของแสลงหรือ “ชะล่า” ของประชาชนภาคตะวันออกเฉียงเหนือไม่ให้กินกับข้าวมาก การงดอาหารปกติทุกชนิดในคนป่วย หรือหญิงหลังคลอดใหม่ ๆ กินได้เฉพาะข้าวกับเกลือของคนในภาคเหนือ ซึ่งข้อห้ามเหล่านี้มีผลเสียโดยตรงต่อพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนที่เชื่อถือ บางข้อห้ามก็เกิดผลดีต่อสุขภาพ เช่น การให้หญิงหลังคลอดดื่มน้ำต้มสุก ห้ามหญิงตั้งครรภ์นั่งบนบันได หรือข้อห้ามหญิงมีครรภ์ดูการฆ่าสัตว์ เป็นต้น

(2.5) ศาสนา ศาสนามีอิทธิพลอย่างมากต่อการดำเนินชีวิตและความเป็นอยู่ของประชาชนอย่างมาก และมีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนด้วยเช่นกัน คำสอนในพุทธศาสนาที่กล่าวถึงการรับประทานอาหารแต่พอควรไม่ให้หนอยเกินไปหรืออึดเกินไป หลักธรรมซึ่งกล่าวถึงการปรับตัวทางด้านจิตใจ อารมณ์ ข้อปฏิบัติของศาสนาอิสลาม ก่อนทำ “ละหมาด” จะต้องมี

การชำระร่างกายให้สะอาด จะเห็นว่าหลักคำสอนและข้อปฏิบัติดังกล่าวมีผลต่อสุขภาพ และพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลทั้งสิ้น

(3) องค์ประกอบทางด้านเศรษฐกิจ เศรษฐกิจของประชาชนมีความสัมพันธ์กับระดับการศึกษา ซึ่งขณะเดียวกันก็มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพด้วย ในกลุ่มประชาชนที่มีฐานะเศรษฐกิจไม่ดีนัก จะมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติที่ไม่ถูกต้องทางด้านสุขภาพ (กรมพลศึกษา. 2531? : 10; อ้างอิงจาก ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2526 : 182) ในทางตรงกันข้าม ถ้าฐานะเศรษฐกิจของประชาชนดี โอกาสที่จะได้รับการศึกษาที่ดีก็จะมีมาก การศึกษาช่วยให้บุคคลมีความรู้ที่ถูกต้อง มีความฉลาด และสามารถเลือกการปฏิบัติตนด้านสุขภาพที่ถูกต้อง ซึ่งเป็นผลให้เขามีสุขภาพที่ดีซึ่งความสัมพันธ์ขององค์ประกอบทั้งสามดังแสดงในแผนภูมิข้างล่างนี้



ภาพประกอบ 13 ความสัมพันธ์ของเศรษฐกิจที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

ที่มา : กรมพลศึกษา. (2531?). *ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพเพื่อแสวงหาเส้นทางไปสู่สุขภาพดี* *ถ้วนหน้า เมื่อปี 2543 : ศึกษาเฉพาะนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น*. หน้า 10.

(4) องค์ประกอบทางการศึกษาที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ ระดับการศึกษาของประชาชนที่แตกต่างกันมีผลต่อความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติทางสุขภาพอนามัยของประชาชน ประชาชนที่มีการศึกษาดำรงจะมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติทางสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง ประชาชนที่มีการศึกษาสูงย่อมมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติทางสุขภาพถูกต้องกว่าผู้ที่ได้รับการศึกษาดำ

(5) องค์ประกอบทางการเมืองที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ นโยบายทางการเมืองของประเทศมีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน ทั้งทางด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ เพราะนโยบายของประเทศจะชี้ให้เห็นถึงจำนวนและความเพียงพอของบริการ การรักษาพยาบาล กิจกรรมการสุขศึกษา ที่จัดให้กับประชาชน กฎหมายหรือข้อบังคับที่จะมีผลต่อสุขภาพบางอย่าง

สรุปได้ว่าองค์ประกอบที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพคือ องค์ประกอบด้านความรู้ องค์ประกอบด้านเจตคติ และองค์ประกอบด้านการปฏิบัติ นอกจากนั้นยังมีองค์ประกอบอีกหลายอย่าง เช่น องค์ประกอบทางจิตวิทยา องค์ประกอบด้านสังคมและวัฒนธรรม (ครอบครัว, กลุ่มบุคคลในสังคม, สถานภาพทางสังคม, วัฒนธรรม, ศาสนา) องค์ประกอบด้านเศรษฐกิจ องค์ประกอบทางการศึกษา และองค์ประกอบทางการเมือง ซึ่งองค์ประกอบเหล่านี้มีผลต่อพฤติกรรมของบุคคลทั้งสิ้น

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพ

3.2.1 งานวิจัยต่างประเทศ

เอมัส (Amus. 1984 : 152 – 153) ทำการศึกษาเรื่อง อิทธิพลของปัจจัยเอื้อ ปัจจัยอำนาจและปัจจัยเสริมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางด้านโภชนาการและการสุขาภิบาลของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในระดับปลาย ในประเทศไนจีเรีย ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยทั้งสามมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพที่เกี่ยวกับการปฏิบัติตน ในเรื่องโภชนาการและการสุขาภิบาล คือสามารถนำมาทำนายพฤติกรรมได้

นอร์ตัน (Norton. 1987 : 49) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ของแบบแผนการดำเนินชีวิตเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพของผู้ปกครองที่มีต่อการรับรู้ของเด็กในระดับประถมศึกษาในเรื่องการรับรู้ ความเชื่อ และพฤติกรรมสุขภาพ พบว่า แบบแผนการดำเนินชีวิตเกี่ยวกับการดำเนินสุขภาพของผู้ปกครองมีส่วนสัมพันธ์กับการรับรู้ ความเชื่อ และพฤติกรรมสุขภาพของเด็ก พบว่าความสัมพันธ์ในครอบครัวมีส่วนสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของเด็ก และพฤติกรรมสุขภาพของเด็กและพ่อแม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

พลัมเมอร์ (Plummer. 1993 : 4597 – A) ทำการศึกษาเรื่อง การประเมินความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัยของนักเรียนเกรด 10 สังกัดโรงเรียนรัฐบาลในรัฐแมซซาชูเซตส์ วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความรู้ ทักษะ และบริโภคนิสัยของนักเรียนเกรด 10 สังกัดโรงเรียนรัฐบาลในรัฐแมซซาชูเซตส์ เปรียบเทียบตามตัวแปรเพศ ลักษณะชุมชน ผลการเรียนรู้โภชนาการระหว่างนักเรียนเกรด 10 ในรัฐแมซซาชูเซตส์กับวัยรุ่นในเมือง กลุ่มตัวอย่างจำนวน 1,482 คน โดยวิธีการสุ่มอย่างมีระบบตามสัดส่วน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนในเมืองมีความรู้โภชนาการแคบไม่ลึกซึ่ง ความแตกต่างระหว่างเพศและลักษณะชุมชนไม่มีผลทำให้ทัศนคติทางบวกแตกต่างกัน บริโภคนิสัยของนักเรียนส่วนใหญ่มากกว่าครึ่งไม่รับประทานอาหารเช้าและส่วนใหญ่จะมีบริโภคนิสัยที่เสี่ยงน้อย นอกจากนี้นักเรียนหญิงมีส่วนร่วมในโครงการอาหารกลางวันน้อย และพบว่าในช่วงทศวรรษที่ผ่านมาการสอนโภชนาการมักจะสอนโดยครอบครัวและโรงเรียนเท่านั้น

กินีส (Guynes. 1994 : 1835 – A) ได้ทำการศึกษาเรื่อง แบบอย่างพฤติกรรมสุขภาพของบุคลากรในโรงเรียนของนักเรียนเกรด 4 ในโรงเรียนรัฐบาล วัตถุประสงค์ของการศึกษาเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างการรับเอาแบบอย่างพฤติกรรมสุขภาพจากบุคลากรในโรงเรียนของนักเรียนกับความตั้งใจของนักเรียนที่จะสร้างรูปแบบพฤติกรรมสุขภาพเป็นของตนเอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนเกรด 4 จำนวน 144 คน บุคลากรในโรงเรียน 26 คน จากโรงเรียน 3 แห่ง ทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย ผลการวิจัยพบว่า แบบอย่างพฤติกรรมสุขภาพที่ดีของบุคลากรในโรงเรียนมีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนในทางบวก

3.2.2 งานวิจัยในประเทศ

ประกายแก้ว แปรโคสูง (2541 : บทคัดย่อ) ศึกษาประสิทธิผลของวิธีการสอนโดยการเรียนแบบร่วมมือ เรื่อง โรคขาดสารอาหาร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดบุรีรัมย์ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยการเรียนแบบร่วมมือ เรื่อง โรคขาดสารอาหาร นักเรียนมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติดีกว่าก่อนได้รับการสอนโดยการเรียนแบบร่วมมือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พรรณี ทิพย์ธาดล (2542 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาที่ประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพส่วนบุคคลตามสุขบัญญัติแห่งชาติของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสุเหร่าปากคลองลำรี จังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษาพบว่า

(1) ภายหลังการทดลอง คะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับสุขภาพส่วนบุคคลตามสุขบัญญัติแห่งชาติของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คะแนนเฉลี่ยเจตคติเกี่ยวกับสุขภาพส่วนบุคคลตามสุขบัญญัติแห่งชาติของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพส่วนบุคคลตามสุขบัญญัติแห่งชาติของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

(2) ภายหลังการทดลอง คะแนนเฉลี่ยความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพส่วนบุคคลของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ชฎานิษฐ์ ธรรมนิฐาน (2543 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษา เรื่อง พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า

(1) นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 มีความรู้และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอยู่ในระดับดีและมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง

(2) นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 ที่มีเพศต่างกันมีความรู้และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคไม่แตกต่างกัน

(3) นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 ที่มีชั้นปีต่างกัน มีเจตคติและการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน แต่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

(4) นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีความรู้และเจตคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 แต่มีการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน

(5) นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 ที่มีอาชีพของผู้ปกครอง รายได้มาโรงเรียนและความเชื่อต่างกัน มีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารไม่แตกต่างกัน

(6) พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตรีวิทยา 2 ด้านความรู้กับเจตคติ และเจตคติกับการปฏิบัติมีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความรู้ไม่มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

ศิริมา แสงอรุณ (2544 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง สุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร เขตราชบุรีบูรณะ ผลการศึกษาพบว่า

(1) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร เขตราชบุรีบูรณะ มีสุขภาพส่วนบุคคลอยู่ในระดับดี

(2) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร เขตราชบุรีบูรณะ ที่มีเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพส่วนบุคคล เจตคติเกี่ยวกับสุขภาพส่วนบุคคล การดูแลเอาใจใส่ของผู้ปกครอง และการกระตุ้นเตือนของครูต่างกัน มีสุขภาพส่วนบุคคลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร เขตราชบุรีบูรณะ ที่มีระดับการศึกษาของผู้ปกครอง อาชีพของผู้ปกครอง รายได้ของผู้ปกครอง สภาพครอบครัว จำนวนพี่น้องของนักเรียน ลักษณะที่อยู่อาศัยแตกต่างกัน มีสุขภาพส่วนบุคคลไม่แตกต่างกัน

ศุภณี ธรรมปิติ (2546 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง ผลของการใช้แผนการสอนแบบ 4MAT หน่วยการเรียนรู้เรื่อง ตัวเรา ที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ผลการศึกษาพบว่า

(1) นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยการใช้แผนการสอนแบบ 4MAT มีพฤติกรรมสุขภาพด้านความรู้สูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนโดยการใช้แผนการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

(2) นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยการใช้แผนการสอนแบบ 4MAT มีพฤติกรรมสุขภาพด้านเจตคติไม่แตกต่างจากนักเรียนที่ได้รับการสอนโดยการใช้แผนการสอนแบบปกติ

(3) นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยการใช้แผนการสอนแบบ 4MAT มีพฤติกรรมสุขภาพด้านการปฏิบัติสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนโดยการใช้แผนการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลงานวิจัยแสดงให้เห็นว่าการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ต้องมีความสัมพันธ์กัน โดยผ่านกระบวนการเรียนรู้ มีการจัดกิจกรรมให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม เพื่อให้นักเรียนเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพไปในทางที่ดี เมื่อนักเรียนมีความรู้จนเกิดความเข้าใจ เกิดเจตคติ และมีการปฏิบัติที่ถูกต้องจนเป็นนิสัย ซึ่งจะทำให้การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนระดับประถมศึกษาบรรลุความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรม

4.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรม

4.1.1 ความหมายของชุดกิจกรรม

ชุดการสอนหรือชุดการเรียนรู้ มาจากคำว่า Instructional Package หรือ Instructional Kits หรือ Learning Package เดิมทีเดิยมักใช้คำว่า ชุดการสอน เพราะเป็นสื่อที่ครูนำมาใช้ประกอบการสอน แต่ต่อมาแนวคิดในการยึดเด็กเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ได้เข้ามามีอิทธิพลมากขึ้น จึงมีผู้นิยมเรียกชุดการสอนเป็นชุดการเรียนรู้มากขึ้น บางคนมักจะเรียกรวมกันว่า ชุดการเรียนรู้ การสอน คณะอนุกรรมการพัฒนาการสอนและผลิตวัสดุอุปกรณ์ทบวงมหาวิทยาลัย (2524 : 249) ได้ใช้คำว่า ชุดการเรียนรู้การสอน โดยให้เหตุผลว่าการเรียนรู้เป็นกิจกรรมของนักเรียน การสอนเป็นกิจกรรมของครู กิจกรรมของครูกับนักเรียนจะต้องเกิดคู่กัน ดังนั้นต่อไปนี้ผู้วิจัย จึงใช้คำว่า ชุดกิจกรรม เพื่อที่จะได้ครอบคลุมถึงกิจกรรมของครูและนักเรียน

ชุดการสอน ชุดการเรียนรู้การสอน ชุดการเรียนรู้สำเร็จรูป ชุดสอนรายบุคคล ชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ชุดกิจกรรม ซึ่งเป็นชุดของสื่อประสมที่จัดขึ้นสำหรับหน่วยการเรียนรู้ มีผู้ให้ความหมายไว้ต่าง ๆ กันดังนี้

แคปเฟอร์ จี และ แคปเฟอร์ เอ็ม (Kapfer. G. and Kapfer. M.. 1972 : 3-10) ให้ความหมายว่า ชุดกิจกรรมเป็นรูปแบบของการสื่อสารระหว่างครูกับนักเรียน ซึ่งประกอบคำแนะนำที่ให้นักเรียนได้ทำกิจกรรมการเรียนรู้ จนบรรลุพฤติกรรมที่เป็นผลของการเรียนรู้ การรวบรวมเนื้อหาที่นำมาสร้างชุดกิจกรรมนั้น ได้มาจากขอบข่ายของความรู้ที่หลักสูตรต้องการให้นักเรียนได้เรียนรู้ และเนื้อหาจะต้องตรงและชัดเจนที่จะสื่อความหมายให้ผู้เรียนได้เกิดพฤติกรรมตามเป้าหมายของการเรียน

กู๊ด (Good. 1973 : 306) ได้อธิบายถึงชุดกิจกรรมว่า ชุดกิจกรรม คือ โปรแกรมทางการสอนทุกอย่างที่จัดไว้โดยเฉพาะ มีวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการสอน อุปกรณ์ที่ใช้ในการเรียน คู่มือครู เนื้อหา แบบทดสอบ ข้อมูลที่เชื่อถือได้ มีการกำหนดจุดมุ่งหมายของการเรียนไว้อย่างชัดเจน ชุดกิจกรรมนี้ครูเป็นผู้จัดให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษาและฝึกฝนตนเอง โดยครูเป็นผู้คอยแนะนำเท่านั้น

บราวน์ และคณะ (Brown and others. 1973 : 338) ให้ความหมายไว้ว่า ชุดกิจกรรม คือ ชุดของสื่อแบบประสมที่สร้างขึ้นเพื่อช่วยเหลือครูให้สามารถสอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ในกล่องหรือชุดกิจกรรมมักจะประกอบไปด้วยสิ่งของหลายอย่าง เช่น ภาพโปรงใส फिल्मสคริป ภาพเหมือน โปสเตอร์ สไลด์ และแผนภูมิ บางชุดอาจประกอบด้วยเอกสารเพียงอย่างเดียว บางชุดอาจจะเป็นโปรแกรมที่มีบัตรคำสั่งให้ผู้เรียนเรียนด้วยตนเอง

ดูน (Duane. 1973 : 169) กล่าวถึง ชุดการเรียนรู้เป็นชุดของวัสดุประกอบการเรียน สำหรับการเรียนรู้เป็นรายบุคคล ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนได้สัมผัสผลลัพธ์ทางการเรียนตามเป้าหมาย ผู้เรียนจะเรียนไปตามอัตราความสามารถและความต้องการของตนเอง

ชัยยงค์ พรหมวงศ์และคณะ (2523 : 120) ได้ให้ความหมายว่า ชุดการสอน คือ การนำเอาระบบสื่อประสมที่สอดคล้องกับเนื้อหาและประสบการณ์ของแต่ละหน่วยมาช่วยให้การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนรู้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ภายในชุดการสอนจะประกอบด้วยคู่มือการใช้ชุดการสอน สื่อการสอนที่สอดคล้องกับเนื้อหาและประสบการณ์ เช่น รูปภาพ ตำรา เอกสาร แผนภูมิ แผ่นคำบรรยาย วัสดุอุปกรณ์ เป็นต้น

ชม ภูมิภาค (2524 : 100) กล่าวว่า ชุดการสอน คือ เป็นรูปแบบของการสื่อการระหว่างครูและนักเรียนอันมีการกำหนดจุดมุ่งหมายแน่ชัด กำหนดเนื้อหาวัสดุ และกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งตัวครูและนักเรียน เพื่อให้เกิดผลบรรลุจุดมุ่งหมายอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล

วาสนา ชาวหา (2525 : 32) ได้ให้ความหมายของชุดกิจกรรมว่า การวางแผนการเรียนการสอนโดยใช้สื่อต่าง ๆ รวมกัน (Multi Media Approach) หรือหมายถึง การใช้สื่อประสม (Multi Media) เพื่อสร้างประสบการณ์ในการเรียนรู้อย่างกว้างขวางและเป็นไปตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ โดยจัดไว้เป็นชุดหรือกล่อง

วิชัย วงษ์ใหญ่ (2525 : 185) กล่าวว่า ชุดกิจกรรมเป็นระบบการผลิตและการนำสื่อการเรียนหลาย ๆ อย่างมาสัมพันธ์กัน และมีคุณค่าส่งเสริมซึ่งกันและกัน สื่อการเรียนอย่างหนึ่งอาจใช้เพื่อการสร้างความสนใจ ในขณะที่อีกอย่างหนึ่งใช้เพื่ออธิบายข้อเท็จจริงของเนื้อหา และอีกอย่างหนึ่งอาจใช้เพื่อก่อให้เกิดการเสาะแสวงหาอันนำไปสู่ความเข้าใจอันลึกซึ้ง และป้องกัน การเข้าใจความหมายผิด สื่อการเรียนเหล่านี้เรียกอีกประการหนึ่งว่า สื่อประสมที่เรานำมาใช้ให้สอดคล้องกับเนื้อหาวิชา เพื่อช่วยให้ผู้เรียนมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนรู้ให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

เสาวณีย์ สิกขาบัณฑิต (2528 : 291) ได้ให้ความหมายของชุดการสอนว่า เป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้อันประกอบด้วย วัตถุประสงค์ เนื้อหา และวัสดุอุปกรณ์ทั้งหลายไว้เป็นชุด ๆ (จะใส่เป็นกล่องหรือชุด หรือถุง หรือห่อ ก็ได้) เพื่อจัดกิจกรรมให้เกิดการเรียนรู้

วีระ ไทยพาณิชย์ (2529 : 134) กล่าวว่า ชุดการเรียนมีชื่อเรียกต่างกัน เช่น ชุดการสอน (Instructional Package) ชุดการเรียนเบ็ดเสร็จ (Self – Instructional Package) ชุดการเรียนรายบุคคล (Individualized Learning Package) ซึ่งเป็นชุดของสื่อประสม (Multi – Media) ที่จัดขึ้นสำหรับหน่วยการเรียน หัวข้อ เนื้อหาและอุปกรณ์ของแต่ละหน่วยที่จัดไว้เป็นชุด กล่อง หรือซอง ชุดการเรียนอาจมีรูปแบบ (Formats) ที่แตกต่างกันออกไป ส่วนมากจะประกอบด้วยคำชี้แจง หัวข้อ จุดมุ่งหมาย การประเมินผล การกำหนดกิจกรรมและการประเมินผลขั้นสุดท้าย

ยุพิน พิพิธกุล (2537 : 176) ได้ให้ความหมายของชุดการเรียนการสอนเป็นรายบุคคลว่า เป็นชุดการเรียนการสอนที่ผู้เรียนเรียนด้วยตนเอง ในชุดการเรียนการสอนจะประกอบด้วย บัตรคำสั่ง บัตรกิจกรรม บัตรเนื้อหา บัตรแบบฝึกหัด หรือบัตรงานพร้อมเฉลย และบัตรทดสอบพร้อมเฉลย ในชุดการเรียนการสอนนั้นจะมีสื่อการเรียนการสอนไว้พร้อมเพื่อที่ผู้เรียนจะใช้ประกอบการเรียนเรื่องนั้น ๆ

สูตรรัตน์ ไผ่พงศาวงศ์ (2543 : 52) กล่าวว่า ชุดกิจกรรม คือ ชุดการเรียนรู้หรือชุดการสอนนั่นเอง ซึ่งหมายถึง สื่อการสอนที่ครูเป็นผู้สร้างขึ้นด้วยวัสดุอุปกรณ์หลายชนิด และองค์ประกอบอื่น เพื่อให้ผู้เรียนศึกษาและปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยครูเป็นผู้ให้คำแนะนำช่วยเหลือและมีการนำหลักการทางจิตวิทยามาใช้ประกอบในการเรียน เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับความสำเร็จ

พรศรี บุญรอด (2545 : 10) กล่าวว่า ชุดกิจกรรม ก็คือชุดการเรียนรู้หรือชุดการสอนที่หมายถึง เป็นสื่อการสอนซึ่งครูสร้างขึ้นประกอบไปด้วย สื่ออุปกรณ์และกิจกรรมการเรียนการสอนอย่างหลากหลาย เพื่อให้ผู้เรียนใช้ศึกษาด้วยตนเอง โดยครูเป็นที่ปรึกษาคอยให้คำแนะนำและช่วยเหลือ

ปิยะพงษ์ สุริยะพรหม (2546 : 63) ได้กล่าวว่า ชุดการสอนหรือชุดกิจกรรม หมายถึง รูปแบบการเรียนการสอนที่ใช้สื่อต่าง ๆ หลายชนิดเป็นองค์ประกอบเพื่อก่อให้เกิดความสมบูรณ์ในตัวเอง ลักษณะของชุดการสอนก็จะแตกต่างกันไปตามวัตถุประสงค์ของการสร้าง แบ่งเป็น 3 ประเภท คือ ชุดการสอนสำหรับครู จะเน้นการร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ของนักเรียนมาก บทบาทครูน้อยลง ชุดการเรียนรู้ จะเน้นให้ผู้เรียนได้มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการเรียนรู้ และชุดการเรียนรู้สำหรับเอกัตภาพ เป็นชุดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนได้ศึกษาเป็นรายบุคคลตามความสนใจ ชุดการสอนหรือชุดกิจกรรมจะประกอบด้วย คำชี้แจง จุดประสงค์ เนื้อหา สื่อ การวัดผลและประเมินผล เพื่อให้ผู้ใช้ชุดการเรียนรู้หรือชุดกิจกรรมได้บรรลุเป้าหมายการเรียนรู้ที่วางไว้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากการศึกษาความหมายในข้างต้น สรุปได้ว่า ชุดกิจกรรม หรือชุดการสอน หรือชุดการเรียนการสอน คือ เป็นสื่อการสอนที่ครูสร้างขึ้น ซึ่งเป็นการนำเอาระบบสื่อประสมที่จัดขึ้นสำหรับหน่วยการเรียนรู้ เนื้อหา และอุปกรณ์ของแต่ละหน่วยที่จัดไว้เป็นชุด กล้อง หรือ ซอง เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้หรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างมีประสิทธิภาพตามจุดมุ่งหมายในการเรียนการสอนที่ตั้งไว้

4.1.2 ประเภทของชุดกิจกรรม

มีนักการศึกษาได้กล่าวถึง ประเภทของชุดการสอน ชุดการเรียนรู้ ชุดการเรียนการสอน หรือชุดกิจกรรม ไว้หลายท่านดังนี้

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2523 : 118) ได้จำแนกชุดการสอนออกเป็น 4 ประเภท ดังนี้

- (1) ชุดการสอนประกอบคำบรรยาย เป็นชุดการสอนที่มุ่งช่วยขยายเนื้อหาสาระการสอนแบบบรรยายให้ชัดเจนขึ้น
- (2) ชุดการสอนแบบกลุ่มกิจกรรม เป็นชุดการสอนที่มุ่งให้ผู้เรียนได้ประกอบกิจกรรมในลักษณะศูนย์การเรียนรู้ หรือแก้ปัญหาแบบกลุ่ม
- (3) ชุดการสอนรายบุคคล เป็นชุดการสอนที่มุ่งให้ผู้เรียนเรียนตามอัตราของตนเอง ซึ่งอาจจะออกมาในรูปของหน่วยการสอน หรือโมดูล

(4) ชุดการสอนทางไกล เป็นชุดการสอนที่ผู้สอนกับนักเรียนอยู่ต่างถิ่นต่างเวลากัน มุ่งสอนให้ผู้เรียนศึกษาได้ด้วยตนเอง ในชุดการสอนประกอบด้วยสื่อประเภทสิ่งพิมพ์ รายการวิทยุกระจายเสียง วิทยุโทรทัศน์ ชุดการสอนทางไปรษณีย์ เช่น ชุดการสอนทางไกลของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

คณะกรรมการการพัฒนาการสอนและผลิตอุปกรณ์การสอนคณิตศาสตร์ (2524 : 250-251) ได้แบ่งประเภทของชุดการเรียนออกเป็น 3 ประเภท คือ

(1) ชุดการเรียนรู้สำหรับครู เป็นชุดสำหรับจัดให้ครูโดยเฉพาะ มีคู่มือและเครื่องมือสำหรับครู ซึ่งพร้อมที่จะนำไปใช้สอนให้เด็กเกิดพฤติกรรมที่คาดหวัง ครูเป็นผู้ดำเนินการ และควบคุมกิจกรรมทั้งหมด นักเรียนมีส่วนร่วมกิจกรรมภายใต้การดูแลของครู

(2) ชุดการเรียนรู้สำหรับนักเรียน เป็นชุดการเรียนรู้สำหรับจัดให้นักเรียนเรียนด้วยตนเอง ครูมีหน้าที่เพียงจัดอุปกรณ์และมอบชุดการเรียนรู้ให้ แล้วคอยรับรายงานผลเป็นระยะ ๆ ให้คำแนะนำเมื่อมีปัญหาและประเมินผล ชุดการเรียนรู้นี้จะฝึกการเรียนรู้ด้วยตนเอง เมื่อนักเรียนจบการศึกษาจากโรงเรียนไปแล้วสามารถเรียนรู้หรือศึกษาสิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง

(3) ชุดการเรียนรู้ที่ครูและนักเรียนใช้ร่วมกัน ชุดนี้มีลักษณะผสมระหว่างชุดแบบที่ 1 และชุดแบบที่ 2 ครูเป็นผู้คอยดูแล และกิจกรรมบางอย่างครูต้องเป็นผู้แสดงนำให้นักเรียนดู และกิจกรรมบางอย่างนักเรียนต้องทำด้วยตนเอง

กาญจนา เกียรติประวัติ (2524 : 61) ได้จำแนกประเภทของชุดการเรียนรู้ไว้ 2 ประเภท คือ

(1) ชุดการเรียนรู้สำหรับกิจกรรมกลุ่ม ส่งเสริมให้ผู้เรียนศึกษาหาความรู้ด้วยตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม เช่น ในวิธีการของศูนย์การเรียนรู้ (Learning center) หรือบทเรียนโมดูลเมื่อออกแบบให้ใช้กิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีเรียน

(2) ชุดการเรียนรู้รายบุคคล ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองตามลำพัง เพื่อพัฒนาความรับผิดชอบของผู้เรียน และความก้าวหน้าในการเรียนตามความสามารถในเวลาที่แตกต่างกัน ผู้เรียนสามารถทดสอบเพื่อทราบผลความก้าวหน้าของตนเองได้ตลอดเวลา และตรวจคำตอบได้ทันที

วิชัย วงษ์ใหญ่ (2525 : 174-175) ได้แบ่งชุดการเรียนการสอนตามลักษณะของการใช้ออกเป็น 3 ประเภท คือ

(1) ชุดการเรียนการสอนสำหรับการบรรยาย หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ชุดการเรียนการสอนสำหรับครูใช้ คือเป็นชุดการเรียนการสอนสำหรับกำหนดกิจกรรมและสื่อการเรียนให้ครูใช้ประกอบคำบรรยาย เพื่อเปลี่ยนบทบาทการพูดของครูให้ลดน้อยลง และเปิดโอกาสให้นักเรียนร่วมกิจกรรมการเรียนมากยิ่งขึ้น ชุดการเรียนการสอนนี้จะมีเนื้อหาเพียงหน่วยเดียวและใช้กับนักเรียนทั้งชั้น

(2) ชุดการเรียนการสอนสำหรับกิจกรรมแบบกลุ่ม ชุดการเรียนการสอนนี้มุ่งเน้น

ที่ตัวผู้เรียนได้ประกอบกิจกรรมร่วมกัน และอาจจัดการเรียนการสอนในรูปแบบศูนย์การเรียนรู้ ชุดการเรียนการสอนแบบกลุ่มจะประกอบด้วย ชุดการเรียนการสอนย่อยที่มีจำนวนเท่ากับจำนวนศูนย์การเรียนรู้ที่แบ่งไว้ในแต่ละหน่วย ในแต่ละศูนย์มีสื่อการเรียนหรือบทเรียนครบชุดตามจำนวนผู้เรียนในศูนย์กิจกรรมนั้น สื่อการเรียนอาจจัดอยู่ในรูปของการเรียนการสอนรายบุคคลหรือผู้เรียนทั้งศูนย์ใช้ร่วมกันก็ได้ ผู้เรียนที่เรียนจากชุดการเรียนการสอนแบบกิจกรรมกลุ่มอาจจะต้องขอความช่วยเหลือจากครูเพียงเล็กน้อยในระยะเริ่มต้นเท่านั้น หลังจากเคยชินต่อวิธีการใช้แล้วผู้เรียนสามารถช่วยเหลือซึ่งกันและกันได้เอง ในขณะที่ทำกิจกรรมการเรียนหากมีปัญหาผู้เรียนสามารถซักถามครูได้เสมอ เมื่อจบการเรียนแต่ละศูนย์แล้ว ผู้เรียนอาจจะสนใจการเรียนเสริมเพื่อเจาะลึกสิ่งที่เรียนรู้ได้อีกจากศูนย์สำรองที่ครูจัดเตรียมไว้เพื่อเป็นการไม่เสียเวลาที่จะต้องรอคอยผู้อื่น

(3) ชุดการเรียนการสอนรายบุคคล เป็นชุดการเรียนการสอนที่จัดระบบขั้นตอนเพื่อให้ผู้เรียนใช้เรียนด้วยตนเองตามลำดับขั้นความสามารถของแต่ละบุคคล เมื่อศึกษาครบและจะทำการทดสอบประเมินผลความก้าวหน้า และศึกษาชุดการเรียนการสอนชุดอื่นต่อไปตามลำดับเมื่อมีปัญหาผู้เรียนจะปรึกษากันได้ในระหว่างผู้เรียน และผู้สอนพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือทันทีในฐานะผู้ประสานงานหรือผู้ชี้แนะแนวทาง การเรียนด้วยชุดการเรียนการสอนนี้จัดเพื่อส่งเสริมศักยภาพการเรียนรู้ของแต่ละบุคคลให้พัฒนาการเรียนรู้ของตนเองไปจนเต็มสุดขีดความสามารถ โดยไม่ต้องเสียเวลารอคอยผู้อื่น ชุดการเรียนการสอนแบบนี้บางครั้งเรียกว่า บทเรียนโมดูล

จากการศึกษาประเภทของชุดกิจกรรมหรือชุดการสอน หรือชุดการเรียนการสอน ที่นักการศึกษาส่วนใหญ่ได้จำแนกชุดกิจกรรมออกเป็น 3 ประเภท คือ ชุดกิจกรรมสำหรับครู ชุดกิจกรรมสำหรับนักเรียนเป็นกลุ่มหรือชุดกิจกรรมสำหรับครูและนักเรียน และชุดกิจกรรมเป็นรายบุคคล ซึ่งชุดกิจกรรมหรือชุดการเรียนการสอนแต่ละประเภทจะกำหนดบทบาทครูและนักเรียนแตกต่างกันออกไป ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกสร้างชุดกิจกรรมสำหรับนักเรียนเป็นกลุ่มหรือชุดกิจกรรมสำหรับครูและนักเรียนใช้ร่วมกัน เนื่องจากต้องการให้นักเรียนมีบทบาทในการมีส่วนร่วมในกิจกรรมให้มากที่สุดและครูมีบทบาทเป็นผู้คอยให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ หรือให้ความรู้ด้วย นอกจากนี้ชุดกิจกรรมประเภทดังกล่าวยังส่งเสริมให้เกิดการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้อีกด้วย

4.1.3 ทฤษฎีและจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรม

ชุดกิจกรรม หรือชุดการสอน หรือชุดการเรียนการสอน เป็นนวัตกรรมการใช้สื่อการเรียนการสอนที่มีบทบาทในการเรียนการสอน การสร้างชุดการสอนจึงต้องอาศัยหลักการและทฤษฎีการเรียนรู้ มีอยู่ 3 กลุ่มใหญ่ คือ (สุนีย์ เหมะประสิทธิ์. 2533 : 18-19 ; อ้างอิงจาก Kemp and Dayton. 1985 : 13-14)

(1) กลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behaviorism)

เป็นกลุ่มที่ตีความพฤติกรรมมนุษย์ว่า เป็นการเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้า (Stimuli) และการตอบสนอง (Responses) บางทีจึงเรียกว่าการเรียนรู้แบบ S – R สิ่งเร้า ก็คือ ข่าวสารหรือเนื้อหาวิชาที่ส่งไปให้ผู้เรียนโดยผ่านกระบวนการเรียนการสอน โปรแกรมการเรียนการสอนอิง

หลักการทฤษฎีนี้มาก โดยจะแตกลำดับขั้นของการเรียนรู้ออกเป็นขั้นตอนย่อย ๆ และเมื่อผู้เรียนเกิดการตอบสนอง ก็จะสามารถทราบผลได้ทันทีว่าการเรียนรู้หรือไม่ ถ้าตอบสนองถูกต้องก็จะมี การเสริมแรง โปรแกรมการเรียนการสอนเป็นรายบุคคลอิงทฤษฎีนี้มาก

(2) กลุ่มเกสตัลท์ หรือสนาม หรือความรู้ความเข้าใจ (Gestalt, Field or Cognitive theories)

เป็นกลุ่มที่เน้นกระบวนการความรู้ความเข้าใจหรือการรู้คิด อันได้แก่ การรับรู้ อย่างมีความหมาย ความเข้าใจ และความสามารถในการจัดกระทำ อันเป็นคุณสมบัติพื้นฐานของ พฤติกรรมมนุษย์ ทฤษฎีนี้ถือว่าการเรียนรู้ของมนุษย์นั้นขึ้นกับคุณภาพของสติปัญญาและ ความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์

(3) กลุ่มจิตวิทยาทางสังคมหรือการเรียนรู้ทางสังคม (Social psychology or Social learning theory)

เป็นกลุ่มที่เริ่มได้รับความสนใจมากขึ้น ทฤษฎีนี้เน้นปัจจัยทางบุคลิกภาพและ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ การเรียนรู้ส่วนใหญ่เกี่ยวข้องกับการกระทำทางสังคม โดยเรียนรู้จาก ประสบการณ์โดยตรงหรือผ่านสื่อการเรียนการสอน

เคมปีและเดตัน (สูนีย์ เหมะประสิทธิ์. 2533 : 19 –23; อ้างอิงจาก Kember and Dayton. 1985 : 14-15) กล่าวว่า ทฤษฎีทั้งสามกลุ่มต่างมีความคล้ายคลึงหรือจุดเน้นเกี่ยวกับการ ออกแบบและการใช้สื่อการเรียนการสอน ดังนี้คือ

(1) แรงจูงใจ (Motivation)

หากนักเรียนมีความต้องการ ความสนใจ หรือความปรารถนาที่จะเรียนรู้ ก็จะทำให้การเรียนการสอนบรรลุผลสำเร็จ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องสร้างให้นักเรียนเกิดความสนใจโดย การเสนอสื่อการสอนที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจ คือ จัดประสบการณ์หรือกิจกรรมในการเรียนรู้ ซึ่งมีความหมายหรือน่าสนใจสำหรับนักเรียน

(2) ความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual differences)

นักเรียนแต่ละคนต่างมีอัตราและวิธีการเรียนรู้แตกต่างกัน ดังนั้นการจัด สื่อการสอนจะต้องคำนึงถึงประเด็นนี้ด้วย

(3) วัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ (Learning objectives)

ในการจัดการเรียนการสอน หากนักเรียนได้ทราบวัตถุประสงค์ในการเรียนรู้ ก็จะทำให้ นักเรียนมีโอกาสบรรลุจุดประสงค์ได้มากกว่าที่ไม่ทราบ นอกจากนี้วัตถุประสงค์ของการ เรียนรู้ยังช่วยในการวางแผนสร้างสื่อการเรียนการสอน คือ ทำให้ทราบว่าควรบรรจุเนื้อหาอะไร ในสื่อ

(4) การจัดเนื้อหา (Organization of content)

การเรียนรู้จะง่ายขึ้น หากมีการจัดลำดับเนื้อหาสาระในการเรียนรู้เป็นลำดับขั้น และสมเหตุสมผล

(5) การจัดเตรียมการเรียนรู้ที่มีมาก่อน (Prelearning preparation)

บางครั้งการเรียนรู้เนื้อหาสาระหนึ่ง ๆ จำเป็นต้องอาศัยประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีมาก่อน ดังนั้นในการสร้างชุดการเรียนการสอนควรคำนึงถึงธรรมชาติและระดับการเรียนรู้ของแต่ละกลุ่ม เพื่อที่จะจัดเตรียมความพร้อมให้กับกลุ่มผู้เรียน

(6) อารมณ์ (Emotion)

การเรียนรู้จะเกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกของบุคคลพอ ๆ กับความสามารถทางสติปัญญา ดังนั้นในการสร้างชุดการเรียนการสอนหรือชุดกิจกรรมควรตอบสนองอารมณ์ ซึ่งก่อให้เกิดแรงจูงใจในการเรียนรู้เป็นสำคัญ

(7) การมีส่วนร่วม (Participation)

การเรียนรู้จะบังเกิดผลอย่างรวดเร็วและคงทน หากให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ทั้งทางสติปัญญาและทางกายภาพ และควรจัดเป็นเวลายาวนานกว่าการเรียนรู้โดยการฟังหรือการดู

(8) การสะท้อนกลับ (Feedback)

การเรียนรู้จะเพิ่มขึ้น หากนักเรียนได้ทราบความก้าวหน้าในการเรียนรู้ ซึ่งเป็นการสร้างแรงจูงใจ

(9) การเสริมแรง (Reinforcement)

เมื่อนักเรียนบรรลุผลในการเรียนรู้เนื้อหาสาระใดแล้ว ก็จะถูกกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องต่อไป ซึ่งการเรียนรู้ก็เป็นรางวัลที่สร้างความเชื่อมั่น และส่งผลให้เกิดพฤติกรรมในทางบวกแก่นักเรียน

(10) การฝึกปฏิบัติและการทำซ้ำ (Practice and repetition)

บุคคลจะเกิดการเรียนรู้ในเรื่องของความรู้และทักษะได้ จะต้องอาศัยการฝึกปฏิบัติและการทำซ้ำอยู่เสมอ ซึ่งจะนำไปสู่ความคงทนในการเรียนรู้

(11) การนำไปประยุกต์ใช้ (Application)

ผลลัพธ์ที่พึงปรารถนาของการเรียนรู้ก็คือการเพิ่มความสามารถของแต่ละบุคคลในการประยุกต์หรือการถ่ายโยงการเรียนรู้ คือสามารถนำไปปรับใช้กับปัญหาหรือสถานการณ์ใหม่

ฉลองชัย สุรวัฒนบุรณ (สุนีย์ เหมะประสิทธิ์. 2533 : 21 - 23; อ้างอิงจากฉลองชัย สุรวัฒนบุรณ. 2528 : 27 - 31) กล่าวว่า ทฤษฎีการเรียนรู้ทั้ง 3 กลุ่ม ทำให้เกิดแนวคิดและหลักการเกี่ยวกับเงื่อนไข สภาวะ และวิธีการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ดังนี้

(1) นักเรียนจะต้องได้รับประสบการณ์และมีโอกาสฝึกหัดพฤติกรรมที่กำหนดไว้ในวัตถุประสงค์การสอนการเรียนรู้ โดยต้องจัดการสอนที่มีทิศทางชัดเจนและเหมาะสม จึงจะก่อให้เกิดการเรียนรู้สูงสุด

(2) ประสบการณ์การเรียนรู้ ต้องทำให้นักเรียนได้รับความพึงพอใจจากการกระทำพฤติกรรมที่กำหนด และบำบัดความต้องการด้านต่าง ๆ ของนักเรียนได้

(3) สิ่งเร้าและการตอบสนองจะต้องเกิดขึ้นไล่เลี่ยกัน ซึ่งจะทำให้เกิดการเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็ว

(4) นักเรียนควรมีโอกาสฝึกปฏิบัติ โดยคำนึงถึงการจดลำดับขั้นตอนของงาน จำนวนครั้ง ระยะเวลาของการฝึก ตลอดจนการหยุดพักสลับกันไป

(5) การเสริมแรงและให้รางวัล เป็นสภาวะที่สำคัญมากในการเรียนรู้ทุกประเภท ถ้าให้การเสริมแรงหรือให้รางวัลเข้มแข็ง การตอบสนองจะมีโอกาสสูงขึ้น โดยที่ควรจะให้มีความถี่ในการเสริมแรงบ่อยที่สุดเมื่อผู้เรียนประสบผลสำเร็จในการเรียนในจุดนั้น ๆ และควรจะให้มีการเสริมแรงอย่างอ่อนที่สุดเมื่อผู้เรียนทำผิดในแต่ละขั้นตอน

(6) แรงกระตุ้นหรือแรงจูงใจของผู้เรียนเป็นเงื่อนไขสำคัญต่อการเรียนรู้มาก การเรียนรู้จะเกิดผลสูงสุดเมื่อผู้เรียนมีความพึงพอใจหรือมีแรงจูงใจ โดยเฉพาะแรงจูงใจภายในหรือแรงจูงใจภายนอกที่ได้รับแล้วเปลี่ยนเป็นแรงจูงใจภายใน

(7) ความพร้อมของผู้เรียน ผู้เรียนจะเรียนได้ดีเมื่อได้รับการเตรียมความพร้อมที่จะเรียน

(8) การเรียนรู้จะมีประสิทธิภาพเมื่อผู้เรียนมีวัสดุอุปกรณ์หรือเครื่องมือที่เหมาะสมในการทำงานหรือในการแก้ปัญหา

(9) การให้นักเรียนได้ลงมือกระทำจะทำให้เกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพมากที่สุด โดยนักเรียนจะซึมซับสิ่งนั้นด้วยกระบวนการดูดซึม (Assimilation) และบรรจุสิ่งนั้นไว้ในสมองด้วยกระบวนการการปรับความแตกต่าง เพื่อให้เข้ากับความเข้าใจและความรู้เดิม (Accommodation)

(10) วิธีการเรียนและระดับความคล้ายคลึง ประสบการณ์ใหม่กับความรู้เดิม เป็นองค์ประกอบสำคัญอย่างหนึ่งของการเรียนรู้ ภายใต้เงื่อนไขที่ดีที่เหมาะสมการเรียนรู้ที่ดีย่อมเกิดขึ้นได้

(11) นักเรียนจะเรียนได้ดีขึ้นเมื่อมีโอกาสได้สำรวจข้อบกพร่องต่าง ๆ ของตนเองและควรได้รับแรงจูงใจให้หาวิธีแก้ไขปรับปรุงใหม่ให้เหมาะสม

(12) นักเรียนจะเรียนรู้ได้กว้างขวาง เร็วขึ้น และดีขึ้น เมื่อได้รับประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรมมากกว่าที่เป็นนามธรรม เพราะนักเรียนได้ใช้ประสาทรับรู้หลาย ๆ ส่วนในการเรียนรู้ ประสบการณ์รูปธรรมทำให้เกิดความเข้าใจลึกซึ้งกว้างขวาง เรียนได้เร็วขึ้นและจดจำได้นาน

(13) การเรียนรู้ของนักเรียนจะมีประสิทธิผล เมื่อมีการจัดสภาพบรรยากาศ การเรียนที่ดีมีความอบอุ่นรู้สึกปลอดภัย มีบรรยากาศแห่งการยอมรับกฎระเบียบที่ต้องปฏิบัติ และมีเสรีภาพภายในขอบเขตที่เหมาะสม

(14) นักเรียนควรมีโอกาสร่วมวางแผนหรือกำหนดมาตรฐานการวัดและการประเมินผล การประกอบกิจกรรมของตน ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนตั้งใจเรียนและประสบผลสำเร็จในการเรียน

(15) ให้นักเรียนมีโอกาสได้ประเมินผลตนเองทุกขณะที่เรียน จะช่วยให้

ปรับปรุงการเรียนรู้ได้ทัน

- (16) มีการสรุปการเรียนรู้หรือการทำกิจกรรมแต่ละครั้งแต่ละตอน
- (17) การเรียนรู้จำแนกแยกแยะของนักเรียน จะวัดได้จากการกระทำตอบสนองต่อสิ่งเร้า 2 ชนิดขึ้นไปว่าจำแนกแยกแยะให้เห็นได้
- (18) ปกติมนุษย์เรียนรู้โดยมีกระบวนการ 3 ขั้นตอน คือ
 - (18.1) ประสบการณ์ โดยอาศัยประสาทรับรู้สิ่งเร้า
 - (18.2) ความเข้าใจ เป็นการจัดระบบ การสังเคราะห์ บูรณาการ ประสบการณ์ต่าง ๆ ให้มีความหมายยิ่ง ๆ ขึ้น ทำให้เข้าใจกระจ่างยิ่งขึ้น
 - (18.3) การคิด เป็นขบวนการทางจิต ผู้ที่คิดอย่างมีประสิทธิภาพจะเป็นผู้ที่สามารถจัดประสบการณ์ต่าง ๆ ให้เป็นประโยชน์ให้สัมพันธ์กัน หรือใช้ร่วมกับประสบการณ์ใหม่ได้อย่างเหมาะสม

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2523 : 119) ได้กล่าวถึงเหตุผลของการใช้จิตวิทยาทางการศึกษาในการสร้างชุดกิจกรรม ดังนี้

- (1) เพื่อสนองความแตกต่างระหว่างบุคคล
- (2) เพื่อยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางด้วยการให้การศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง
- (3) มีสื่อการเรียนรู้ใหม่ ๆ ที่ช่วยในการเรียนของนักเรียน เพื่อช่วยการสอนของครู
- (4) ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียนที่เปลี่ยนไป โดยครูจะมีบทบาทเป็นผู้ให้

คำแนะนำ

สรุปแล้ว ในการสร้างสื่อการสอน หรือสร้างชุดกิจกรรมขึ้น ต้องสามารถตอบสนองตามหลักการดังกล่าวข้างต้นได้ สื่อการสอนหรือชุดกิจกรรมก็ย่อมนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพบรรลุตามจุดมุ่งหมายที่ต้องการ

4.1.4 องค์ประกอบของชุดกิจกรรม

นักการศึกษาได้กล่าวถึงองค์ประกอบของชุดการสอน ชุดการเรียนรู้ ชุดการเรียนการสอน หรือชุดกิจกรรม ไว้ดังนี้

คาร์ดาเรลลี (สุนทรี หิมารัตน์. 2533 : 124; อ้างอิงจาก Cadarelli. 1973 : 150) ได้กำหนดโครงสร้างของชุดการเรียนรู้ว่าประกอบด้วย

- (1) หัวข้อ (Topic)
- (2) หัวข้อย่อย (Subtopic)
- (3) จุดมุ่งหมายหรือเหตุผล (Rational)
- (4) จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม (Behavioral Objectives)
- (5) การสอบก่อนเรียน (Pretest)
- (6) กิจกรรมและการประเมินตนเอง (Activities and Self – Evaluation)
- (7) การทดสอบย่อย (Quiz หรือ Formative Test)

(8) การทดสอบขั้นสุดท้าย (Posttest หรือ Summative Evaluation)

ดวน (Duane. 1973 : 169) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของชุดการเรียน 6 ประการ คือ

- (1) มีจุดมุ่งหมายและเนื้อหา
- (2) บรรยายเนื้อหา
- (3) มีจุดประสงค์เชิงพฤติกรรม
- (4) มีกิจกรรมให้เลือกเรียน
- (5) มีกิจกรรมที่ส่งเสริมเจตคติ
- (6) มีเครื่องมือวัดผลก่อนการเรียน ระหว่างเรียน และหลังเรียน

ฮุสตันและคณะ (ฐิติพร ทองสุข. 2541 : 13; อ้างอิงจาก Houston and Others.

1972 : 10 – 15) ได้กล่าวว่าชุดการสอนหรือชุดกิจกรรม ควรประกอบด้วยส่วนสำคัญต่าง ๆ 5 ส่วน ดังนี้

(1) คำชี้แจง (Prospectus) อธิบายถึงความสำคัญของบทเรียน ขอบข่ายของชุดการสอน หรือชุดกิจกรรม สิ่งที่คุณเรียนจะต้องมีพื้นความรู้ก่อนเรียนและขอบข่ายของกระบวนการทั้งหมดของชุดการสอน

(2) จุดมุ่งหมาย (Objective) จุดมุ่งหมายเชิงพฤติกรรมที่กำหนดว่าคุณเรียนจะประสบผลสำเร็จอะไรหลังจากเรียนแล้ว

(3) การประเมินผลเบื้องต้น (Pre – assessment) เพื่อทดสอบความรู้ของผู้เรียนก่อนใช้ชุดการสอน หรือชุดกิจกรรม

(4) การกำหนดกิจกรรม (Enabling – assessment) เป็นการกำหนดแนวทางและวิธี เพื่อไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้โดยผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้น

(5) การประเมินผลขั้นสุดท้าย (Post – assessment)

ไชยยศ เรืองสุวรรณ (2522 : 153) กล่าวว่า ชุดการสอนอาจมีหลายรูปแบบที่แตกต่างกัน แต่จะต้องประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ ที่สำคัญดังนี้

(1) คู่มือครู เป็นคู่มือและแผนการสอนสำหรับครูและนักเรียนตามลักษณะของชุดการสอน ภายในคู่มือครูจะชี้แจงถึงวิธีการใช้ชุดการสอนไว้อย่างละเอียด ครูและนักเรียนจะต้องปฏิบัติตามคำชี้แจงอย่างเคร่งครัด จึงจะสามารถใช้ชุดการสอนนั้นได้อย่างได้ผล คู่มือครูอาจทำเป็นเล่มหรือเป็นแผ่น แต่ต้องมีส่วนสำคัญ ดังนี้

- (1.1) คำชี้แจงสำหรับครู
- (1.2) บทบาทของครู
- (1.3) การจัดชั้นเรียนพร้อมแผนผัง
- (1.4) แผนการสอน
- (1.5) แบบฝึกหัด

(2) บัตรคำสั่ง (คำแนะนำ) เพื่อให้เรียนประกอบกิจกรรมแต่ละอย่างที่มีอยู่ในชุดการสอนแบบรายบุคคล บัตรคำสั่งจะประกอบด้วย

(2.1) คำอธิบายในเรื่องที่จะศึกษา

(2.2) คำสั่งให้ผู้เรียนดำเนินกิจกรรม

(2.3) การสรุปบทเรียน อาจใช้การอภิปรายหรือการตอบคำถาม

บัตรคำสั่งจะต้องมีถ้อยคำกระชับรัดกุมเข้าใจง่ายชัดเจนครอบคลุมกิจกรรมที่ต้องการให้ผู้เรียนทำ ผู้เรียนจะต้องอ่านบัตรคำสั่งให้เข้าใจเสียก่อนแล้วจึงปฏิบัติตามนั้นเป็นขั้น ๆ ไป

(3) เนื้อหาหรือประสบการณ์จะถูกรวบรวมในรูปแบบของสื่อต่าง ๆ อาจประกอบด้วย บทเรียนสำเร็จรูป สไลด์ เทปบันทึกเสียง फिल्मสตริป แผ่นภาพโปรงใส วัสดุกราฟิก ของตัวอย่าง หุ่นจำลอง รูปภาพ เป็นต้น ผู้เรียนจะต้องศึกษาจากสื่อการสอนต่าง ๆ ที่บรรจุอยู่ในชุดการสอนตามบัตรคำสั่งที่กำหนดให้

(4) แบบประเมินผล (ทั้งก่อนเรียนและหลังเรียน) อาจจะอยู่ในรูปของแบบฝึกหัด ให้เติมคำในช่องว่าง จับคู่ เลือกคำตอบถูก หรือได้ผลจากการทดลองหรือทำกิจกรรม เพื่อให้การ สร้างและการใช้ชุดการสอนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

ซูซีฟ อ่อนโคสูง (2524 : 7 – 9) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของชุดการสอน ดังนี้

(1) หัวข้อเรื่อง เป็นการแบ่งหน่วยการเรียนรู้ออกเป็นส่วนย่อย ๆ เพื่อให้ผู้เรียนได้ เรียนอย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้น

(2) คู่มือการใช้ชุดการสอน เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับสำหรับผู้ที่ใช้ชุดการสอน ผู้ใช้ ชุดการสอนต้องศึกษาคู่มือให้เข้าใจอย่างแจ่มชัด ในคู่มือประกอบด้วย

(2.1) คำชี้แจงเกี่ยวกับชุดการสอน เพื่อสะดวกสำหรับผู้ที่จะนำชุดการสอน ไปใช้

(2.2) สิ่งที่จะต้องเตรียมก่อนสอน ส่วนมากจะบอกสิ่งที่มีขนาดใหญ่เกินกว่า ที่จะบรรจุในชุดการสอนหรือสิ่งมีชีวิตเน่าเปื่อย สิ่งเปราะแตกง่าย หรือสิ่งที่ต้องใช้ร่วมกับคนอื่น ซึ่งเป็นวัสดุที่มีราคาแพง

(2.3) บทบาทของนักเรียนเสนอแนะว่านักเรียนจะต้องมีส่วนร่วมใน การดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้บางอย่าง

(2.4) การจัดชั้นเรียน

(2.5) แผนการสอน ซึ่งประกอบด้วยหัวข้อต่าง ๆ ดังนี้

(2.5.1) หัวข้อเรื่อง กำหนดเวลาเรียน จำนวนผู้เรียน

(2.5.2) เนื้อหาสาระอย่างย่อ

(2.5.3) ความคิดรวบยอด หรือหลักการที่มุ่งเน้น

(3) วัสดุประกอบการเรียน ได้แก่ สิ่งของหรือข้อมูลต่าง ๆ ที่จะให้นักเรียนศึกษา ค้นคว้า เช่น เอกสาร ตำรา บทคัดย่อ รูปภาพ แผนภูมิ วัสดุ เป็นต้น

(4) บัตรงาน เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับชุดการสอน เป็นคำแนะนำในเรื่องที่จะศึกษา คำสั่งให้ผู้เรียนดำเนินกิจกรรม เป็นต้น

(5) กิจกรรมสำรองจำเป็นสำหรับชุดการสอนแบบกลุ่ม กิจกรรมสำรองนี้ต้อง

เตรียมไว้สำหรับนักเรียนบางคนหรือบางกลุ่มที่ทำได้สำเร็จได้ก่อนคนอื่น ให้มีกิจกรรมอย่างอื่นทำ เพื่อเป็นการส่งเสริมการเรียนรู้ของผู้เรียนให้กว้างขวางลึกซึ้งยิ่งขึ้น ทำให้ผู้เรียนไม่เกิดความเบื่อหน่ายหรือก่อให้เกิดปัญหาในทางวินัยในชั้นเรียนขึ้น

(6) ขนาดรูปแบบของชุดการสอน ชุดการสอนไม่ควรใหญ่หรือเล็กเกินไป ควรจัดให้มีขนาดพอเหมาะเพื่อสะดวกในการเก็บรักษา

ยุพิน พิพิธกุล และอรพรรณ ดันบรรจง (2531 : 175 – 176) ได้กล่าวถึง องค์ประกอบของชุดการเรียนรู้รายบุคคลได้ว่า จะต้องเอาบทเรียนมาแบ่งเป็นหน่วยย่อย ๆ แต่ละหน่วยย่อยประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ ดังนี้

- (1) บัตรคำสั่ง จะชี้แจงรายละเอียดว่า ผู้เรียนจะต้องปฏิบัติตามขั้นตอนอย่างไร
- (2) บัตรกิจกรรม เป็นบัตรที่บอกให้ผู้เรียนทำกิจกรรมต่าง ๆ สิ่งที่จะมีในบัตรกิจกรรมคือ หัวเรื่อง ระดับชั้น สื่อการเรียนการสอน กิจกรรมและเฉลยกิจกรรม
- (3) บัตรเนื้อหา เป็นบัตรที่บอกเนื้อหาทั้งหมดที่ต้องการให้เรียน สิ่งที่จะมีในบัตรเนื้อหาก็คือ หัวเรื่อง สูตร นิยาม เป็นต้น
- (4) บัตรแบบฝึกหัดหรือบัตรงาน เป็นแบบฝึกหัดที่ทำให้ผู้เรียนฝึกหัดทำหลังจากที่ได้ทำบัตรกิจกรรมและศึกษาเนื้อหาจนเข้าใจแล้ว ในบัตรแบบฝึกหัดนี้จะต้องทำบัตรเฉลยไว้พร้อม สิ่งที่จะมีในแบบฝึกหัดหรือบัตรงานคือ หัวเรื่อง สูตร นิยาม กฎที่ต้องการใช้ในโจทย์แบบฝึกหัด ให้ นักเรียนตั้งใจเองแล้วหาคำตอบเฉลยแบบฝึกหัด

(5) บัตรทดสอบหรือบัตรปัญหา เป็นข้อทดสอบตามเนื้อหาของแต่ละหน่วยย่อย และมีเฉลยไว้พร้อม อาจทำทั้งข้อทดสอบก่อนเรียน (Pretest) และข้อทดสอบหลังเรียน (Posttest)

สุกิจ ศรีพรหม (2541 : 68 – 72) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของชุดกิจกรรมประกอบด้วยองค์ประกอบ 7 อย่าง คือ

- (1) เนื้อหาหรือมโนทัศน์ที่ต้องการให้ผู้เรียนศึกษา (Concept Focus) ชุดกิจกรรมชุดหนึ่งควรจะเน้นให้ผู้เรียนศึกษาเพียงมโนทัศน์หลักเรื่องเดียว
- (2) วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม (Behaviorally Stated Objective) เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดที่จะทำให้ชุดกิจกรรมนั้น ประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวเป็นข้อความที่ระบุถึงพฤติกรรมที่คาดว่าจะเกิดขึ้นหลังจากการเรียนรู้ ควรระบุชัดเจนให้ผู้เรียนเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง เพราะวัตถุประสงค์นี้เป็นแนวทางในการทำกิจกรรมเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์
- (3) มีกิจกรรมให้เลือกหลาย ๆ อย่าง (Multiple-Active Methodologies) คือ รายละเอียดของกิจกรรมที่ต้องการให้นักเรียนปฏิบัติ เช่น ทำงานกลุ่มทำการทดลองหรือใช้สื่อการเรียนชนิดต่าง ๆ การที่มีกิจกรรมให้นักเรียนเลือกปฏิบัติหลาย ๆ ทางมาจากความเชื่อที่ว่าไม่มีวิธีใดวิธีหนึ่งจะเหมาะสมที่สุดกับนักเรียนทุกคน
- (4) วัสดุประกอบการเรียน (Diversified Learning Resources) จากกิจกรรมให้เลือกหลายทางนั้นจำเป็นต้องมีวัสดุประกอบการเรียนหลาย ๆ อย่าง เช่น แผนภูมิภาพ หุ่นจำลอง

เทปบันทึกเสียง เป็นต้น วัสดุหรือสื่อการเรียนรู้เป็นแหล่งที่จะช่วยให้นักเรียนบรรลุตามวัตถุประสงค์ และเกิดการเรียนรู้ในโมโนทัศน์ที่กำหนดให้

(5) แบบทดสอบ (Evaluation Instrument) ในการประเมินผลดูว่านักเรียนเกิดผลสัมฤทธิ์ในการเรียนรู้จากการสอนมากน้อยเพียงใด แบบทดสอบที่ใช้อาจใช้ 3 ลักษณะ

(5.1) แบบทดสอบก่อนเรียน (Pre-test)

(5.2) แบบทดสอบตนเอง (Self-test)

(5.3) แบบทดสอบหลังเรียน (Post-test)

(6) กิจกรรมสำรวจหรือกิจกรรมเพิ่มเติม (Breadth and Depth Activities)

หลังจากที่นักเรียนทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแล้วอาจทำกิจกรรมที่เสนอแนะเพิ่มเติมตามความสนใจ

(7) คำชี้แจงวิธีใช้ชุดกิจกรรม (Instruction) เนื่องจากชุดกิจกรรมที่ผลิตขึ้นเพื่อให้นักเรียนเรียนด้วยตนเอง คำชี้แจงวิธีใช้ชุดกิจกรรมจึงจำเป็นต้องบอกรายละเอียดของวิธีใช้ชุดกิจกรรมทำให้นักเรียนสามารถเข้าใจและเรียนได้ด้วยตนเอง

กิดานันท์ มลิทอง (2531 : 181) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของชุดการเรียนรู้ไว้ ดังนี้

(1) คู่มือสำหรับผู้สอนในการใช้ชุดการเรียนการสอน และสำหรับผู้เรียนใช้ชุดการเรียนการสอน

(2) คำสั่ง เพื่อกำหนดแนวทางในการเรียน

(3) เนื้อหาสาระบทเรียน จะจัดอยู่ในรูปของสื่อต่าง ๆ เช่น สไลด์ เทป ฯลฯ

(4) กิจกรรมการเรียนรู้ เป็นการกำหนดกิจกรรมให้ผู้เรียนทำรายงาน หรือค้นคว้าต่อจากที่เรียนไปแล้ว

(5) การประเมิน เป็นแบบทดสอบที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาสาระบทเรียนนั้น

ทิศนา ขัมมณี (2534 : 10 – 12) กล่าวว่า ชุดกิจกรรมประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ ดังนี้

(1) ชื่อกิจกรรม ประกอบด้วย หมายเลขกิจกรรม ชื่อของกิจกรรมและเนื้อหาของกิจกรรม

(2) คำชี้แจง เป็นส่วนที่อธิบายความมุ่งหมายหลักของกิจกรรม และลักษณะของกิจกรรม

(3) จุดมุ่งหมาย เป็นส่วนที่ระบุจุดมุ่งหมายที่สำคัญของกิจกรรมนั้น

(4) แนวคิด เป็นส่วนที่ระบุถึงวัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นในการดำเนินกิจกรรม เพื่อให้ครูทราบว่าจะต้องเตรียมอะไรบ้าง

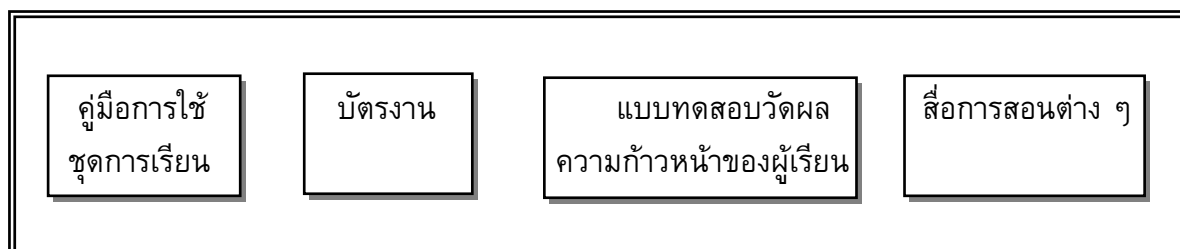
(5) สื่อ เป็นส่วนที่ระบุถึงวัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นในการดำเนินกิจกรรม เพื่อให้ครูทราบว่าจะต้องเตรียมอะไรบ้าง

(6) เวลาที่ใช้ เป็นส่วนที่ระบุจำนวนเวลาโดยประมาณว่ากิจกรรมนั้น ควรใช้เวลาเพียงใด

(7) ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม เป็นส่วนที่ระบุวิธีการจัดกิจกรรม เพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ วิธีการจัดกิจกรรมนี้ควรจัดไว้เป็นขั้นตอน

(8) ภาคผนวก ในส่วนนี้คือ ตัวอย่างวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมและข้อมูลอื่น ๆ ที่จำเป็นสำหรับครูรวมทั้งเฉลยแบบทดสอบ

บุญชม ศรีสะอาด (2537 : 95 – 96) ได้กล่าวว่า ชุดการเรียนรู้มีองค์ประกอบที่สำคัญ 4 ด้าน คือ



ภาพประกอบ 14 องค์ประกอบที่สำคัญของชุดการเรียนรู้การสอน

ที่มา : บุญชม ศรีสะอาด. (2537). *การพัฒนาการสอน*. หน้า 95.

(1) คู่มือการใช้ชุดการเรียนรู้การสอน เป็นคู่มือที่จัดทำขึ้นเพื่อให้ผู้ใช้ชุดการเรียนรู้ การสอนศึกษาและปฏิบัติตามเพื่อให้บรรลุอย่างมีประสิทธิภาพ อาจประกอบด้วยแผนการสอน สิ่งที่ต้องเตรียมก่อนสอน บทบาทของผู้เรียน การจัดชั้นเรียน

(2) บัตรงาน เป็นบัตรที่มีคำสั่งจะให้ผู้เรียนปฏิบัติอะไรบ้าง โดยระบุกิจกรรมตามลำดับขั้นตอนการเรียนรู้

(3) แบบทดสอบวัดความก้าวหน้าของผู้เรียน เป็นแบบทดสอบที่ใช้สำหรับตรวจสอบว่าหลังจากเรียนจากชุดการเรียนรู้การสอนแล้ว ผู้เรียนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามจุดประสงค์ที่กำหนดไว้หรือไม่

(4) สื่อการเรียนรู้ต่าง ๆ เป็นสื่อสำหรับผู้เรียนได้ศึกษามีหลายชนิดประกอบกัน อาจเป็นประเภทสิ่งพิมพ์ เช่น บทความ เนื้อหาเฉพาะเรื่อง จุลสาร บทเรียนโปรแกรม หรือประเภทโสตทัศนูปกรณ์ เช่น รูปภาพ แผนภูมิต่าง ๆ เทปบันทึกเสียง फिल्मสตริป สไลด์ขนาด 2 × 2 นิ้ว ของจริง เป็นต้น

วิชัย วงษ์ใหญ่ (2543 : 1-17) ได้เสนอชุดกิจกรรมที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ในโครงการส่งเสริมศักยภาพของนักเรียนกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2543 ไว้ดังนี้

(1) ส่วนนำ อธิบายภาพรวมของชุดกิจกรรมที่ออกแบบโดย

ระบุกิจกรรมการเรียนรู้สู่ศักยภาพด้าน.....
 ชั้นประถมศึกษาปีที่.....
 เรื่อง.....

เขียนประเด็นสำคัญ ๆ จุดเน้นหรือลักษณะเฉพาะของชุดกิจกรรมการเรียนรู้สู่ศักยภาพของผู้เรียนอย่างไร

(2) ผังการวิเคราะห์ห้มนโนติจากหลักสูตร

การเขียนผังมโนติหรือ แผนที่ความคิด (Mindmapping) จะเป็นภาพสะท้อนการทำงานของสมองสองซีก คือขณะที่วิเคราะห์หลักสูตร สมองซีกซ้ายจะทำงาน และเมื่อนำมาเขียนเป็นแผนที่ความคิดสมอง ซีกขวาจะทำงาน เมื่อสมองทั้งสองซีกทำงานไปด้วยกันทำให้เกิดความสนุกและไม่เครียด

แผนที่ความคิดเป็นภาพรวมความคิดที่จะช่วยให้การวางแผน การเลือก การรวบรวมข้อมูล การคิด การแก้ปัญหา การกำหนดทิศทางชัดเจน การเรียนรู้ การศึกษาวิเคราะห์หลักสูตรให้ได้แนวคิดหลัก (Main Concept) สำหรับผู้เรียน ลดเนื้อหาจากหลักสูตรที่อัดแน่น ส่งเสริมให้ผู้เรียนคิดและติดตามสิ่งที่น่าสนใจ สร้างความเชื่อมโยงกับแนวคิดหลัก และการเข้าถึงข้อสรุปเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ การทำแผนที่ความคิดมีขั้นตอน ดังนี้

(2.1) วิเคราะห์หลักสูตรแล้วเขียนคำแนวคิดหลักหรือคำกุญแจ (Key Word) คำเชื่อมโยงและแนวคิดรองลงในตาราง

(2.2) นำแนวคิดหลักแนวคิดรองและคำเชื่อมโยงมาเขียนเป็นแผนที่ความคิดหรือผังมโนติ เพื่อให้เห็นภาพรวมและความเชื่อมโยงกัน จะช่วยให้การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงในลักษณะบูรณาการไม่แยกการเรียนรู้เป็นส่วน ๆ

(3) แนวคิดสำคัญของการเรียนรู้

การเขียนแนวคิดสำคัญหรือแนวคิดของการเรียนรู้ ให้พิจารณาจากแผนที่ความคิดที่เป็นแนวคิดหลัก แล้วเขียนแสดงเกี่ยวกับข้อเท็จจริง ชนิด ประเภท เหตุการณ์ สัญลักษณ์ การสรุปรวม โดยจะเขียนเป็นข้อ ๆ แสดงประเด็นหลัก ๆ หรือจะเขียนในลักษณะการบรรยาย

(4) สารหลัก (ของกลุ่มประสบการณ์ / วิชาจากหลักสูตร)

ระบุเฉพาะประเด็นหลัก ๆ และประเด็นรองที่เชื่อมโยงโดยเรียงลำดับกัน ซึ่งได้มาจากการวิเคราะห์หลักสูตร

(5) ตัวบ่งชี้ที่นำไปสู่ศักยภาพนักเรียน

เขียนตัวบ่งชี้ในลักษณะของผลการเรียนรู้ (Learning Outcomes) 3 ด้าน คือ

(5.1) ผลการเรียนรู้ในเนื้อหาสาระ (Subject Specific Outcomes) ซึ่งเป็นความคิดรวบยอดหรือแนวคิดหลัก (Main Concept)

(5.2) ทักษะที่ผู้เรียนสามารถถ่ายโอนได้ (Personal Transfer Skills)
การเขียนลักษณะที่สะท้อนการปฏิบัติ (Performance Objective)

(5.3) ผลการเรียนรู้ทางวิชาการทั่วไป หรือเกณฑ์ (Generic Academic Outcomes / Criteria) เช่น การใช้ประโยชน์จากสารสนเทศ การวิเคราะห์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสังเคราะห์ ความคิดจากข้อมูลข่าวสาร

(6) สารของกิจกรรมการเรียนรู้

การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้มุ่งเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ให้ความสำคัญกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความคิด การเรียนรู้อย่างมีความหมาย การเรียนรู้โดยการค้นพบ และการตรวจสอบการคิดและเกิดความรู้จากสาระหลักที่ได้จากการวิเคราะห์หลักสูตร กิจกรรมที่นำมาออกแบบจะต้องเหมาะสมกับผู้เรียนใกล้เคียงกับสภาพของผู้เรียน มีความยืดหยุ่น หลากหลาย

(7) การประเมินผล

ระบุวิธีการประเมินว่าจะประเมินในช่วงเวลาใดพร้อมทั้งเครื่องมือ เพื่อนำผลการประเมินมาพัฒนาทักษะการเรียนรู้ และผู้สอนนำข้อมูลไปปรับปรุงการออกแบบกระบวนการเรียนรู้ โดยระบุวิธีการประเมินผลลงในตารางประเมินผล ซึ่งได้เสนอรูปแบบ ดังนี้

ตัวบ่งชี้สู่ศักยภาพ	วิธีการ	เครื่องมือ	แหล่งข้อมูล
-ระบุตัวบ่งชี้ที่สอดคล้องกับวิธีการประเมิน	1. การสังเกต 2. การซักถาม เป็นต้น	1.แบบสังเกต การทำงาน 2.คำถามที่กระตุ้น การคิด การค้นคว้า เป็นต้น	-ระบุแหล่งข้อมูลที่ประเมิน เช่น ผลงานนักเรียน เป็นต้น

ภาพประกอบ 15 รูปแบบตารางประเมินผลในแผนการสอนแบบ 4 MAT

ที่มา : วิชัย วงษ์ใหญ่. (2543). เอกสารประกอบการอบรมโครงการส่งเสริมศักยภาพของนักเรียนในสังกัดกรุงเทพมหานคร. หน้า 17.

จากองค์ประกอบของชุดกิจกรรมหรือชุดการสอน จะเห็นว่ามีลักษณะที่คล้ายคลึงกัน คือ มีคู่มือการใช้ชุดกิจกรรม คำชี้แจง จุดมุ่งหมาย เนื้อหา กิจกรรมการเรียนรู้ สื่อการสอน และการประเมินผล สำหรับงานวิจัยครั้งนี้มีองค์ประกอบของชุดกิจกรรม ประกอบด้วย ส่วนนำ สารสำคัญ ผังวิเคราะห์เนื้อหา สารการเรียนรู้ จุดประสงค์การเรียนรู้ สื่อ/แหล่งการเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนรู้ การประเมินผล กิจกรรมนอกเวลา ข้อเสนอแนะ

4.1.5 ขั้นตอนการสร้างชุดกิจกรรม

เลวิส (Lewis. 1968 : 329 – 330) ได้อธิบายถึงการสร้างชุดการสอนหรือชุดการเรียนรู้ เพื่อให้สอดคล้องกับการพัฒนาหลักสูตรนั้น จะต้องทำตามขั้นตอน ดังนี้

- (1) จะต้องยึดมั่นในจุดมุ่งหมายของการศึกษา
- (2) กำหนดเป้าหมายเฉพาะของการเรียน
- (3) จัดสภาพห้องเรียนและกิจกรรมที่จำเป็นอื่น ๆ เพื่อสนับสนุนให้ผู้เรียนได้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

อิทเทอร์ (Heathers. 1964 : 344) ได้เสนอขั้นตอนสำหรับครูในการสร้างชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ดังนี้

(1) ศึกษาหลักสูตร ตัดสินใจเลือกสิ่งที่ให้ผู้เรียนได้ศึกษาแล้วจัดลำดับชั้นเนื้อหาให้ต่อเนื่องจากง่ายไปหายาก

(2) ประเมินความรู้พื้นฐานประสบการณ์เดิมของผู้เรียน

(3) เลือกกิจกรรมการเรียนรู้ วิธีสอนและสื่อการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับผู้เรียน โดยต้องคำนึงถึงความพร้อมและความต้องการของผู้เรียน

(4) กำหนดรูปแบบของการเรียน

(5) กำหนดหน้าที่ของผู้ประสานงาน หรือจัดอำนวยความสะดวกในการเรียน

(6) สร้างแบบประเมินผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียนว่าบรรลุเป้าประสงค์ในการเรียนหรือไม่ เพียงใด เพื่อปรับปรุงแก้ไข

วิททิชและชุลเลอร์ (เสาวณีย์ สิกขาบัณฑิต. 2528 : 294; อ้างอิงจาก Wittich & Schuller. 1973 : 636 – 640) ได้เสนอขั้นตอนในการพัฒนาชุดการสอนออกเป็น 9 ขั้นตอน โดยแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ

(1) ระยะแรก : เป็นระยะการกำหนด ซึ่งประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ

(1.1) กำหนดปัญหา เป็นการวิเคราะห์ความต้องการอย่างเด่นชัด

(1.2) วิเคราะห์สภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่ในขณะนั้น

(1.3) จัดระเบียบการจัดการ เป็นการกำหนดบทบาทของบุคคลต่าง ๆ ว่าใครจะทำอะไร

(2) ระยะที่ 2 : เป็นระยะการพัฒนา จะดำเนินการดังนี้

(2.1) กำหนดวัตถุประสงค์

(2.2) กำหนดวิธีการ

(2.3) สร้างแบบ คือ ประกอบแบบชุดการสอนทุกส่วน

(3) ระยะที่ 3 : เป็นระยะการประเมิน จะดำเนินการดังนี้

(3.1) ทดสอบแบบ คือ นำชุดการสอนไปทดลอง

(3.2) วิเคราะห์ผลการทดสอบ

(3.3) นำไปใช้หรือพัฒนาปรับปรุงต่อไป

ไชยยศ เรืองสุวรรณ (2522 : 154) ได้กำหนดขั้นตอนการสร้างชุดการสอนไว้ 10 ประการ ดังนี้

(1) การกำหนดหมวดหมู่ เนื้อหาและประสบการณ์ อาจกำหนดเป็นหมวดวิชาหรือบูรณาการแบบสหวิทยาการตามที่เหมาะสม

(2) กำหนดหน่วยการสอน โดยแบ่งเนื้อหาวิชาออกเป็นหน่วยการสอนประมาณเนื้อหาที่ให้ครูสามารถถ่ายทอดความรู้แก่นักเรียนได้ในหนึ่งสัปดาห์ หรือสอนได้หน่วยละครั้ง

(3) กำหนดหัวเรื่อง ผู้สอนจะต้องถามตัวเองว่าในการสอนแต่ละหน่วยควรให้

ประสบการณ์อะไรแก่ผู้เรียนบ้าง แล้วกำหนดหัวเรื่องออกมาเป็นหน่วยการสอนย่อย

(4) กำหนดหลักการและความคิดรวบยอด หลักการและความคิดรวบยอดที่กำหนดขึ้นจะต้องสอดคล้องกับหน่วยและหัวข้อเรื่องโดยสรุปรวมความคิด สาระและหลักเกณฑ์ที่สำคัญไว้ เพื่อเป็นแนวทางจัดเนื้อหาการสอนให้สอดคล้องกัน

(5) กำหนดวัตถุประสงค์ให้สอดคล้องกับหัวข้อเรื่อง โดยเขียนวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมที่ต้องมีเกณฑ์การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไว้ทุกครั้ง

(6) กำหนดกิจกรรมการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม ซึ่งเป็นแนวทางเลือกและผลิตสื่อการสอน กิจกรรมการเรียนรู้ หมายถึง กิจกรรมทุกอย่างที่ผู้เรียนปฏิบัติ เช่น การอ่านบัตรคำสั่ง ตอบคำถาม เขียนภาพ การเล่นเกม การทำการทดลองทางวิทยาศาสตร์ ฯลฯ

(7) การกำหนดแบบประเมินผล ต้องประเมินให้ตรงกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม โดยใช้แบบทดสอบอิงเกณฑ์ เพื่อให้ผู้สอนทราบว่าหลังจากเรียนชุดการสอนแบบศูนย์การเรียนรู้แล้ว ผู้เรียนได้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์หรือไม่

(8) เลือกและผลิตสื่อการสอนและวัสดุอุปกรณ์ และวิธีการที่ครูใช้ถือเป็นสื่อการสอนทั้งสิ้น เมื่อผลิตสื่อการสอนแต่ละหัวข้อเรื่องแล้วก็จัดสื่อการเรียนการสอนเหล่านั้นไว้เป็นหมวดหมู่ในกล่องที่เตรียมไว้ เพื่อนำไปทดลองหาประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐานที่ตั้งไว้

(9) หาประสิทธิภาพของชุดการสอน เพื่อเป็นการประกันว่าชุดการสอนที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพ ในการสอนผู้สร้างจำต้องกำหนดเกณฑ์ขึ้นโดยคำนึงถึงหลักการที่ว่า การเรียนรู้เป็นกระบวนการเพื่อช่วยให้การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนบรรลุผล

(10) การใช้ชุดการสอน เป็นขั้นนำชุดการสอนไปใช้ซึ่งจำเป็นต้องมีการตรวจสอบและปรับปรุงตลอดเวลา

เสาวณีย์ ศึกษบัณฑิต (2528 : 293) ได้กล่าวถึงการสร้างชุดการสอน ควรดำเนินการ ดังนี้

- (1) วิเคราะห์และกำหนดความต้องการ
- (2) กำหนดเป้าหมายและวัตถุประสงค์
- (3) ออกแบบองค์ประกอบของระบบ
- (4) วิเคราะห์แหล่งทรัพยากรที่ต้องการ ทั้งทรัพยากรที่มีอยู่และข้อจำกัด

(Resources and Constraints)

- (5) เลือก และ/หรือผลิตวัสดุเพื่อการสอน
- (6) ออกแบบประเมินผลการเรียนของผู้เรียน
- (7) ทดลองและปรับปรุงแก้ไข
- (8) นำไปใช้

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช (2533 : 495) ได้เสนอขั้นตอนในการสร้างชุดการเรียนการสอนไว้ดังนี้

ขั้นที่ 1 วิเคราะห์เนื้อหา ได้แก่ การกำหนดหน่วย หัวเรื่อง และมโนคติ

ขั้นที่ 2 การวางแผน วางแผนไว้ล่วงหน้า กำหนดรายละเอียด

ขั้นที่ 3 การผลิตสื่อการเรียน เป็นการผลิตสื่อประเภทต่าง ๆ ที่กำหนดไว้ในแผน

ขั้นที่ 4 หาประสิทธิภาพ เป็นการประเมินคุณภาพของชุดการเรียนการสอน โดยนำไปทดลองใช้ ปรับปรุงให้มีคุณภาพตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

วิชัย วงษ์ใหญ่ (2525 : 189 – 191) และฉลองชัย สุรวัฒนบุรณ (2528 : 190 – 200) ได้เสนอขั้นตอนการสร้างชุดกิจกรรมไว้ 3 ขั้นตอน คือ

(1) ขั้นวางแผนการดำเนินงาน (Planning) มีขั้นตอนดังนี้

(1.1) ศึกษาเนื้อหาสาระของวิชาทั้งหมดอย่างละเอียด ว่าสิ่งที่เรานำมาทำเป็นชุดกิจกรรมนั้น จะมุ่งเน้นให้เกิดหลักของการเรียนรู้อะไรบ้าง นำเนื้อหาสาระวิชาที่ได้ทำมาศึกษาวิเคราะห์ แล้วแบ่งเป็นหน่วยการเรียนรู้ ในแต่ละหน่วยนั้นจะประกอบด้วยหัวเรื่องย่อย ๆ ซึ่งเราต้องศึกษาพิจารณาให้ละเอียดชัดเจน เพื่อไม่ให้เกิดซ้ำซ้อนในหน่วยอื่น ๆ อันจะสร้างความสับสนให้กับผู้เรียนได้ และควรคำนึงถึงการแบ่งหน่วยการเรียนรู้ของแต่ละวิชานั้น ควรจะเรียงลำดับขั้นตอนของเนื้อหาสาระ ให้ถูกต้องว่าอะไรเป็นสิ่งที่จำเป็นที่ผู้เรียนจะต้องเรียนรู้ก่อนเป็นพื้นฐานตามลำดับ ขั้นตอนของความรู้และลักษณะธรรมชาติของวิชานั้น

(1.2) เมื่อศึกษาเนื้อหาสาระและแบ่งหน่วยการเรียนรู้ได้แล้ว จะต้องพิจารณาดัดสนใจอีกครึ่งหนึ่งว่า จะทำชุดกิจกรรมแบบใดโดยคำนึงถึงข้อกำหนดว่าผู้เรียนคือใคร จะให้อะไรกับผู้เรียน จะให้ทำกิจกรรมอย่างไร สิ่งเหล่านี้จะเป็นเกณฑ์ในการกำหนดการเรียน

(1.3) การกำหนดหน่วยการเรียนรู้ โดยประมาณเนื้อหาสาระที่เราจะสามารถถ่ายทอดความรู้แก่นักเรียนได้ตามชั่วโมงที่กำหนด โดยคำนึงถึงว่าเป็นหน่วยที่สนุกสนานเรียนรู้ให้ความชื่นบานแก่ผู้เรียน หาสื่อการเรียนได้ง่าย

(1.4) การกำหนดมโนคติ มโนคติที่เรากำหนดขึ้นจะต้องสอดคล้องกับหน่วยการเรียนรู้และหัวเรื่อง โดยสรุปแล้วคิดสาระหลักและเกณฑ์ที่สำคัญ เพื่อเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนให้สอดคล้องกัน

(1.5) การกำหนดจุดประสงค์ของการเรียนรู้จะต้องให้สอดคล้องกับมโนคติ โดยกำหนดเป็นจุดประสงค์เชิงพฤติกรรม ซึ่งหมายถึง ความสามารถของผู้เรียนที่แสดงออกมาให้เห็นได้ภายหลังจากการเรียนการสอนบทเรียนแต่ละเรื่องจบไปแล้ว โดยผู้สอนสามารถวัดได้ จุดประสงค์เชิงพฤติกรรมนี้ถ้าผู้สอนกำหนดหรือระบุให้ชัดเจนมากเท่าใด ก็ยิ่งทำให้ประสบความสำเร็จในการสอนมากเท่านั้น

(1.6) นำจุดประสงค์ของการเรียนรู้แต่ละข้อมาหา กิจกรรมการเรียนการสอน แล้วจัดลำดับกิจกรรมการเรียนการสอนให้เหมาะสมถูกต้องสอดคล้องกับจุดประสงค์ที่กำหนดไว้แต่ละข้อ

(1.7) เรียงลำดับกิจกรรมของแต่ละข้อเพื่อให้เกิดความกลมกลืนกับการเรียนการสอนและนำมาหลอมเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ขั้นที่สมบูรณ์

(1.8) สื่อการสอน คือ วัสดุอุปกรณ์และกิจกรรมการเรียนรู้ที่ครูและนักเรียนจะต้องกระทำ เพื่อเป็นแนวทางในการเรียนรู้ ซึ่งครูจะต้องจัดทำขึ้น และจัดหาไว้ให้เรียบร้อย

(1.9) การประเมินผล คือ การตรวจสอบดูว่าหลังการเรียนการสอนแล้ว ได้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามที่จุดประสงค์ของการเรียนรู้กำหนดไว้หรือไม่ การประเมินผลนี้จะใช้วิธีการใดก็ตามแต่จะต้องสอดคล้องกับจุดประสงค์ของการเรียนรู้ที่เราตั้งไว้ ถ้าการประเมินผลไม่ตรงตามจุดประสงค์ที่ตั้งไว้เมื่อใดความยุติธรรมก็จะไม่เกิดขึ้นกับผู้เรียน และไม่ตรงเป้าหมายที่กำหนดไว้การเรียนรู้สิ่งนั้นจะไม่เกิดขึ้น ชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นมาก็จะไม่มีคุณภาพ

(1.10) การทดลองใช้ชุดกิจกรรม การทดลองมี 3 ขั้นตอน คือ การทดลองรายบุคคล การทดลองเป็นกลุ่ม การทดลองกับห้องเรียนจริงหรือการทดลองภาคสนามตามลำดับ เพื่อหาประสิทธิภาพของชุดการเรียนโดยนำไปทดลองใช้กับกลุ่มเล็ก ๆ ดูก่อน แล้วตรวจหาข้อบกพร่องและปรับปรุงแก้ไขอย่างดี จึงนำไปทดลองใช้กับผู้เรียนทั้งชั้นหรือกลุ่มใหญ่

(2) ขั้นตอนการผลิต (Production Process) เป็นขั้นตอนการผลิตตามที่ได้วางแผนในขั้นที่ 1 โดยผู้ผลิตควรตรวจสอบความสอดคล้องของทุกขั้นตอน และควรควบคุมระยะเวลาในการผลิตให้เป็นไปตามแผนที่วางไว้

(3) ขั้นทดสอบประเมินผล (Developmental) หรือเพื่อการพัฒนา เมื่อผลิตชุดการเรียนแล้วจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องนำไปทดสอบหาประสิทธิภาพ เพื่อเป็นหลักประกันว่าชุดการเรียนนั้นมีคุณค่าที่จะนำไปสอน

จากขั้นตอนในการสร้างชุดกิจกรรมทั้งหมดนี้ ผู้วิจัยประมวลเป็นขั้นตอนในการสร้างชุดกิจกรรมการเรียนรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ได้ 3 ขั้นตอน คือ ขั้นที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐานเป็นการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทุกอย่าง เช่น หลักสูตร เนื้อหา แผนการจัดการเรียนรู้ วิธีสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลางโดยการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม พฤติกรรมสุขภาพของชาวเขา เป็นต้น ขั้นที่ 2 การสร้างชุดกิจกรรม เป็นขั้นลงมือสร้างชุดกิจกรรมประกอบด้วย คู่มือการใช้ชุดกิจกรรม แผนการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม และเครื่องมืวัดพฤติกรรม ขั้นที่ 3 การหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมระหว่างประสิทธิภาพของกระบวนการและผลลัพธ์ (E_1 / E_2) และการเปรียบเทียบดูพัฒนาการทางการเรียนของผู้เรียนด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

4.1.6 การหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม

ในการหาประสิทธิภาพชุดการสอนหรือชุดกิจกรรม มีผู้ให้ความหมายไว้หลายนัย ดังนี้ ไชยยศ เรืองสุวรรณ (2533 : 127) กล่าวว่า การหาประสิทธิภาพชุดการสอน คือ เป็นการประเมินหรือพิจารณาคุณค่าด้านต่าง ๆ ของสื่อ นั้น ๆ เพื่อจะได้แก้ไขปรับปรุงให้ได้ผลตามจุดมุ่งหมายก่อนที่จะนำสื่อ นั้นไปใช้ในระบบกระบวนการเรียนการสอน และเผยแพร่ต่อไป

อิทธิพร ศรียมก (2525 : 211) กล่าวว่า การประเมินผลสื่อการสอน คือ การตรวจสอบคุณภาพของสื่อการสอนนั้น ๆ ว่ามีคุณภาพดีเพียงใด ช่วยให้การเรียนการสอนบรรลุวัตถุประสงค์หรือไม่ ถ้าไม่ เป็นเพราะเหตุใด ข้อมูลที่ได้จากการประเมินผลสื่อการเรียนการสอนจะสามารถนำมาปรับปรุงสื่อการสอนให้มีคุณภาพต่อไป

บุญชม ศรีสะอาด (2533 : 23) กล่าวถึง การหาประสิทธิภาพของสื่อการสอนว่า เป็นการประเมินผลสื่อการสอนว่าสื่อการสอนมีคุณภาพ และมีคุณค่าหรือไม่ ในระดับใด

จิตติร ทองสุข (2541 : 22) กล่าวว่า การหาประสิทธิภาพของชุดการสอน เป็นการประเมินผลและพิจารณาคุณค่าของสื่ออย่างมีระบบก่อนนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพต่อไป

จากที่มีผู้ให้ความหมายดังกล่าว จึงพอสรุปได้ว่า การหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมหรือชุดการสอน เป็นการประเมินผลและพิจารณาคุณภาพของสื่อ นั้น ๆ ว่ามีคุณค่าหรือไม่ ในระดับใด โดยนำชุดกิจกรรมมาทดลองใช้ (Try out) เพื่อปรับปรุงแล้วนำไปสอนจริง (Trial run) เมื่อมีคุณภาพก็สามารถนำสื่อไปใช้ในกระบวนการเรียนการสอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4.1.6.1 ความสำคัญของการหาประสิทธิภาพชุดกิจกรรม

อิทธิพร ศรียมก (2525 : 246 – 252) กล่าวถึงความสำคัญที่จะต้องหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมไว้ดังนี้

- (1) เพื่อความมั่นใจว่าชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นมีคุณค่า
 - (2) เพื่อความแน่ใจว่าชุดกิจกรรมนั้นสามารถทำให้การเรียนการสอนบรรลุวัตถุประสงค์ได้อย่างแท้จริง
 - (3) ถ้าจะผลิตชุดกิจกรรมออกมาเป็นจำนวนมาก การทดสอบหาประสิทธิภาพจะเป็นหลักประกันว่าเมื่อผลิตออกมาแล้วจะได้ผล มิฉะนั้นจะเสียเงิน เสียแรง และเสียเวลา เพราะผลิตออกมาแล้วใช้ประโยชน์ไม่ได้เลย
- ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2523 : 490 - 491) ได้กล่าวว่า ในการผลิตระบบการดำเนินงานทุกประเภทจำเป็นต้องมีการตรวจสอบระบบนั้น เพื่อเป็นประกันว่าจะมีประสิทธิภาพตามที่มุ่งหวัง การทดสอบประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมมีความจำเป็นด้วยเหตุผลหลายประการ คือ
- (1) สำหรับหน่วยงานผลิตชุดกิจกรรม เป็นการประกันคุณภาพว่าอยู่ในขั้นสูงเหมาะสมที่จะลงทุนผลิตออกมาเป็นจำนวนมาก
 - (2) สำหรับผู้ใช้ชุดกิจกรรม ชุดกิจกรรมจะทำหน้าที่สอนโดยที่สร้างสภาพการเรียนรู้ให้ผู้เรียนเปลี่ยนพฤติกรรมตามที่มุ่งหวัง บางครั้งต้องช่วยครูสอน บางครั้งต้องสอนแทนครู (อาทิในโรงเรียนครูคนเดียว) ดังนั้น ก่อนนำชุดกิจกรรมไปใช้ครูจึงควรมั่นใจว่าชุดกิจกรรมนั้นมีประสิทธิภาพในการทำให้นักเรียนเกิดความรู้จริง การทดสอบประสิทธิภาพตามลำดับขั้นจะช่วยให้ได้ชุดกิจกรรมที่มีคุณค่าทางการสอนจริงตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้
 - (3) สำหรับผู้ผลิตชุดกิจกรรม การทดสอบหาประสิทธิภาพจะทำให้ผู้ผลิต

มั่นใจว่า เนื้อหาสาระที่บรรจุลงในชุดกิจกรรมเหมาะสมต่อการเข้าใจ อันจะช่วยให้ผู้ผลิตมีความชำนาญสูงขึ้น และเป็นการประหยัดแรงสมอง แรงงาน เวลา และเงินทองในการเตรียมต้นแบบ

จากคำกล่าวข้างต้น จะเห็นได้ว่าการสร้างชุดกิจกรรมมีความจำเป็นต้องหาประสิทธิภาพ เพื่อให้เกิดความมั่นใจ แน่ใจและเป็นหลักประกันว่าชุดกิจกรรมที่สร้างมีคุณค่าสามารถทำให้การเรียนบรรลุผลสำเร็จได้ตามที่ตั้งวัตถุประสงค์ไว้

4.1.6.2 การกำหนดเกณฑ์ประสิทธิภาพ

ในการหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมนั้น จำเป็นจะต้องมีเกณฑ์ในการประเมินประสิทธิภาพ จึงเกิดแนวคิดในการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการทดสอบประสิทธิภาพของชุดการเรียนหรือสื่อหลายแนวด้วยกัน บางแนวคิดใช้เกณฑ์พัฒนาการของผู้เรียนเป็นหลัก บางแนวคิดใช้เกณฑ์ความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการและผลลัพธ์โดยเฉลี่ย หรือบางแนวใช้เกณฑ์ความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทดสอบหลังเรียนโดยเฉลี่ยของผู้เรียนทั้งกลุ่มกับคะแนนทดสอบหลังเรียนโดยเฉลี่ยของผู้เรียนทั้งกลุ่มในแต่ละจุดประสงค์ (ปิยะพงษ์ สุริยะพรหม. 2546 : 77)

สำหรับการวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาพฤติกรรมของผู้เรียนเป็นหลักจึงได้เลือกใช้เกณฑ์ประสิทธิภาพ 2 เกณฑ์ คือ เกณฑ์พัฒนาการของผู้เรียน โดยการศึกษาพัฒนาการด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของผู้เรียน ก่อนและหลังเรียน และเกณฑ์ความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการและผลลัพธ์โดยเฉลี่ย ซึ่งการกำหนดเกณฑ์ประสิทธิภาพกระทำได้โดยการประเมินผลพฤติกรรมของผู้เรียน 2 ประเภท คือ พฤติกรรมต่อเนื่องและพฤติกรรมขั้นสุดท้าย โดยกำหนดค่าประสิทธิภาพเป็น E_1 คือ ประสิทธิภาพของกระบวนการ E_2 คือ ประสิทธิภาพของผลลัพธ์ ซึ่งคิดเป็นร้อยละของผลเฉลี่ยของคะแนนที่ได้ ดังนั้น E_1 / E_2 คือ ประสิทธิภาพของกระบวนการ / ประสิทธิภาพของผลลัพธ์ เช่น $90 / 90$ หมายความว่า เมื่อเรียนจากชุดกิจกรรมแล้ว ผู้เรียนจะสามารถจะสามารถทำแบบฝึกหัดหรืองานที่ผลเฉลี่ยร้อยละ 90 และทำแบบทดสอบหลังเรียนได้ผลเฉลี่ยร้อยละ 90 เป็นต้น การกำหนดเกณฑ์ E_1 / E_2 โดยปกติถ้าเนื้อหาที่เป็นความรู้ความจำมักจะตั้งไว้ 80/80 หรือ 85/80 หรือ 90/90 ส่วนเนื้อหาที่เป็นทักษะมักจะตั้งต่ำกว่านี้ เช่น 75/75 หรือการประเมินโดยไม่ต้องตั้งเกณฑ์ไว้ล่วงหน้า เป็นการประเมินประสิทธิภาพของสื่อด้วยการเปรียบเทียบผลการสอบของผู้เรียนภายหลังจากที่เรียนจากสื่อนั้นแล้ว (Post-test) ว่าสูงกว่าผลการสอบก่อนเรียน (Pre-test) อย่างมีนัยสำคัญหรือไม่ หากผลการเปรียบเทียบพบว่าผู้เรียนได้คะแนนสอบหลังเรียนสูงกว่าคะแนนสอบก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญก็แสดงว่า สื่อนั้นมีประสิทธิภาพ (ไชยยศ เรืองสุวรรณ. 2533 : 129 – 130)

สำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์ประสิทธิภาพไว้ที่ระดับ 80/80 ซึ่ง 80 ตัวแรก คือ ค่าประสิทธิภาพของกระบวนการเรียนการสอนจากชุดกิจกรรมคิดเป็นร้อยละ 80 ของคะแนนเฉลี่ยจากการทำแบบฝึกหัดระหว่างเรียนของแต่ละกิจกรรม

80 ตัวหลัง คือ ค่าประสิทธิภาพของการเรียนรู้ที่ผู้เรียนได้รับจากการเรียนด้วยชุดกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 80 ของคะแนนเฉลี่ยคิดจากการทำแบบทดสอบหลังเรียน

การหาค่า E_1 และ E_2 ใช้วิธีการคำนวณหาค่าร้อยละ โดยใช้สูตรต่อไปนี้
(เสาวณีย์ สิกขาบัณฑิต. 2528 : 295)

$$E_1 = \frac{\left(\frac{\Sigma X}{N} \right)}{A} \times 100$$

เมื่อ E_1 คือ ประสิทธิภาพของกระบวนการที่จัดไว้ในชุดกิจกรรมคิดเป็นร้อยละจากการทำแบบฝึกหัด และ/หรือกิจกรรมการประกอบการเรียนระหว่างเรียน

ΣX คือ คะแนนรวมจากการทำแบบฝึกหัด และ/หรือการประกอบกิจกรรมการเรียนระหว่างเรียน

A คือ คะแนนเต็มของแบบฝึกหัด และ/หรือกิจกรรมการเรียน

N คือ จำนวนผู้เรียน

$$E_2 = \frac{\left(\frac{\Sigma F}{N} \right)}{B} \times 100$$

เมื่อ E_2 คือ ประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (พฤติกรรมที่เปลี่ยนในตัวผู้เรียนหลังจากการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรม) คิดเป็นร้อยละจากการทำแบบทดสอบหลังเรียน และ/หรือประกอบกิจกรรมหลังเรียน

ΣF คือ คะแนนรวมของผู้เรียนจากการทำแบบทดสอบหลังเรียน และ/หรือการประกอบกิจกรรมหลังเรียน

B คือ คะแนนเต็มของการสอบหลังเรียน และ/หรือกิจกรรมหลังเรียน

N คือ จำนวนผู้เรียน

4.1.6.3 การยอมรับประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม มี 3 ระดับ คือ

(ฉลองชัย สุวัฒนบุรณ. 2528 : 215)

(1) สูงกว่าเกณฑ์ เมื่อประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมสูงกว่าที่ตั้งไว้ มีค่าเกินกว่าร้อยละ 2.5 ขึ้นไป

(2) เท่ากับเกณฑ์ เมื่อประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมเท่ากับเกณฑ์หรือสูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้แต่ไม่เกินร้อยละ 2.5

(3) ต่ำกว่าเกณฑ์ เมื่อประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมต่ำกว่าเกณฑ์ แต่ไม่ต่ำกว่าร้อยละ 2.5 ถือว่ายังมีประสิทธิภาพที่ยอมรับได้

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้เกณฑ์การยอมรับประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมที่ระดับกับความผิดพลาดร้อยละ ± 2.5 โดยแบ่งออกเป็น 3 ระดับ คือ

- (1) สูงกว่าเกณฑ์ เมื่อชุดกิจกรรมมีประสิทธิภาพตั้งแต่ 82.5/82.5 ขึ้นไป
- (2) เท่ากับเกณฑ์ เมื่อชุดกิจกรรมมีประสิทธิภาพ 80/80
- (3) ต่ำกว่าเกณฑ์ เมื่อชุดกิจกรรมมีประสิทธิภาพไม่ต่ำกว่า 77.5/77.5

4.1.6.4 การทดลองหาประสิทธิภาพ

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2523 : 494) กล่าวว่า การทดลองหาประสิทธิภาพของสื่อจะต้องนำสื่อไปทดลองใช้ (Try Out) เพื่อปรับปรุงแก้ไขแล้วนำไปทดลองสอนจริง (Trial Run) เพื่อนำผลที่ได้มาปรับปรุงแก้ไข เสร็จแล้วจึงดำเนินการผลิตเป็นจำนวนมาก หรือใช้สอนในชั้นเรียนตามปกติได้ การทดลองมีขั้นตอนดังนี้

(1) การทดลองแบบเดี่ยว หรือแบบหนึ่งต่อหนึ่ง (1 : 1) คือเป็นการทดลองครู 1 คน ต่อเด็ก 1 คน ให้ทดลองกับเด็กก่อนเสียก่อน ทำการปรับปรุงแล้วนำไปทดลองกับเด็กปานกลาง และนำไปทดลองกับเด็กเก่ง อย่างไรก็ตามหากเวลาไม่อำนวยและสภาพการณ์ไม่เหมาะสมก็ให้ทดลองกับเด็กอ่อนหรือปานกลาง ซึ่งให้เรียนรู้จากชุดกิจกรรมตั้งแต่ต้นจนจบ โดยปฏิบัติตามดังนี้

- (1.1) ตอบแบบทดสอบก่อนเรียน (Pre-test)
- (1.2) เรียนจากชุดกิจกรรมจนจบบทเรียน
- (1.3) ทำแบบฝึกหัดในบทเรียนไปพร้อมในขณะที่เรียน
- (1.4) ตอบแบบทดสอบหลังเรียน (Post-test)

จากนั้นนำผลที่ได้รับมาพิจารณาปรับปรุงส่วนที่เห็นว่าเป็นข้อบกพร่อง เช่น เนื้อหา สื่อต่าง ๆ แบบทดสอบต่าง ๆ ให้ดียิ่งขึ้น และนำผลที่ได้คำนวณหาประสิทธิภาพ เสร็จแล้วปรับปรุงให้ดีขึ้น โดยปกติคะแนนที่ได้จากการทดลองแบบเดี่ยวจะมีค่าต่ำกว่าเกณฑ์

(2) การทดลองแบบกลุ่มเล็กหรือ (1 : 10) เป็นการทดลองที่ครู 1 คน ต่อเด็ก 6 – 12 คน โดยให้เด็กคลุกกันทั้งเก่ง ปานกลางและอ่อน ห้ามทดลองกับเด็กอ่อนล้วนหรือเด็กเก่งล้วน จากนั้นดำเนินการเหมือนกับการทดลองแบบเดี่ยว แล้วนำผลที่ได้มาคำนวณหาประสิทธิภาพ แล้วปรับปรุงให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

(3) การทดลองภาคสนามหรือกลุ่มใหญ่ (1 : 100) เป็นการทดลองที่ครู 1 คน กับเด็กทั้งชั้น 30 – 40 คน (หรือ 100 คน สำหรับชุดการสอนรายบุคคล) ชั้นที่เลือกมาทดลองจะต้องมีนักเรียนคลุกกันทั้งเก่ง ปานกลาง และอ่อน โดยดำเนินการเหมือนกับการทดลองแบบเดี่ยวกับการทดลองแบบกลุ่มเล็ก เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองแล้วนำผลมาคำนวณหาประสิทธิภาพ แล้วปรับปรุงให้สมบูรณ์อีกครั้ง ผลลัพธ์ที่ได้ควรจะใกล้เคียงกับเกณฑ์ที่ตั้งไว้ หรือต่ำกว่าเกณฑ์ได้ไม่เกินร้อยละ 2.5 ก็ยอมรับ แต่ถ้าแตกต่างกันมากต้องกำหนดเกณฑ์ประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมใหม่โดยยึดหลักความเป็นจริง และในการทดลองครั้งนี้จะมีการวัดเกณฑ์พัฒนาการของผู้เรียนด้วยโดยจะหา

การทดสอบก่อนเรียนและทดสอบหลังเรียน (Pretest-Posttest) โดยใช้แบบทดสอบความรู้ แบบวัดเจตคติ และแบบวัดการปฏิบัติ เพื่อประเมินพัฒนาการทางการเรียนของผู้เรียน ซึ่งผลที่ได้ก็จะเป็นการรับประกันประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมอีกประการหนึ่งด้วย

4.1.7 การใช้ชุดกิจกรรม

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2520 : 31) ได้กล่าวว่า เมื่อชุดการสอนที่ได้ปรับปรุงและมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้แล้ว สามารถนำไปสอนผู้เรียนได้ตามประเภทของชุดการสอน (แบบบรรยาย แบบกลุ่ม และรายบุคคล) และระดับการศึกษา (ประถมศึกษา มัธยมศึกษา และอุดมศึกษา) โดยกำหนดขั้นตอนการใช้ ดังนี้

- (1) ให้ผู้เรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน เพื่อพิจารณาพื้นฐานความรู้เดิมของผู้เรียน (ใช้เวลาประมาณ 10 – 15 นาที)
- (2) ชี้นำเข้าสู่บทเรียน
- (3) ชี้นำประกอบกิจกรรมการเรียนรู้ (ขั้นสอน) ผู้สอนบรรยายหรือให้มีการแบ่งกลุ่มประกอบกิจกรรมการเรียนรู้
- (4) ชี้นำสรุปผลการสอน เพื่อสรุปมโนทัศน์ และหลักการที่สำคัญ
- (5) ทำแบบทดสอบหลังเรียน เพื่อดูพฤติกรรมการเรียนรู้ที่เปลี่ยนไปแล้ว

วิชัย วงษ์ใหญ่ (2525 : 192) ได้เสนอ การใช้ชุดกิจกรรมจะประสบความสำเร็จก็ต่อเมื่อมีการจัดสภาพแวดล้อมของห้องเรียนที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ และมีข้อควรคำนึงดังต่อไปนี้

- (1) ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียนอย่างแท้จริง
- (2) ให้นักเรียนมีโอกาสได้ทราบผลการกระทำทันทีจากกิจกรรมการเรียนการสอน
- (3) เสริมแรงนักเรียนจากประสบการณ์ที่เป็นความสำเร็จอย่างถูกจุดตามขั้นตอนการเรียนรู้
- (4) คอยชี้แนะแนวทางตามขั้นตอนในการเรียนรู้ตามที่ครูได้วิเคราะห์และกำหนดความสามารถพื้นฐานของนักเรียน

นอกจากนี้ รุ่งทิวา จักรกร (2527 : 90 – 91) ได้กล่าวถึงขั้นตอนการนำชุดกิจกรรมไปใช้ในการเรียนการสอน ดังนี้

- (1) การทดสอบก่อนเรียน เพื่อดูพฤติกรรมเบื้องต้นอันเป็นพื้นฐานการเรียนรู้
- (2) ชี้นำเข้าสู่บทเรียน เนื่องจากการนำเข้าสู่บทเรียนเป็นการสร้างแรงจูงใจให้ผู้เรียนกระตือรือร้น มีความต้องการที่จะเรียน ซึ่งขึ้นอยู่กับเทคนิคของผู้สอนด้วย ในการที่จะนำเข้าสู่บทเรียนให้เข้าใจ
- (3) ชี้นำประกอบกิจกรรม ครูต้องอธิบายให้นักเรียนเข้าใจในการทำกิจกรรมก่อนลงมือทำการสอน
- (4) สรุปบทเรียน ครูนำในการสรุปบทเรียน ซึ่งอาจทำได้โดยการถามหรือให้นักเรียนเล่าสรุปความเข้าใจ หรือทำกิจกรรมอื่นที่ทำให้แน่ใจว่านักเรียนได้เรียนรู้เนื้อหาหรือ

หลักการตามที่กำหนด

(5) ประเมินผลการเรียน โดยทำข้อสอบอีกครั้งหนึ่ง เพื่อประเมินดูว่านักเรียนบรรลุตามจุดประสงค์ที่กำหนดไว้หรือไม่ เพื่อจะได้ปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องของนักเรียนในกรณีที่ไม่ผ่านจุดประสงค์ที่กำหนดข้อใดข้อหนึ่ง ถ้านักเรียนผ่านจุดประสงค์หมดทุกข้อก็ให้เรียนก้าวหน้าต่อไป

สรุปแล้ว ในการนำชุดกิจกรรมไปใช้ในการเรียนการสอนให้ประสบความสำเร็จนั้น คือการจัดบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ โดยให้นักเรียนมีส่วนร่วม มีการเสริมแรง และมีครูคอยชี้แนะ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้มีขั้นตอนการนำชุดกิจกรรมไปใช้ในการเรียนการสอน ดังนี้ คือ ทดสอบก่อนเรียน ชี้นำเข้าสู่บทเรียน ขั้นตอนกิจกรรม สรุปบทเรียน และทดสอบหลังเรียน

4.1.8 คุณค่าและประโยชน์ของชุดกิจกรรม

ชุดกิจกรรมเป็นสื่อการสอนที่มีคุณค่าต่อระบบการสอน เพราะเป็นตัวช่วยให้เกิดการถ่ายทอดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ มีนักการศึกษาได้กล่าวถึงคุณค่าของชุดกิจกรรม ชุดการเรียนการสอน หรือชุดการสอนไว้หลายท่าน ดังนี้

แฮริสเบอร์เกอร์ (Harrisberger. 1973 : 201 – 205) ได้กล่าวถึงคุณค่าของชุดการเรียน ว่า

- (1) ผู้เรียนสามารถทดสอบตัวเองดูก่อนว่ามีความสามารถอยู่ในระดับไหน หลังจากนั้นก็จะเริ่มต้นเรียนในสิ่งที่เขาไม่รู้ ทำให้ไม่ต้องเสียเวลากลับมาเรียนในสิ่งที่ผู้เรียนรู้อยู่แล้ว
- (2) ผู้เรียนสามารถจะนำบทเรียนไปเรียนที่ไหนก็ได้ตามความพอใจ โดยไม่จำกัดในเรื่องของเวลา สถานที่
- (3) เมื่อเรียนจบแล้วผู้เรียนสามารถทดสอบตัวเองได้ทันทีเวลาไหนก็ได้ และได้ทราบผลการเรียนของตนเองทันทีเช่นกัน
- (4) ผู้เรียนจะมีโอกาสได้พบปะหารือกับผู้สอนมากขึ้น เพราะผู้เรียนเรียนด้วยตนเอง ครูก็มีเวลาให้คำปรึกษากับผู้มีปัญหาในขณะที่ใช้ชุดการเรียนด้วยตนเอง
- (5) ผู้เรียนจะได้เกรดอะไรนั้นขึ้นอยู่กับความสามารถของผู้เรียนหรือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนเอง
- (6) จะไม่มีคำว่าสอบตกสำหรับผู้ที่ไม่สำเร็จ แต่จะให้ผู้เรียนกลับไปศึกษาในเรื่องเดิมนั้นใหม่จนกว่าผลการเรียนจะได้มาตรฐานตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้

ชัยยงค์ พรหมวงศ์ (2520 : 34) ได้กล่าวถึงคุณค่าของชุดการสอนไว้ดังนี้

- (1) ช่วยให้ผู้สอนถ่ายทอดเนื้อหาและประสบการณ์ที่สลับซับซ้อนและมีลักษณะเป็นนามธรรมสูง เช่น การทำงานของเครื่องกล อวัยวะในร่างกาย การเติบโตของสัตว์ชั้นต่ำ ฯลฯ ซึ่งผู้สอนไม่สามารถถ่ายทอดด้วยการบรรยายได้ดี
- (2) ช่วยสร้างความสนใจของนักเรียนต่อสิ่งที่กำลังศึกษา เพราะชุดการสอนจะเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนของตนเองมากที่สุด

(3) เปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็น ฝึกการตัดสินใจแสวงหาความรู้ด้วยตนเองและการมีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม

(4) ช่วยสร้างความพร้อมและมั่นใจแก่ผู้สอน เพราะชุดการสอนผลิตไว้เป็นหมวดหมู่ สามารถหยิบไปใช้ได้ทันทีโดยเฉพาะผู้ที่ไม่ค่อยมีเวลาในการเตรียมการสอนล่วงหน้า

(5) ทำให้การเรียนการสอนของผู้เรียนเป็นอิสระจากอารมณ์ของผู้สอน ชุดการสอนสามารถทำให้ผู้เรียนเรียนได้ตลอดเวลา ไม่ว่าอาจารย์ผู้สอนจะมีสภาพหรือมีความคับข้องทางอารมณ์มากน้อยเพียงใด

(6) ช่วยให้การเรียนเป็นอิสระจากบุคลิกภาพของผู้สอน เพราะชุดการสอนบรรจุเนื้อหาและประสบการณ์ไว้แล้ว ครูที่พูดไม่เก่งจึงสามารถถ่ายทอดเนื้อหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ชม ภูมิภาค (2524 : 99 – 100) กล่าวถึงคุณค่าของชุดกิจกรรมหรือชุดการสอน ดังนี้

(1) ช่วยให้ครูไม่ต้องเสียเวลาคิดค้นมาก และเป็นวิธีอบรมครูประจำการเรื่องการดำเนินการสอนได้อีกประการหนึ่งด้วย

(2) ช่วยให้นักเรียนรู้จักมุ่งหมายของการเรียนชัดเจน ตลอดจนรู้วิธีการที่จะบรรลุจุดมุ่งหมายนั้น เป็นการเพิ่มพูนการสนใจในการเรียน นักเรียนได้เรียนรู้ด้วยการกระทำ

(3) ในการบริหารการศึกษา ทำให้การจัดการศึกษาเป็นไปอย่างมีกระบวนการ สามารถตรวจสอบคุณภาพการศึกษา ตรวจสอบผลการปฏิบัติหน้าที่ของครูได้

(4) ชุดกิจกรรมที่ดีต้องประกอบด้วยผลการเรียนรู้ทุกพิสัย คือ พุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย บรรดาสื่อก็ต้องมีหลายประเภท คือ ใช้สื่อประสมหลายอย่าง (Multimedia Approach) เพื่อสนองความแตกต่างระหว่างบุคคล และเพิ่มพูนความสมบูรณ์ให้แก่การรับรู้

(5) กำหนดบทบาทของครูและนักเรียนได้ชัดเจนว่าตอนใดใครจะทำอะไร อย่างไร ลดบทบาทในการสอนของครู นักเรียนได้ลงมือกระทำ ทำให้เกิดการเรียนแบบ सकิริยา (Active Learning)

(6) เป็นขบวนการเรียนรู้ที่ครบถ้วนในช่วงเวลาที่กำหนด นักเรียนรู้ผลการกระทำของตน เป็นการเสริมแรงการเรียนรู้ประการหนึ่ง

(7) ชุดกิจกรรมเป็นกระบวนการที่ครบทั้งระบบ เริ่มตั้งแต่จุดมุ่งหมาย กระบวนการสอน และการประเมิน

(8) ชุดกิจกรรมเกิดจากการนำเอาวิธีระบบเข้ามาใช้ ย่อมจะมีประสิทธิภาพเพราะได้ผ่านการทดลองหาประสิทธิภาพแล้ว โดยมีผู้ชำนาญทั้งเนื้อหาและวิธีการร่วมกันสร้างเป็นแม่แบบ และสามารถจะขยายชุดกิจกรรมไปได้อีก

กาญจนา เกียรติประวัติ (2524 : 174) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของชุดการเรียนไว้ดังนี้

(1) ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการสอนของครู ลดบทบาทในการบรรยายของครู

(2) ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการเรียนรู้ของนักเรียน เพราะสื่อประสม

(Multimedia) ที่ได้จัดไว้ในระบบเป็นการแปรเปลี่ยนกิจกรรมและช่วยรักษาระดับความสนใจของนักเรียนอยู่ตลอดเวลา

(3) เปิดโอกาสให้นักเรียนศึกษาด้วยตนเอง ทำให้มีทักษะในการแสวงหาความรู้ พิจารณาข้อมูลและฝึกความรับผิดชอบ การตัดสินใจ

(4) เป็นแหล่งความรู้ที่ทันสมัย และคำนึงถึงหลักจิตวิทยาการเรียนรู้

(5) ช่วยจัดปัญหาการขาดครู เพราะนักเรียนสามารถศึกษาด้วยตนเอง

(6) ส่งเสริมการศึกษานอกระบบ เพราะสามารถนำไปใช้ได้ตลอดเวลา และไม่จำเป็นต้องใช้เฉพาะในโรงเรียน

วาสนา ชาวหา (2525 : 138 – 140) ได้กล่าวถึงคุณประโยชน์ของชุดการเรียนรู้ไว้ว่า

(1) นักเรียนสามารถเรียนได้ตามลำพังเป็นกลุ่มหรือรายบุคคล โดยไม่ต้องอาศัยครูผู้สอนและเดินทางไปตามความสามารถของผู้เรียนในอัตราความเร็วของแต่ละคนโดยไม่ต้องกังวลว่าจะตามเพื่อไม่ทันหรือต้องเสียเวลาคอยเพื่อน

(2) นักเรียนสามารถนำไปเรียนที่ใดก็ได้ตามความสะดวก

(3) แก้ปัญหาการขาดแคลนครูได้ เป็นบางโอกาสอาจใช้ชุดการเรียนนี้กับนักเรียนเนื่องจากครูไม่เพียงพอ หรือมีความจำเป็นมาสอนไม่ได้

(4) ฝึกนักเรียนให้เรียนรู้โดยการกระทำที่นอกเหนือไปจากสภาพการณ์ในชั้นเรียนปกติที่ปฏิบัติอยู่เป็นประจำเป็นการสร้างประสบการณ์การเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียนอย่างกว้างขวาง และเป็นการเน้นกระบวนการการเรียนรู้ (Process) มากกว่าเนื้อหา

(5) มีการวัดผลของตนเองบ่อย ๆ ทำให้นักเรียนรู้การกระทำของตนเอง และสร้างแรงจูงใจ

จากคำกล่าวของนักการศึกษาข้างต้น สรุปคุณค่าและประโยชน์ของชุดกิจกรรมได้ว่าเป็นการช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการสอนของครูและการเรียนรู้ของนักเรียน ช่วยให้ผู้เรียนทุกคนประสบผลสำเร็จในการเรียนรู้ด้วยตนเอง ฝึกความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม แก้ปัญหาการขาดแคลนครู และชุดกิจกรรมยังส่งเสริมให้นักเรียนใช้ความสามารถตามต้องการของตน ทำให้ไม่เกิดความเบื่อหน่ายในการเรียนอีกด้วย

4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรม

4.2.1 งานวิจัยต่างประเทศ

มอริเบอร์ (Moriber. 1969 : 214 – 216) ได้ศึกษาเปรียบเทียบการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพ เรื่อง ทฤษฎีอะตอมและพันธเคมี ในระดับวิทยาลัยโดยใช้บทเรียนสำเร็จรูปกับการสอนตามปกติ กลุ่มทดลองสอนโดยใช้บทเรียนสำเร็จรูป กลุ่มควบคุมสอนแบบปกติ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สตรีกแลนด์ (Strickland. 1971 : 2510 - A) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลการสอนโดยใช้บทเรียนสำเร็จรูปกับการสอนแบบปกติในวิชา ชีววิทยาทั่วไป โดยแบ่งนักศึกษาออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มหนึ่งสอนโดยใช้บทเรียนสำเร็จรูป อีกกลุ่มหนึ่งสอนแบบปกติ ผลการศึกษาปรากฏว่านักศึกษา

กลุ่มที่สอนโดยใช้บทเรียนสำเร็จรูปมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มที่สอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

บรูซ (Bruce. 1972 : 429) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบวิธีสอนแบบใช้ชุดการเรียนการสอนกับการสอนแบบธรรมดา ซึ่งผลการวิจัยปรากฏว่า การสอนโดยใช้ชุดการเรียนการสอนได้ผลดีกว่าการสอนแบบธรรมดา ซึ่งผลการวิจัยลักษณะนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของอาร์มสตรอง (Armstrong. 1972 : 5669 – A) ซึ่งทำการวิจัยศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ภาษาฝรั่งเศสชนิดสื่อประสม (Multimedia Self Instruction Package) ผลการวิจัยปรากฏว่า นักเรียนที่เรียนจากชุดการเรียนการสอนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มที่เรียนด้วยการสอนวิธีบรรยายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บรอว์เลย์ (Brawley. 1975 : 4260) ได้ทำการศึกษาประสิทธิภาพการใช้ชุดการเรียนแบบสื่อประสม สอนเรื่อง การบอกเวลากับเด็กที่เรียนช้า กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มเด็กที่เรียนช้า โดยการทดสอบเรื่อง Time Appreciation Test, Stanford Achievement Test Primary Level มาใช้ Pre-test และ Post-test ผลปรากฏว่า กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดการเรียนบอกเวลาต่อเนื่องของบรอว์เลย์ (Brawley's Experimental Sequence on Time Telling) ซึ่งประกอบด้วยชุดอุปกรณ์และสื่อการสอน 12 ชุด ใช้เวลาสอน 15 วัน มีผลการเรียนดีกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้ใช้ชุดการเรียน

เอ็ดเวิร์ด (Edward. 1975 : 43) ได้กล่าวถึงการวิจัยของมหาวิทยาลัยอิลลินอยส์ทำการเปรียบเทียบผลการเรียนในเรื่อง “ประสบการณ์ในการสอนแบบจุลภาพ” โดยใช้ชุดการเรียนด้วยตนเองและได้รับคำแนะนำจากครูกับการใช้ชุดการเรียนด้วยตนเองโดยไม่ต้องมีผู้แนะนำ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาของมหาวิทยาลัยจำนวน 50 คน แบ่งเป็นกลุ่มละ 25 คน ผลการทดลองปรากฏว่าทั้ง 2 กลุ่ม มีผลการเรียนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ จากการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่าการเรียนด้วยตนเองไม่จำเป็นต้องอาศัยผู้แนะนำถ้าชุดการเรียนนั้นได้สร้างขึ้นอย่างถูกต้องตามกระบวนการแล้วผู้เรียนจะสามารถเรียนด้วยตนเองได้ดีเช่นกัน

เวบบ์ และ โฮวาร์ด (Web and Howard. 1977 : 356) กล่าวถึงผลการวิจัยการเรียนเป็นรายบุคคลที่ทำที่รัฐโอริโซนา โดยสุ่มตัวอย่างจากนักเรียนในระดับเกรด 6 ใน 52 โรงเรียน และได้ทำการ Pre-test วิชาคณิตศาสตร์และความเข้าใจภาษา หลังจากนั้นจึงให้เรียนเป็นรายบุคคล รวมเวลาครึ่งปีการศึกษา ผลปรากฏว่าการเรียนเป็นรายบุคคลเป็นที่น่าพอใจของครู ผู้ปกครอง และนักเรียนเป็นส่วนใหญ่และนักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ในการเรียนรู้สูงขึ้นทั้งวิชาคณิตศาสตร์และความเข้าใจภาษา

วิลสัน (Wilson. 1989 : 416) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการวิเคราะห์ผลการใช้ชุดการสอนครู เพื่อแก้ปัญหาในการเรียนของเด็กเรียนช้าด้านคณิตศาสตร์เกี่ยวกับการบวก การลบ ผลการวิจัยพบว่าครูผู้สอนยอมรับว่าการใช้ชุดการสอนมีผลดีมากกว่าการสอนตามปกติอันเป็นวิธีการหนึ่งที่ช่วยให้ครูสามารถแก้ปัญหาการสอนที่อยู่ในหลักสูตรคณิตศาสตร์สำหรับเด็กเรียนช้า

4.2.2 งานวิจัยในประเทศ

สุนีย์ เหมะประสิทธิ์ (2533 : 181 – 182) ได้ทำการพัฒนาชุดการเรียนการสอน เพื่อแก้ไขข้อบกพร่องในการแก้โจทย์ปัญหาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ผลการวิจัยพบว่า ในสภาพรวมชุดการเรียนการสอนเพื่อแก้ไขข้อบกพร่องในการแก้โจทย์ปัญหา คณิตศาสตร์มีประสิทธิภาพ คือ สอดคล้องกับเกณฑ์พัฒนาการของผู้เรียน และนักเรียนที่ผ่านการ ฝึกด้วยชุดการเรียนการสอนนี้มีความคงทนในการเรียนรู้ ส่วนชุดการเรียนย่อยทั้ง 3 ชุด ต่างมี ประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่กำหนด

ไพฑูรย์ ปลอดอ่อน (2537 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยการสร้างชุดการสอน เรื่อง ไฟฟ้า กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผลการศึกษาพบว่า ชุดการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน 93.83/91.77 ผลการทดสอบ หลังเรียนของกลุ่มทดลองสูงกว่าการทดสอบก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ประภาพรรณ เกตุศร (2539 : 34) ได้ทำการศึกษาประสิทธิภาพของชุดการเรียนการสอน สำหรับเรียนด้วยตนเองวิชาคณิตศาสตร์ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เรื่อง ร้อยละ พบว่า ชุดการเรียนการสอนสำหรับเรียนด้วยตนเองมีประสิทธิภาพที่ระดับนัยสำคัญ .01

เสริมศรี สงเนียม (2539 : 50 – 51) ได้พัฒนาชุดการสอน เรื่อง “การแกะสลัก” สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียน วัดสุทธิสะอาด เขตมีนบุรี สังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 30 คน ซึ่งได้โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย ผลการทดลองพบว่าชุดการสอนมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน 90/90

นุชลดา ส่องแสง (2540 : 73) ได้ทำการวิจัยการสร้างชุดการเรียนการสอนวิชา คณิตศาสตร์ เรื่อง การบวก การลบ ในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า ชุดการเรียนการสอนมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80/80 และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของกลุ่มทดลองภายหลังได้รับการ สอนด้วยชุดการเรียนการสอนสูงกว่าก่อนได้รับการสอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุภาพ ศิลปาวาที (2540 : 55) ได้พัฒนาชุดการสอน เรื่อง การตรวจซ่อม เครื่องใช้ไฟฟ้าภายในบ้าน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการทดลองพบว่า ชุดการสอนทั้ง 3 ชุดมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน 90/90 ดังนี้ 93.79/92.43 92.40/92.10 และ 92.35/91.10 รวมเฉลี่ยทั้ง 3 ชุด เท่ากับ 93/92 เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด

จิตติร ทองสุข (2541 : บทคัดย่อ) ได้พัฒนาชุดการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ ชีวิต เรื่อง ศิลปวัฒนธรรม สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผลการวิจัยพบว่า ชุดการสอนทั้ง 3 ชุดมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่กำหนด คือ 93.35/90.00 91.65/92.30 และ 92.50/90.70 รวม เฉลี่ยทั้ง 3 ชุด มีประสิทธิภาพ 92.50/91.10 และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนหลังการเรียน จากชุดการสอนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุรรัตน์ ไผ่พงสาวงค์ (2543 : 97 – 98) ได้ทำการวิจัยการพัฒนาชุดกิจกรรม คณิตศาสตร์ที่ใช้การจัดการเรียนการสอนแบบ CIPPA MODEL เรื่อง เส้นขนานและความคล้าย

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการวิจัยพบว่ามีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80/80 และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนที่ได้รับการสอนโดยชุดกิจกรรมคณิตศาสตร์ที่ใช้การจัดการเรียนการสอนแบบ CIPPA MODEL สูงกว่าก่อนได้รับการสอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ปิยะพงษ์ สุริยะพรหม (2546 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยการพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้แบบ 4 MAT เรื่อง ป่าชุมชน เพื่อส่งเสริมเจตคติต่อการอนุรักษ์ป่าชุมชนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยเน้นการจัดการกิจกรรมการเรียนการสอนแบบบูรณาการ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้แบบองค์รวม ผลการวิจัย พบว่า ชุดกิจกรรมการเรียนรู้แบบ 4MAT เรื่อง ป่าชุมชน มีประสิทธิภาพสูงกว่าตามเกณฑ์ที่กำหนด คือ 84.02/81.14 นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้แบบ 4MAT เรื่อง ป่าชุมชน มีเจตคติต่อการอนุรักษ์ป่าชุมชนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง ป่าชุมชน หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดการสอน ชุดการเรียนการสอน ชุดกิจกรรม ที่กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า การเรียนการสอนที่ใช้ชุดกิจกรรมเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนได้ศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ตามความสามารถของแต่ละบุคคล มีอิสระในการคิด ทำให้สามารถสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง สามารถเพิ่มประสิทธิภาพการสอนของครูและเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ของนักเรียน ทำให้นักเรียนมีความกระตือรือร้น มีความสนใจและมีเจตคติที่ดีต่อการเรียน ส่งผลทำให้มีความรู้ดีขึ้น

ด้วยเหตุดังกล่าวทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะพัฒนาชุดกิจกรรมกลุ่มสุขศึกษาและพลศึกษา ที่เน้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการดำเนินการเรียนการสอนครั้งนี้

5. เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับชาวเขา

5.1 เอกสารเกี่ยวกับชาวเขา

ชาวเขาเป็นชนกลุ่มน้อยที่รวมตัวเป็นกลุ่ม ๆ ตามเชื้อสาย เผ่าพันธุ์ มีขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรม ตลอดจนภาษาของตนเอง ซึ่งแตกต่างไปจากชนส่วนใหญ่ในประเทศ อาศัยกระจัดกระจายอยู่ตามพื้นที่สูงบนภูเขาในภาคเหนือ และภาคตะวันตกของประเทศไทย มีทั้งหมดประมาณ 20 เผ่า แต่จะมีเพียงเผ่าใหญ่ ๆ คือ กะเหรี่ยง แม้วหรือม้ง มูเซอ ลีซอ อีเก้อ และเย้าเท่านั้น ที่มีความสำคัญ และก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ อันส่งผลกระทบต่อความมั่นคงของชาติ จนกระทั่งรัฐได้เล็งเห็นความสำคัญในเรื่องชาวเขา จึงได้กำหนดนโยบายเพื่อพัฒนาชาวเขาไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 5 และต่อเนื่องมาโดยตลอด โดยมุ่งลดอัตราเพิ่มของประชากรชาวเขาลง ส่งเสริมสนับสนุนให้เป็นพลเมืองไทยที่ดีมีคุณภาพ ช่วยเหลือตนเองได้ พัฒนารายได้ การประกอบอาชีพ การศึกษา สุขภาพอนามัยให้ดีขึ้น ตลอดจนปลูกฝังทัศนคติ ค่านิยม ความเป็นไทยแก่ชาวเขา เพื่อความมั่นคงของประเทศ (ชลิดา เกษประดิษฐ์. 2545 : 76)

5.1.1 ความเป็นมาของชาวเขา

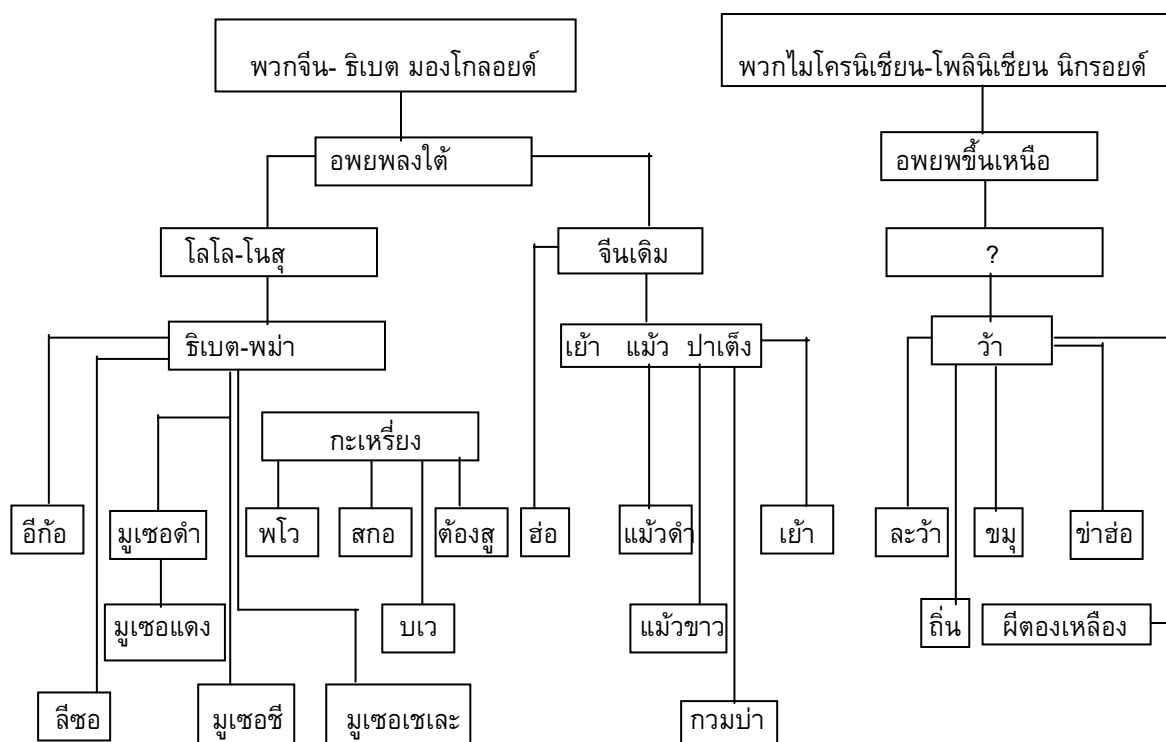
ถ้าหากจะพิจารณาระยะเวลาของการอพยพเข้ามาอาศัยในประเทศไทยแล้วก็อาจแบ่งชาวเขาในภาคเหนือของประเทศไทยออกเป็นสองพวกด้วยกัน คือ ชนชาติที่เข้ามาอาศัยอยู่ในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ก่อนชาติไทย ซึ่งได้แก่พวกเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และชนชาติซึ่งอพยพจากพม่า จีน และลาว เข้ามาอาศัยในภาคเหนือของประเทศไทยในช่วงระยะเวลาหนึ่งศตวรรษที่ผ่านมา ซึ่งได้แก่ชาวเขาในตระกูลทิเบต-พม่า และจีนเดิม (ขจิตภัย บุรุษพัฒน์. 2518? : 3; อ้างอิงจาก มนัส ชันทรทัตบำรุง. 2508 : 29)

ก่อนที่จะชนชาติไทยน้อย ไทยใหญ่ และลาว จะอพยพมาอาศัยอยู่ในเอเชียอาคเนย์เจ้าของถิ่นเดิมของภูมิภาคนี้ได้แก่ชนชาติในตระกูล มอญ-เขมร หลังจากนั้นพวกเจ้าของถิ่นเดิมดังกล่าวได้ถูกกลืนชาติไปบ้าง บางพวกได้อพยพไปทางตะวันออกเฉียงใต้ และมีบางพวกได้อพยพหลบหนีเข้าไปอาศัยอยู่ตามป่าเขา ชนพวกหลังนี้เองได้แก่ชาวเขาในตระกูลเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ชาวเขาในภาคเหนือซึ่งสืบเชื้อสายจากตระกูลนี้ได้แก่ พวกกะว้า ขมุ ถิ่น ผีตองเหลือง และชาวฮ่อ กล่าวอีกนัยหนึ่งชาวเขาในตระกูลเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ได้เข้ามาอาศัยอยู่ในบริเวณเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ก่อนชนชาติไทย เมื่อประมาณ 2,000 ปีล่วงมาแล้ว

ชาวเขาพวกที่สองซึ่งอพยพมาจากพม่า จีน ลาว เข้ามาอาศัยอยู่ในภาคเหนือของประเทศไทยภายหลังพวกเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ได้แก่ ชาวเขาในตระกูลทิเบต-พม่า และจีนเดิม พวกแรกได้รับอิทธิพลของชาวทิเบตเป็นส่วนมาก ส่วนพวกหลังมีคุณสมบัติโดยทั่วไปคล้ายคลึงกับชนชาติจีนอยู่มีใช้น้อย ถิ่นที่อยู่ดั้งเดิมของชาวเขาในตระกูลทิเบต-พม่า ได้แก่ ดินแดนในตอนเหนือของพม่า และไทย สำหรับชาวเขาในตระกูลจีนดั้งเดิมนั้นเคยตั้งรกรากทำมาหากินอยู่ในมณฑลไกวเจา ยูนนาน ฮุนหน่า และกวางสีในประเทศจีน ชาวเขาเหล่านี้ได้อพยพลงใต้ผ่านตั้งเกี้ยว ลาว พม่า เข้ามาอาศัยอยู่ในภาคเหนือของประเทศไทย เมื่อประมาณ 100 ปีมานี้เอง (ขจิตภัย บุรุษพัฒน์. 2518? : 4; อ้างอิงจาก ครุฑ บุญยสิงห์. 2509 : 2)

กล่าวโดยสรุปแล้วชาวเขาในประเทศไทยแบ่งออกเป็นสองพวก คือ พวกที่อาศัยอยู่ในอาณาบริเวณนี้มาก่อนชนชาติไทย กับพวกที่เพิ่งอพยพเข้ามาสู่ประเทศไทยเมื่อประมาณ 100 ปี ที่ผ่านมานี้เอง การแบ่งชาวเขาเป็นสองพวกเช่นนี้เป็นการพิจารณาในแง่ระยะเวลาการอพยพเข้าสู่ประเทศไทย

แผนภูมิการสืบเชื้อสายเผ่าพันธุ์ของชาวเขาในภาคเหนือของประเทศไทย



หมายเหตุ : ? หมายความว่ายังเป็นที่ยังสงสัยอยู่ว่าเป็นเชื้อสายเผ่าพันธุ์อะไร

ภาพประกอบ 16 การสืบเชื้อสายเผ่าพันธุ์ของชาวเขาในภาคเหนือของประเทศไทย

ที่มา : ขจัดภัย บุรุษพัฒน์. (2518?). ชาวเขา. หน้า 5. (อ้างอิงจาก Gordon Young. 1962. p. 7.)

5.1.2 ลักษณะเฉพาะของชาวเขาแต่ละเผ่า (ธงชัย สาระกุล. 2541 : 15 – 18)

กะเหรี่ยง เป็นชาวเขาเผ่าที่ใหญ่ที่สุดในประเทศไทย โดยรวมตัวกันอยู่หนาแน่นในพื้นที่ป่าเขาทางทิศตะวันตกของประเทศไทยตามบริเวณชายแดนไทย-พม่า นักมานุษยวิทยาได้จัดชาวกะเหรี่ยงอยู่ในกลุ่มภาษาพม่า-ธิเบต ชาวกะเหรี่ยงมักตั้งถิ่นฐานตามบริเวณหุบเขาในระดับสูงประมาณ 500 เมตร เหนือระดับน้ำทะเล ดำรงชีพด้วยการปลูกข้าวและพืชผักต่าง ๆ โดยการทำนาค้า และการทำไร่แบบหมุนเวียน (กลับมาทำที่เดิมทุก 5 – 10 ปี) นอกจากนี้ยังมีการเลี้ยงหมู ไก่ วัว ควายและช้าง เพื่อเป็นอาหาร หรือทำพิธีกรรม หรือขาย และรับจ้างใช้แรงงาน

ครอบครัวกะเหรี่ยง ยึดถือการสืบเชื้อสายถ่ายทอดมาทางฝ่ายหญิงเป็นหลัก เมื่อมีการแต่งงานเกิดขึ้น ฝ่ายชายจะย้ายไปอาศัยอยู่ในครอบครัวของฝ่ายหญิง ลักษณะครอบครัวเป็นครอบครัวเดี่ยว และถือระบบผัว-เมียเดียว ส่วนใหญ่นับถือลัทธิบูชาผี นอกนั้นนับถือศาสนาพุทธและ

คริสต์ ขึ้นอยู่กับสภาพความสัมพันธ์กับชุมชนพื้นราบ

แม้ว หรือ ม้ง เป็นชาวเขาเผ่าที่มีการกระจายตัวมากที่สุด มีจำนวนประชากรมากเป็นอันดับสอง มีภูมิลำเนาอยู่ในภาคเหนือ นักมานุษยวิทยาได้จัดชาวแม้วอยู่ในกลุ่มภาษาจีน ชาวแม้วจะอาศัยอยู่ในเทือกเขาที่ระดับสูงประมาณ 1,000 – 1,200 เมตร เหนือระดับน้ำทะเล ทำให้ต้องทำการเพาะปลูกแบบไร่เลื่อนลอย โดยปลูกข้าวเพื่อบริโภค ปลูกข้าวโพดเพื่อเลี้ยงสัตว์ และแต่เดิมปลูกฝิ่นเพื่อเป็นรายได้

ลักษณะครอบครัวของชาวแม้วเป็นครอบครัวขยาย และยอมรับการที่สามีมีภรรยาได้หลายคน ครอบครัวของชาวแม้วเป็นหน่วยทางสังคมที่มีความสำคัญมาก ทั้งในทางเศรษฐกิจและสังคม ชาวแม้วมีการถือลำดับวงศ์ตระกูล (แซ่) และให้ฝ่ายชายเป็นใหญ่ในครอบครัว ตลอดจนการบูชาบรรพบุรุษเหมือนชาวจีน

เย้าหรือเมี่ยน มีถิ่นกำเนิดอยู่ตอนใต้ของจีน ซึ่งสามารถพบเข้าได้ทั้งทางใต้จีน เวียดนาม ลาว พม่า และภาคเหนือของประเทศไทย ชาวเย้าเป็นชนชาติในกลุ่มภาษาจีน มักจะอาศัยอยู่บนที่สูงประมาณ 1,000 เมตร เหนือระดับน้ำทะเล จึงทำให้มีการเพาะปลูกแบบไร่เลื่อนลอย ปลูกข้าว ข้าวโพด พืชผักต่าง ๆ และฝิ่น เพื่อบริโภคและทำรายได้ นอกจากนี้ยังมีการเลี้ยงสัตว์ด้วย

ลักษณะครอบครัวของชาวเย้าเป็นครอบครัวขยาย และยอมรับการที่สามีมีภรรยาได้หลายคน มีการนับถือลำดับวงศ์ตระกูล (แซ่) บูชาบรรพบุรุษเช่นเดียวกับชาวจีน นอกจากนั้นเนื่องจากในระบบการผลิตของชาวเย้ามีความต้องการแรงงานมาก จึงมีการรับเอาลูกบุญธรรมมาเลี้ยงไว้ในครอบครัว โดยที่เด็กนั้นอาจเป็นคนต่างเผ่าก็ได้ ชาวเย้ารับเอาวัฒนธรรมต่าง ๆ ของชาวจีนไว้ รวมถึงภาษาเขียน วรรณคดี ตลอดจนลัทธิความเชื่อถือ และวิธีปฏิบัติต่าง ๆ

อีเก้อหรืออาฮา มีถิ่นฐานอยู่ในเขตพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย ลำปาง ตาก กำแพงเพชร และแพร่ และยังมีการอพยพเข้ามาจากประเทศพม่าอยู่เรื่อย ๆ ชาวอีเก้อจัดอยู่ในกลุ่มภาษาพม่า-ธิเบต มักตั้งถิ่นฐานอยู่ในที่สูงประมาณ 1,000 เมตร เหนือระดับน้ำทะเล ไร่เลื่อนลอย เช่นเดียวกับชาวเขาเผ่าอื่นที่อยู่สูง ครอบครัวชาวอีเก้อเป็นครอบครัวขยายสามีมีภรรยาได้หลายคน อำนาจในครอบครัวเป็นของฝ่ายชาย มีความเชื่อในลัทธิบูชาผีที่เข้มงวดมาก มีระเบียบวิถีทางสังคมซับซ้อน ประกอบกับวัฒนธรรมประเพณีของชาวอีเก้อยากที่จะสามารถเปลี่ยนแปลง และปรับให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่กำลังเปลี่ยนแปลงไป

มูเซอหรือลาฮู เชื่อว่ามีต้นกำเนิดอยู่บริเวณที่ราบสูงธิเบต และได้อพยพเข้ามาอยู่แถบประเทศจีน พม่า ลาว และไทย ชาวมูเซอในประเทศไทยแบ่งออกเป็นหลายกลุ่ม เช่น มูเซอแดง มูเซอเหลือง มูเซอดำ ฯลฯ ชาวมูเซอถูกจัดไว้ในกลุ่มภาษาพม่า-ธิเบต หมู่บ้านมูเซอมักตั้งอยู่บนที่สูงประมาณ 1,000 เมตร เหนือระดับน้ำทะเล ดังนั้นจึงมีอาชีพเพาะปลูกแบบไร่เลื่อนลอย นอกจากข้าวและข้าวโพดแล้ว ชาวมูเซอบางส่วนยังปลูกฝิ่นเป็นพืชรายได้ ลักษณะครอบครัวของชาวมูเซอเป็นแบบครอบครัวเดี่ยวและถือระบบผัว-เมียเดียว การสืบสายสกุลนั้นไม่ถือระบบเคร่งครัด หากมีการแต่งงานเกิดขึ้น ฝ่ายชายอาจต้องไปอาศัยอยู่กับครอบครัวฝ่ายหญิงระยะเวลาหนึ่งเพื่อเป็น

การตอบแทนต่อฝ่ายหญิง การนับถือและความเชื่อของชาวมูเซอ นั้น ถ้าเป็นมูเซอแดงและมูเซอดำ ส่วนใหญ่นับถือการบูชาผี ส่วนมูเซอเหลืองนับถือศาสนาคริสต์

ลีซอหรือลีซู มีถิ่นกำเนิดอยู่ในประเทศจีนตอนใต้ จึงมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับชาวจีนมากในประเทศไทยแบ่งชาวลีซอออกเป็น 2 กลุ่มใหญ่ ๆ คือ ลีซอจีนกับฮั่นลีซอ และลีซอแท้ อย่างไรก็ตามชาวลีซออยู่ในกลุ่มภาษาพม่า-ธิเบต การตั้งถิ่นฐานของชาวลีซอมักมีลักษณะพิเศษกว่าชาวเขาเผ่าอื่น ซึ่งมักมองดูคล้าย ๆ กับป้อมปราการ และอยู่ในระดับสูง ตั้งแต่ 1,000 เมตรเหนือระดับน้ำทะเลขึ้นไป ทำการเพาะปลูกแบบไร่เลื่อนลอย เป็นที่สังเกตว่าถึงแม้ชาวลีซอจะนิยมปลูกฝิ่นเพื่อรายได้ แต่พบว่าชาวลีซอติดฝิ่นน้อยมาก นอกจากนี้ชาวลีซอยังได้ชื่อว่าเป็นพ่อค้าแห่งขุนเขาอันเนื่องมาจากชาวลีซอนอกจากทำไร่แล้ว ยังค้าขายสินค้าระหว่างชุมชนชาวเขาต่าง ๆ ด้วย

ลัวะหรือละว้า เป็นชนชาติดั้งเดิมที่อาศัยอยู่ตามบริเวณลุ่มน้ำสาละวิน และแม่น้ำโขง นักมานุษยวิทยาจัดชาวลัวะอยู่ในกลุ่มภาษามอญ-เขมร ชาวลัวะจะอาศัยอยู่ทั้งในที่สูงมาก ๆ และบริเวณหุบเขาที่ราบลุ่ม ทำการเพาะปลูกข้าวนาดำ และทำไร่แบบหมุนเวียนเหมือนกับชาวกะเหรี่ยง ระบบครอบครัวของชาวลัวะ เป็นระบบครัวเดี่ยวถึระบบผัว-เมียเดี่ยว และยึดถือการสืบสายตระกูลทางฝ่ายทางฝ่ายชายแบบไม่เคร่งครัดนัก มีลัทธิความเชื่อบูชาผีและบรรพบุรุษผสมผสานไปกับศาสนาพุทธ

ถิ่น ชาวกินคือ ชาวลัวะหรือละว้าที่อาศัยอยู่ในบริเวณชายแดนไทย-ลาว ในจังหวัดน่าน เชียงใหม่ และเพชรบูรณ์ ในปัจจุบันได้มีการผสมผสานกลมกลืนกับชาวไทยและรับเอาระเบียบวิธีชีวิตของชาวไทยไปรวมกันจนยากที่จะสามารถแยกแยะความแตกต่างของชนชาวไทยโดยทั่วไปได้ นอกจากสังเกตดูลักษณะบ้านเรือน รูปแบบการทำไร่และภาษาพูดในหมู่บ้านเท่านั้น

ขมุ ชาวมุมีถิ่นฐานอยู่ตามบริเวณลุ่มแม่น้ำโขงตลอดชายแดนไทย – ลาว ในจังหวัดน่าน เชียงราย ชาวมุมีการย้ายถิ่นฐานและนิยมการไปรับจ้างเผ่าอื่น ๆ อยู่เสมอมา โดยเฉพาะชาวไทย จนปัจจุบันมีวิถีชีวิตคล้ายคนไทยมาก นอกจากภาษาและประเพณี และพิธีกรรมบางอย่างที่แตกต่างออกไป

ตองซุ ชนเผ่าตองซุ จัดเป็นสาขาย่อยของเผ่ากะเหรี่ยง มีวัฒนธรรม การแต่งกาย สำเนียงภาษาที่มีลักษณะเฉพาะของชนเผ่า อาศัยอยู่ในสองจังหวัด คือ เชียงราย และแม่ฮ่องสอน

ผีตองเหลือง ผีตองเหลืองเรียกชื่อเชื้อชาติของตนเองว่า “มาลาปรี” มีความหมายว่าคนป่า คำว่า “ผีตองเหลือง” เป็นชื่อเรียกของชาวบ้านทางภาคเหนือที่ใช้เรียกชื่อชนกลุ่มนี้ เพราะชนกลุ่มนี้มีพฤติกรรมเร่ร่อนเสาะหาแหล่งอาหารโดยการล่าสัตว์และเก็บพืชผลตามที่แตกต่างกัน การสร้างที่พักอาศัยจะเป็นที่พักอาศัยในระหว่างพื้นที่หาอาหาร เมื่อแหล่งที่อยู่อาศัยนั้นมีอาหารไม่เพียงพอ ก็จะย้ายไปอยู่ที่อื่น ชาวบ้านแถบนั้นเคยพบเห็นชนกลุ่มนี้ตั้งแต่เริ่มสร้างที่อยู่อาศัยและสังเกตว่าเมื่อไปตองเหลืองแห่งชนกลุ่มนี้ก็ย้ายหนีไป หากเจอชนกลุ่มอื่นไม่น่าไว้ใจก็จะหลบหนีทันที ชาวบ้านจึงตั้งชื่อว่า ผีตองเหลือง ผีตองเหลืองจัดอยู่ในกลุ่มชาวมอญ-เขมร มักพบในเขตอำเภอวังแก้ว จังหวัดแพร่

สรุปชาวเขามีหลายเผ่า เผ่าที่ใหญ่อันดับหนึ่งคือ กะเหรี่ยง รองลงมาเป็นอันดับสองคือ ม้งหรือแม้ว และรองลงมา คือ เย้า ชาวเขาอาศัยอยู่ในประเทศไทยในภาคเหนือ ชายแดนด้านตะวันตกของภาคกลาง และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (จังหวัดเลย) อยู่ในระดับความสูงตั้งแต่ 500 – 1,200 เมตร เหนือระดับน้ำทะเล นักมานุษยวิทยา แบ่งชาวเขาออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มภาษาพม่า –ธิเบต กลุ่มภาษาจีน และกลุ่มภาษามอญ – เขมร ซึ่งแต่ละเผ่าจะมีการแต่งกาย ภาษาพูด และวัฒนธรรมแตกต่างกันออกไป ครอบครัวของชาวเขามีอยู่สองแบบ คือ แบบครอบครัวเดี่ยว (Nucleus Family) และครอบครัวผสม (Extended Family) ทั้งสองแบบนี้อาจจะเป็นในรูปผัว-เมียเดี่ยว (Monogamy) หรือผัวเดี่ยวเมียหลายคน (Polygamy) ก็ได้ มีการทำเกษตรกรรมคือ ทำไร่ ทำนา ปลูกพืชผักและเลี้ยงสัตว์ไว้เป็นอาหารอีกด้วย มีการนับถือศาสนาพุทธและคริสต์ มีลัทธิความเชื่อเกี่ยวกับการบูชาผีและบรรพบุรุษ ปัจจุบันมีบางเผ่าที่ได้มีการผสมผสานกลมกลืนกับชาวไทยและรับเอาระเบียบวิธีชีวิตคล้ายคนไทยมาก นอกจากภาษา ประเพณี และพิธีกรรม บางอย่างที่แตกต่างออกไปเท่านั้น

5.1.3 การสาธารณสุข

เพราะเหตุที่ดำเนินชีวิตอยู่ในท้องถิ่นทุรกันดาร ขาดแคลนอาหาร น้ำและยารักษาโรค ตลอดจนความรู้ด้านสาธารณสุข ชาวเขาโดยทั่วไปจึงมีอายุสั้นกว่าพลเมืองไทยในที่ลุ่ม นอกจากนั้นหลายรายยังเสี่ยงภัยประกอบอาชีพปลูกและขนฝิ่น และกลายเป็นเหยื่อยาเสพติดอย่างเลี่ยงไม่ได้

จากการบรรยายของ วิชัย โปษยจินดา (สมบุรณ์ เกียรตินันท์ และกัมมัล กุมารปาวา. 2541 : 11; อ้างถึง วิชัย โปษยจินดา บรรยายพิเศษของชมรมวิชาการ สถาบันวิจัยชาวเขา เรื่อง ชาวเขากับปัญหาสาธารณสุข เมื่อวันที่ 7 เมษายน 2529 จังหวัดเชียงใหม่) พบว่า โรคทั่วไปที่พบในชาวเขาคือ ปวดหัว ตัวร้อน ท้องเดิน ปวดเมื่อยตามตัว โรคพยาธิ โรคติดเชื้อ เช่น มาเลเรีย โรคไข้สมองอักเสบ ปัญหาโภชนาการ การขาดสารไอโอดีน โรคทางพันธุกรรม ปัญหาสุขภาพจิต และกองสงเคราะห์ชาวเขา กรมประชาสงเคราะห์ (สมบุรณ์ เกียรตินันท์ และกัมมัล กุมารปาวา. 2541 : 12; อ้างถึง กองสงเคราะห์ชาวเขา กรมประชาสงเคราะห์ สรุปผลการประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง แนวทางการดำเนินงานพัฒนาชาวเขาด้านสาธารณสุข โดยการสนับสนุนขององค์การอนามัยโลก เมื่อวันที่ 7 – 9 สิงหาคม 2538 เชียงใหม่) ได้สรุปโรคที่พบในชาวเขา คือ โรคระบบทางเดินหายใจ โรคระบบทางเดินอาหาร โรคกล้ามเนื้อและกระดูก และมาเลเรีย ซึ่งสาเหตุมาจากชาวเขามีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้องนั่นเอง

เมื่อเจ็บไข้ได้ป่วยก็หาทางบำบัดรักษาเท่าที่จะสามารถ ซึ่งมีหลายแนวทางดังนี้ (พอลและอีเลน ลูวิส. 2532? : 28)

(1) ทางไสยศาสตร์ แต่ละเผ่าก็มีพิธีกรรมในการวินิจฉัยและรักษาโรคทั้งทางกายและทางจิตต่าง ๆ กันไป โดยอาศัยคนทรงหรือผู้ที่มีความชำนาญในการประกอบพิธีกรรมนั้น ๆ เป็นผู้ประกอบพิธี

(2) แพทย์แผนโบราณ แต่ละเผ่าก็มีตำรายาและแพทย์แผนโบราณซึ่งทำการรักษาผู้คน จนเป็นที่เชื่อถือ เครื่องยาที่ใช้กันแพร่หลายที่สุดคือฝิ่น และผู้ที่ติดฝิ่นส่วนใหญ่ก็เริ่มด้วยการใช้ยาเข้าฝิ่นรักษาเมื่อยามเจ็บไข้ได้ป่วย เพราะใช้กันเป็นยาสารพัดโรคทีเดียว

(3) หมอฉินยา หาได้ไม่ยากนักทั้งหมอยไทย หมอฮ่อที่หอบยาฉินดมหัตถ์จรรย สำหรับสารพัดโรค ตระเวนออกไปช่วยบำบัดโรคให้ชาวเขาอย่างทันใจบางครั้งยาฉินเหล่านี้ก็ให้ผลดี แต่ส่วนใหญ่มักให้ผลร้ายในระยะยาวเพราะ “หมอ” เหล่านี้มิได้มีความรู้ความเข้าใจในการแพทย์อย่างแท้จริง จึงมักจะใช้ยาแรงกับคนไข้โดยไม่ถูกวิธีทำให้เกิดปัญหาการ “ดื้อยา” ให้หมอแท้ต้องปวดเศียรเวียนเกล้าหากคนไข้ได้มีวาสนาตกมาถึงหมอแท้เข้าจริง ๆ

(4) แพทย์แผนปัจจุบัน กำลังได้รับความนิยมนับถือจากชาวเขาเพิ่มขึ้นทุกที เห็นได้จากความมานะอุตสาหะนำคนไข้เข้าตรวจรักษาที่สุสานา หรือโรงพยาบาลเพิ่มขึ้นและบ่อยขึ้นกว่าแต่ก่อนมากเสียแต่มักจะนำมาเมื่อได้พยายามรักษาด้วยวิธีอื่น ๆ เสียจนร่อแร่จะไปไม่รอดแล้วค่อยถึงมือหมอ จึงมักไม่ค่อยรอด ปัจจุบันชาวเขาตระหนักในความจริงข้อนี้ดีขึ้นจึงเข้ารับการรักษาสบายแต่เนิ่น ๆ ขณะที่พึงพาพิธีไสยศาสตร์เพียงเป็นที่พึ่งทางใจ

สรุปได้ว่าชาวเขามีพฤติกรรมสุขภาพที่ยังไม่ถูกต้อง ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพต่าง ๆ ตามมา ในการรักษายังใช้การบำบัดแบบเดิม ๆ คือ ทางหมอผี, แพทย์แผนโบราณ เป็นต้น แต่ปัจจุบันเริ่มมีสาธารณสุขเข้าไปในหมู่บ้านชาวเขา มีการคมนาคมที่สะดวกมากยิ่งขึ้น ทำให้ชาวเขามีการบำบัดรักษาแพทย์แผนปัจจุบันตามสาธารณสุขและโรงพยาบาลมากขึ้น

5.1.4 ชาวเขาในจังหวัดพะเยา

ชาวเขาในจังหวัดพะเยา มีจำนวนทั้งสิ้นประมาณ 11,158 คน เป็นชาย 5,544 คน หญิง 5,614 คน อัตราส่วนระหว่างเพศคิดเป็นประชากรชาย 99 คนต่อประชากรหญิง 100 คน ประกอบด้วยชาวเขาเผ่าหลัก ๆ คือ เย้า แม้ว ลีซอ และมีประชากรซึ่งไม่ใช่ชาวเขาปนอยู่บ้างเล็กน้อย เช่น คนไทย และลื้อ อำเภอที่มีชาวเขามากที่สุด คือ อำเภอปง มีประชากรประมาณ 5,708 คน (ร้อยละ 51.1 ของประชากรในกลุ่มบ้านชาวเขาทั้งจังหวัด) รองลงมา คือ อำเภอเชียงคำ มีประชากรประมาณ 3,570 (ร้อยละ 32.0) อำเภอเชียงม่วน มีประชากรประมาณ 880 คน (ร้อยละ 7.9) อำเภอแม่ใจ มีประชากรประมาณ 467 คน (ร้อยละ 4.2) อำเภอเมืองพะเยา มีประชากรประมาณ 302 คน (ร้อยละ 2.7) อำเภอที่มีประชากรชาวเขาน้อยที่สุดคืออำเภอดอกคำใต้ มีประชากรประมาณ 231 คน (ร้อยละ 2.1) ส่วนอำเภอจุน เป็นอำเภอที่ไม่มีประชากร ชาวเขาเลย ซึ่งมีกลุ่มบ้านชาวเขา 47 กลุ่มบ้าน

ตาราง 8 จำนวนประชากรในกลุ่มบ้านชาวเขา จำนวนครัวเรือนและจำนวนกลุ่มบ้าน เป็นรายอำเภอของจังหวัดพะเยา

อำเภอ	จำนวนกลุ่มบ้าน	จำนวนครัวเรือน	จำนวนประชากร			ร้อยละของประชากรในกลุ่มบ้านชาวเขาของแต่ละอำเภอ
			รวม	ชาย	หญิง	
จังหวัดพะเยา	47	1,587	11,158	5,544	5,614	100.0
อำเภอเมืองพะเยา	1	47	302	154	148	2.7
อำเภอเชียงคำ	16	505	3,570	1,730	1,840	32.0
อำเภอเชียงม่วน	3	138	880	431	449	7.9
อำเภอดอกคำใต้	1	33	231	113	118	2.1
อำเภอปง	22	796	5,708	2,859	2,849	51.1
อำเภอแม่ใจ	4	68	467	257	210	4.2

ที่มา : สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2531?). รายงานเบื้องต้นข้อมูลระดับหมู่บ้าน การสำรวจประชากรชาวเขา พ.ศ. 2529 จังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย พะเยา. หน้า 117.

เมื่อพิจารณาเป็นรายเผ่าทั้งจังหวัดพะเยาพบว่า เผ่าเย้ามีมากที่สุด มีประชากร 6,481 คน คิดเป็นร้อยละ 58.1 ของชาวเขาทั้งหมดในจังหวัดพะเยา รองลงมาคือ เผ่าแม้ว มีประชากร 4,255 คน (ร้อยละ 38.1) เผ่าลีซอ มีประชากร 176 คน (ร้อยละ 1.6) และมีประชากรที่ไม่ใช่ชาวเขา ได้แก่ ลีอและคนไทย บะปนอยู่ประมาณ 245 คน (ร้อยละ 2.2) มีจำนวนครัวเรือนในกลุ่มบ้านชาวเขาที่สำรวจได้มีทั้งสิ้นประมาณ 1,587 ครัวเรือน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2531? : 117- 118)

สรุปได้ว่าชาวเขาในจังหวัดพะเยา มีเผ่าเย้า แม้วหรือม้ง ลีซอ ซึ่งอำเภอปงมีประชากรชาวเขามากที่สุด รองลงมาคือ อำเภอเชียงคำ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้กลุ่มประชากรเป็นนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2

5.1.4.1 ลักษณะทั่วไปของกลุ่มบ้านชาวเขาในจังหวัดพะเยา

จากการสำรวจลักษณะทั่วไปของกลุ่มบ้านชาวเขาพบว่า ร้อยละ 53.2 ของกลุ่มบ้านทั้งหมดมีหน่วยบริการพัฒนาและสงเคราะห์ของกรมประชาสงเคราะห์ตั้งอยู่ และร้อยละ 25.5 มีหน่วยบริการสาธารณสุข ส่วนกลุ่มบ้านที่มีโรงเรียนในความรับผิดชอบของหน่วยงานต่าง ๆ ตั้งอยู่นั้นพบว่า กลุ่มบ้านที่มีโรงเรียนในความรับผิดชอบของกระทรวงศึกษาธิการมีอัตราส่วนสูงที่สุดคือร้อยละ 40.4 ของกลุ่มบ้านทั้งหมด รองลงมาคือโรงเรียนในความรับผิดชอบของกรมประชาสงเคราะห์ และโรงเรียนในความรับผิดชอบของตำรวจตระเวนชายแดน มีร้อยละ 31.9 และ 4.3 ตามลำดับ

กลุ่มบ้านที่มีหมอสอนศาสนาเข้ามาในกลุ่มบ้านมีร้อยละ 26.1 ส่วนใหญ่หมอสอนศาสนาเข้ามาในกลุ่มบ้านในช่วงเวลาที่ไม่แน่นอน เมื่อพิจารณาระหว่างกลุ่มบ้านของเผ่าเย้าและเผ่าแม้ว ซึ่งเป็นเผ่าหลักของกลุ่มบ้านชาวเขาในจังหวัดพะเยาพบว่า กลุ่มบ้านของเผ่าแม้วมีหน่วยบริการพัฒนาและสงเคราะห์ของหน่วยงานต่าง ๆ ตั้งอยู่เป็นสัดส่วนสูงกว่ากลุ่มบ้านของเผ่าเย้า ในกลุ่มบ้านเผ่าเย้ามีโรงเรียนตั้งอยู่ในหมู่บ้านในหมู่บ้านสูงกว่ากลุ่มบ้านเผ่าแม้ว สำหรับในกลุ่มบ้านเผ่าแม้วปรากฏว่ามีหมอสอนศาสนาเข้ามาในกลุ่มบ้านเป็นสัดส่วนสูงกว่ากลุ่มบ้านเผ่าเย้า สำหรับการคมนาคมระหว่างกลุ่มบ้านนี้ร้อยละ 95.3 ของกลุ่มบ้านทั้งหมดในจังหวัดพะเยามีเส้นทางเดินเท้าติดต่อระหว่างกลุ่มบ้าน ซึ่งส่วนใหญ่ใช้เวลาเดินเท้าไปยังกลุ่มบ้านที่ใกล้ที่สุดประมาณน้อยกว่า 1 ช.ม. ถึง 3 ช.ม. และกลุ่มบ้านร้อยละ 91.1 มีเส้นทางรถยนต์เข้าถึงกลุ่มบ้าน

สำหรับแหล่งน้ำและที่ทำกินของกลุ่มบ้านชาวเขา ปรากฏว่าร้อยละ 74.5 ของกลุ่มบ้านทั้งหมดมีบ่อน้ำ ลำธาร หนองบึง ร้อยละ 34 มีลำรางน้ำ ร้อยละ 23.4 มีฝายน้ำล้น และร้อยละ 29.8 มีแหล่งน้ำอื่น ๆ และมีกลุ่มบ้านชาวเขาประมาณร้อยละ 7 ที่รายงานว่าไม่มีน้ำพอใช้ในฤดูแล้ง ชาวเขาในจังหวัดพะเยา มีเนื้อที่ทำกินเฉลี่ยประมาณครัวเรือนละ 18.0 ไร่ เผ่าเย้ามีเนื้อที่ทำกินเฉลี่ยต่อครัวเรือน 21.7 ไร่ และเผ่าแม้วมีเนื้อที่ทำกินเฉลี่ย 13.5 ไร่ต่อครัวเรือน พืชหลักที่ปลูกของกลุ่มบ้านส่วนใหญ่คือ ข้าวโพด รองลงมาคือฝ้าย และมีข้าวไร่ ถั่ว ข้าวนาดำ ถั่วลิสง กาแฟ และฝิ่นเล็กน้อย (สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2531? : 120)

สรุปได้ว่า หน่วยงานที่ตั้งอยู่ในกลุ่มบ้าน คือ หน่วยบริการพัฒนาและสงเคราะห์ของกรมประชาสงเคราะห์ หน่วยบริการสาธารณสุข ส่วนโรงเรียนอยู่ในความรับผิดชอบของกระทรวงศึกษาธิการ กรมประชาสงเคราะห์ และตำรวจตระเวนชายแดน มีหมอสอนศาสนา และการคมนาคมระหว่างหมู่บ้านโดยเดินเท้าและรถยนต์ มีแหล่งน้ำคือบ่อน้ำ ลำธาร หนองบึง โดยมีอาชีพทำไร่และทำนา ทำสวน

5.1.4.2 การบริการรักษาโรค

จากการสอบถามเกี่ยวกับการบริการรักษาโรคของสมาชิกในครัวเรือนชาวเขาเมื่อเจ็บป่วย พบว่าสมาชิกในครัวเรือนส่วนใหญ่เคยรักษาโรคจากหมอผี เป็นอัตราส่วนสูงที่สุด คือ ร้อยละ 93.1 ของครัวเรือนในกลุ่มบ้านชาวเขาทั้งสิ้นในจังหวัดนี้ รองลงมาได้แก่ บริการรักษาโรคโดยการซื้อยากินเอง หน่วยเคลื่อนที่ของกรมประชาสงเคราะห์ หน่วยเคลื่อนที่ของส่วนราชการอื่น และเอกชน ร้อยละ 91. 2, 82.8 และ 73.2 ตามลำดับ นอกจากนี้สมาชิกในครัวเรือนชาวเขาเคยรับการรักษาโรคจากหน่วยบริการพัฒนาและสงเคราะห์ที่ตั้งในหมู่บ้าน หมอแผนโบราณ และหมอสอนศาสนา (ร้อยละ 70.6, 56.1 และ 21.4) ครัวเรือนร้อยละ 13.0 ที่สมาชิกของครัวเรือนเคยรับการรักษาโรคจากแหล่งอื่น ๆ นอกเหนือจากที่กล่าวแล้ว(สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2531? : 124)

สรุปได้ว่า ชาวเขาเมื่อเจ็บป่วยก็เข้ารับการรักษาจากหมอผี การซื้อยากินเอง หน่วยเคลื่อนที่ของกรมประชาสงเคราะห์ หน่วยเคลื่อนที่ของส่วนราชการอื่นและเอกชน หน่วยบริการพัฒนาและสงเคราะห์ที่ตั้งในหมู่บ้าน หมอแผนโบราณ และหมอสอนศาสนา และจาก

แหล่งอื่น ๆ

ซึ่งสาเหตุของการเจ็บป่วยน่าจะมาจากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง เช่น การรับประทานอาหารที่ไม่ครบ 5 หมู่ การไม่รักษาความสะอาดของร่างกาย ยาเสพติด เป็นต้น และนอกจากนั้นพฤติกรรมของนักเรียนที่ไม่ถูกต้อง ที่ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพ ซึ่งจากประสบการณ์ของผู้วิจัยที่ได้สังเกตนักเรียน และจากการสัมภาษณ์ครูผู้สอนในโรงเรียนชาวเขา ในอำเภอปาง พบว่านักเรียนชาวเขามีพฤติกรรมสุขภาพไม่เหมาะสมที่สำคัญได้แก่ ด้านฟัน ปาก พบว่านักเรียนแปรงฟันไม่ถูกวิธี แปรงฟันไม่สะอาด ไม่แปรงฟันก่อนเข้านอน ไม่บ้วนปากหลังรับประทานอาหาร บางวันไม่แปรงฟัน พฤติกรรมสุขภาพด้านผิวหนัง พบว่า นักเรียนไม่อาบน้ำทุกวัน บางครั้งอาบน้ำไม่ถูสบู่ ทำความสะอาดไม่ทั่วถึง ล้างตัวไม่สะอาด พฤติกรรมสุขภาพด้านผมและศีรษะ พบว่า นักเรียนไม่สระผม 1 – 2 ครั้งต่อสัปดาห์ บางครั้งไม่หวีผม พฤติกรรมสุขภาพด้านมือและเล็บ พบว่า ไม่ตัดเล็บ ไม่ทำความสะอาดเล็บ เข้าห้องน้ำไม่ล้างมือ ไม่ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร และด้านเครื่องแต่งกาย พบว่า นักเรียนใส่เสื้อผ้าตัวเดิมหลาย ๆ วันโดยไม่ได้ซัก ซักผ้าไม่สะอาด

ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขาให้ดีขึ้นและมีประสิทธิภาพ

5.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชาวเขา

5.2.1 งานวิจัยในประเทศ

รัตนภรณ์ อัครธรรมรัตน์ (2532 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษา เรื่อง วิเคราะห์นิทานพื้นบ้านชาวเขาเผ่าม้ง พบว่า สภาพความเป็นอยู่ที่ปรากฏในนิทาน ชาวม้งมีลักษณะครอบครัวเล็ก ๆ ที่มีกฎเกณฑ์ในการดำเนินชีวิตอย่างมีระบบตั้งแต่การเลือกคู่ ชาวม้งนิยมการเลือกคู่ด้วยตนเองมากกว่า นิยมการมีลูกชายมากกว่าลูกสาว ผู้ที่รับภาระหนักในการทำงานและบริบาลครอบครัวคือภรรยา ชาวม้งเชื่อถือในสิ่งเหนือธรรมชาติและใช้สิ่งนี้เป็นเครื่องบังคับพฤติกรรมของชาวม้งเอง เศรษฐกิจชาวม้งไม่เจริญ อาชีพหลักคือการทำไร่ ทำนา แต่ก็ปรากฏอาชีพอื่น อาทิ การตีเหล็ก คำขาย และการล่าสัตว์ ในด้านโลกทัศน์ชาวม้งเชื่อว่าพระเจ้าเป็นสิ่งที่บันดาลให้เกิดโลก ดวงดาวและมนุษย์ พร้อมทั้งสามารถดลบันดาลให้เกิดเหตุการณ์ต่าง ๆ ขึ้นมาได้ ชาวม้งมักเป็นกลุ่มคนที่มีความอาฆาตพยาบาทคิดแค้นอยู่เสมอ ไม่ค่อยมีความซื่อสัตย์ แต่มีความกตัญญูและเชื่อถือในระบบอาวุโส ชาวม้งอยู่ในที่ห่างไกลสังคมเมือง จึงทำให้สิ่งเหนือธรรมชาติมีอิทธิพลต่อชาวม้งอย่างเห็นได้ชัด

อัญชัญ อินคำ (2536 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาประสิทธิภาพของแบบฝึกซ้อมเสริมนักเรียนชาวเขาเผ่ามั่ว ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ที่มีปัญหาด้านการอ่านออกเสียงตัวสะกดไม่ชัดเจน ผลการวิจัยพบว่า ประสิทธิภาพของแบบฝึกซ้อมเสริมการอ่านออกเสียงคำที่มีตัวสะกดมีประสิทธิภาพสูงกว่าเกณฑ์ที่ตั้งไว้ (80 / 80) คือ 91.83 / 98.00 แสดงว่าแบบฝึกซ้อมเสริมการอ่านออกเสียงคำที่มีตัวสะกดมีประสิทธิภาพสูงเชื่อถือได้

ศรัณย์ นักรบ (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ดนตรีชาวเขาเผ่าเย้า กรณีศึกษาหมู่บ้านผาเตื่อ อำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย ความมุ่งหมายของการวิจัยนี้ เพื่อศึกษาดนตรีในวัฒนธรรมที่ยังคงอยู่ ซึ่งเป็นการถ่ายทอดด้วยวิธีปากเปล่าตามแบบดั้งเดิมของชาวเขาเผ่าเย้า โดยใช้ข้อมูลภาคสนามเป็นข้อมูลหลักและข้อมูลจากเอกสาร ตำรา หนังสือทางวิชาการและหนังสือต่าง ๆ เป็นข้อมูลสนับสนุน ซึ่งแยกประเด็นการศึกษาออกเป็น 2 ส่วนคือ การศึกษาสภาพทั่วไปของชุมชนและการศึกษาดนตรีในวัฒนธรรม ผลของการศึกษาวิจัยสรุปได้ดังนี้

(1) สภาพทั่วไปของชุมชน ปัจจุบันเป็นชุมชนใหญ่ที่มีความเจริญในด้านต่าง ๆ เป็นอย่างมาก อันเนื่องมาจากหน่วยงานและองค์กรที่เกี่ยวข้องทั้งทางภาครัฐและเอกชนได้ให้ความช่วยเหลือพัฒนาหมู่บ้านอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลาหลายปี

(2) วัฒนธรรมดนตรี ได้มีการสืบทอดกันมาช้านาน ไม่สามารถยืนยันได้ว่าเกิดขึ้นในยุคใดสมัยใด นอกจากตำนานที่เล่าสืบทอดกันมา ดนตรีเป็นลักษณะการถ่ายทอดด้วยวิธีปากเปล่า เครื่องดนตรีและส่วนประกอบต่าง ๆ เป็นวัสดุที่หาได้จากธรรมชาติ ได้แก่ ไม้ และหนังสัตว์ มี 4 ชนิด คือ หยัด เป็นเครื่องดนตรีชนิดเดียวที่บรรเลงทำนอง โย ตังล่อ และเงาเจ้ย เป็นเครื่องประกอบจังหวะ การผสมวงดนตรีมี 2 ลักษณะ คือ วงดนตรีที่มีเครื่องดนตรีครบทั้ง 4 ชิ้น และวงดนตรีที่มีเฉพาะเครื่องดนตรีประกอบจังหวะ 3 ชิ้น นักดนตรีที่มีเครื่องดนตรีครบทั้ง 4 ชิ้นและวงดนตรีประกอบอาชีพหลักทางด้านการเกษตร การแต่งกายของนักดนตรี เมื่อบรรเลงประกอบพิธีกรรมจะแต่งกายด้วยชุดประจำเผ่า ดนตรีจะใช้บรรเลงเฉพาะเพื่อประกอบพิธีกรรมสำคัญ 3 พิธีกรรมเท่านั้น คือ พิธีกรรมการแต่งงานแบบใหญ่ พิธีกรรมงานศพ และพิธีกรรมงานขึ้นบ้านใหม่

(3) บทเพลงที่บรรเลงประกอบพิธีกรรมทั้งหมดมี 11 เพลง โดยได้ทำการวิเคราะห์ถึงโครงสร้างที่เป็นลักษณะเฉพาะที่ปรากฏให้เห็นเด่นชัด ซึ่งพบว่าบทเพลงเป็นลักษณะที่มีแนวทำนองเดียว ไม่ปรากฏการใช้เสียงในลักษณะดังเบา โครงสร้างของทำนองประกอบไปด้วยโน้ตเสียงยาว สลับกับกลุ่มโน้ตตกแต่งทำนองที่เป็นวลีสั้น ๆ ระบบเสียงมีเอกลักษณ์เฉพาะซึ่งใกล้เคียงกับระบบเสียงไมเนอร์ มิได้ใกล้เคียงกับระบบเสียงของดนตรีไทยแต่ประการใด ในการบรรเลงบทเพลงพบว่า จะไม่เป็นไปตามกลุ่มเสียงไมเนอร์ ทั้งนี้เนื่องจากนักดนตรีมีอิสระในการสร้างเสียงดนตรีที่บรรเลงประกอบจังหวะไม่มีบทบาทมากนักเป็นลักษณะการบรรเลงทำนองของหยัดเท่านั้น

วีระวัฒน์ เอี่ยมละออ (2543 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษา เรื่อง ผลของการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการใช้หลักฟรีแมคเพื่อพัฒนาความสามารถในการอ่านของนักเรียนชาวเขาเผ่าม้ง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านร่องสำน อำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา ผลการวิจัยพบว่า

(1) นักเรียนชาวเขาเผ่าม้งมีความสามารถในการอ่านดีขึ้น หลังจากได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบโดยใช้ครูเป็นแม่แบบควบคู่กับการใช้หลักฟรีแมคอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

(2) นักเรียนชาวเขาเผ่าม้งมีความสามารถในการอ่านดีขึ้น หลังจากได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบโดยใช้เทปบันทึกเสียงเป็นแม่แบบควบคู่กับการใช้หลักฟรีแมคอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

(3) นักเรียนชาวเขาเผ่าม้งมีความสามารถในการอ่านดีขึ้น หลังจากได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบโดยใช้ครูร่วมกับเทปบันทึกเสียงเป็นแม่แบบควบคู่กับการใช้หลักพรีแมค อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

(4) นักเรียนชาวเขาเผ่าม้งที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบโดยใช้ครูเป็นแม่แบบควบคู่กับการใช้หลักพรีแมคกับนักเรียนชาวเขาเผ่าม้งที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบโดยใช้เทปบันทึกเสียงเป็นแม่แบบควบคู่กับการใช้หลักพรีแมค มีความสามารถในการอ่านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

(5) นักเรียนชาวเขาเผ่าม้งที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบโดยใช้ครูเป็นแม่แบบควบคู่กับการใช้หลักพรีแมคกับนักเรียนชาวเขาเผ่าม้งที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบโดยใช้ครูร่วมกับเทปบันทึกเสียงเป็นแม่แบบควบคู่กับการใช้หลักพรีแมค มีความสามารถในการอ่านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

(6) นักเรียนชาวเขาเผ่าม้งที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบโดยใช้เทปบันทึกเสียงเป็นแม่แบบควบคู่กับการใช้หลักพรีแมคกับนักเรียนชาวเขาเผ่าม้งที่ได้รับการใช้เทคนิคแม่แบบโดยใช้ครูร่วมกับเทปบันทึกเสียงเป็นแม่แบบควบคู่กับการใช้หลักพรีแมค มีความสามารถในการอ่านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุนันท์ มาตรโคกสูง (2543 : บทคัดย่อไทย) ได้ศึกษาเรื่อง ความคิดเห็นของชาวไทยภูเขาบนพื้นที่สูงต่อกิจกรรมการศึกษานอกโรงเรียนในจังหวัดตาก ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

(1) ความคิดเห็นของชาวไทยภูเขาบนพื้นที่สูงต่อกิจกรรมการศึกษานอกโรงเรียนในจังหวัดตาก โดยรวมเห็นว่ามีความเหมาะสมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าด้านความรู้พื้นฐานมีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก ด้านข่าวสารข้อมูลและด้านทักษะอาชีพมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง

(2) การเปรียบเทียบความคิดเห็นของชาวไทยภูเขาบนพื้นที่สูงต่อกิจกรรมการศึกษานอกโรงเรียนในจังหวัดตาก โดยจำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ต่อปีปรากฏดังนี้

(2.1) ชาวไทยภูเขาบนพื้นที่สูงที่มีเพศต่างกัน มีความคิดเห็นต่อกิจกรรมการศึกษานอกโรงเรียนในจังหวัดตาก โดยรวมและด้านข่าวสารข้อมูล ด้านทักษะอาชีพแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนความคิดเห็นด้านความรู้พื้นฐานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

(2.2) ชาวไทยภูเขาบนพื้นที่สูงที่มีอายุต่างกัน มีความคิดเห็นต่อกิจกรรมการศึกษานอกโรงเรียนในจังหวัดตาก โดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

(2.3) ชาวไทยภูเขาบนพื้นที่สูงที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีความคิดเห็นต่อกิจกรรมการศึกษานอกโรงเรียน ในจังหวัดตาก โดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

(2.4) ชาวไทยภูเขาบนพื้นที่สูงที่มีอาชีพต่างกัน มีความคิดเห็นต่อกิจกรรม การศึกษาออกโรงเรียนในจังหวัดตาก โดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

(2.5) ชาวไทยภูเขาบนพื้นที่สูงที่มีรายได้ต่อปีต่างกัน มีความคิดเห็นต่อ กิจกรรมการศึกษาออกโรงเรียนในจังหวัดตาก โดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญ ทางสถิติ

(3) ข้อเสนอแนะของชาวไทยภูเขาบนพื้นที่สูงต่อกิจกรรมการศึกษาออกโรงเรียนใน จังหวัดตาก คือ ศูนย์ฯ ควรเพิ่มครูผู้สอนในแต่ละหมู่บ้านอย่างน้อย 2 คน และควรจัดการเรียน การสอนเพื่ออ่านออกเขียนได้ให้ครอบคลุมทุกพื้นที่

จากงานวิจัยที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าการให้ความสนใจที่จะศึกษาชาวเขา มาก ยิ่งขึ้น อาทิ ด้านภาษา วัฒนธรรม ดนตรี และด้านการศึกษา เป็นต้น สำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ สนใจที่จะศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล โดยการพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เพื่อชุดกิจกรรมจะได้มีประสิทธิภาพ และนักเรียนมีพัฒนาการทางการเรียนด้านความรู้ เจตคติ และ การปฏิบัติเกี่ยวกับสุขอนามัยส่วนบุคคล หลังเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนเรียน

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ
3. การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม
4. การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

เป็นนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนขุนกำลัง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 จำนวน 2 ห้องเรียน รวมทั้งสิ้น 62 คน

กลุ่มตัวอย่าง

เป็นนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนขุนกำลัง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการนำมาจับฉลากเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 1 ห้องเรียน รวม 30 คน

การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมีดังนี้

1. แบบทดสอบความรู้
2. แบบวัดเจตคติ
3. แบบวัดการปฏิบัติ

1. แบบทดสอบความรู้

เป็นแบบวัดที่ต้องการวัดพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการรู้ การจำ ข้อเท็จจริงต่าง ๆ เป็นกระบวนการทางด้านสมองในเรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เกี่ยวกับการรักษาความสะอาดของตา หู จมูก ฝ่ามือ ฝ่าเท้า และฟัน มือ เท้าและเล็บ และเสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย เป็นข้อคำถามแบบปรนัย ชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 20 ข้อ มีขั้นตอนการสร้างแบบทดสอบความรู้ มีดังนี้

ขั้นเตรียม

(1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวัดและประเมินผล กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษา และการสร้างแบบทดสอบความรู้ในเรื่อง

สุขอนามัยส่วนบุคคลให้สอดคล้องกับเนื้อหา

(2) วิเคราะห์จุดประสงค์และเนื้อหากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระที่ 2 : ชีวิตและครอบครัว ในเรื่อง การดูแลสุขภาพความสะอาดร่างกาย จากหนังสือการจัดสาระการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา และคู่มือการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ช่วงชั้นที่ 1 (ป.1 – ป.3) ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ของกรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ

(3) สร้างตารางวิเคราะห์ข้อสอบ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล โดยวัดพฤติกรรมเกี่ยวกับการรู้ การจำ ข้อเท็จจริงต่าง ๆ เป็นกระบวนการทางด้านสมองเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพความสะอาดร่างกาย สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

(4) นำตารางวิเคราะห์ข้อสอบด้านความรู้ ให้ประธานและกรรมการผู้ควบคุมปริญาานิพนธ์ตรวจสอบความถูกต้องและสอดคล้องของเนื้อหาและจุดประสงค์การเรียนรู้ ก่อนนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความถูกต้อง

ขั้นสร้าง

สร้างแบบทดสอบความรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ซึ่งมีลักษณะคำถามแบบปรนัย ชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก มีตัวเลือกที่ถูกต้องเหมาะสมที่สุดเพียง 1 ตัวเลือก จำนวน 56 ข้อ เกณฑ์การตรวจให้คะแนน คือ ตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิด หรือไม่ตอบหรือตอบเกิน 1 ข้อ ได้ 0 คะแนน

ขั้นการหาคุณภาพ

(1) นำแบบทดสอบความรู้ไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน เป็นศึกษานิเทศก์ ผู้อำนวยการโรงเรียน และครูผู้เชี่ยวชาญ ที่เชี่ยวชาญในด้านวัดผลประเมินผลวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ตรวจสอบลักษณะการใช้คำถาม ตัวเลือก ความสอดคล้องกับเนื้อหาและพฤติกรรมที่ต้องการวัด ความถูกต้องด้านภาษา และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยพิจารณาหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับลักษณะพฤติกรรม (IOC) ซึ่งผู้เชี่ยวชาญแต่ละท่านจะให้คะแนนตามเกณฑ์ ดังนี้

ให้คะแนน +1	เมื่อผู้เชี่ยวชาญแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นเป็นตัวแทนของพฤติกรรมที่ต้องการวัด
ให้คะแนน 0	เมื่อผู้เชี่ยวชาญไม่แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นเป็นตัวแทนของพฤติกรรมที่ต้องการวัด
ให้คะแนน -1	เมื่อผู้เชี่ยวชาญแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นไม่ใช่อตัวแทนของพฤติกรรมที่ต้องการวัด

ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญในข้อนั้น ๆ

$$\text{โดย IOC} = \frac{\text{ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญในข้อนั้น ๆ}}{\text{จำนวนผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด}}$$

ได้ค่า IOC ที่คำนวณได้ มากกว่าหรือเท่ากับ 0.66 จำนวน 55 ข้อ ตัดทิ้ง 1 ข้อ และได้นำมาปรับปรุงแก้ไขข้อคำถามและตัวเลือกตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

(2) นำแบบทดสอบความรู้ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วจำนวน 55 ข้อ ไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ที่ไม่ใช่ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นโรงเรียนประถมศึกษาที่มีนักเรียนชาวเขาเผ่าม้ง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 และผ่านการสอน เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคลมาแล้ว จำนวน 100 คน

(3) นำกระดาษคำตอบที่นักเรียนตอบ มาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้

(4) เมื่อตรวจให้คะแนนแล้ว นำมาวิเคราะห์ตามขั้นตอน ดังนี้

(4.1) วิเคราะห์ข้อสอบรายข้อ คือ หาค่าความยากง่าย (p) และหาค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบทดสอบเป็นรายข้อ (Item Analysis) โดยใช้เทคนิค 27%

(4.2) คัดเลือกข้อสอบที่มีค่าความยากง่าย (p) ตั้งแต่ 0.41-0.67 และค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ 0.30 - 0.81 จำนวน 20 ข้อ ซึ่งครอบคลุมเนื้อหาทุกจุดประสงค์

(5) นำแบบทดสอบความรู้ที่คัดเลือกและปรับปรุงแล้ว จำนวน 20 ข้อ ไปทดสอบนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ที่ไม่ใช่ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นโรงเรียนประถมศึกษาที่มีนักเรียนชาวเขาเผ่าม้ง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 จำนวน 100 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ตามวิธีของคูเดอร์ริชาร์ดสัน (Kuder Richardson) โดยใช้สูตร KR - 20 ปรากฏว่า แบบทดสอบความรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล มีค่าความเชื่อมั่น 0.82

การหาคุณภาพรายข้อและคุณภาพของแบบทดสอบความรู้ทั้งฉบับกระทำโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป TESTQUAL ซึ่งพัฒนาโดย ไพฑูรย์ โพธิ์สาร สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2. แบบวัดเจตคติ

เป็นแบบวัดที่ประกอบด้วยประโยคบอกเล่า เกี่ยวกับความรู้สึก ความเชื่อเชิงประเมินค่าที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ความรู้สึกเห็นด้วย,ไม่แน่ใจ หรือไม่เห็นด้วย ต่อพฤติกรรมสุขภาพ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ประกอบด้วยข้อคำถาม 20 ข้อ เป็นลักษณะแบบวัดที่เป็นมาตราส่วนประมาณค่าชนิด 3 ระดับ คือ เห็นด้วย ไม่แน่ใจ และไม่เห็นด้วย ซึ่งมีขั้นตอนการสร้างแบบวัดเจตคติ ดังนี้

ขั้นเตรียม

(1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเจตคติ การวัดและประเมินผล การสร้างแบบวัดเจตคติ การวัดเชิงพฤติกรรมศาสตร์ เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบวัดเจตคติ

(2) กำหนดเป้าหมายในการวัด โดยวัดเจตคติด้านการรักษาความสะอาดของตา หู จมูก ปากและฟัน ผม ผิวหนัง มือ เท้า และเล็บ เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย

ขั้นสร้าง

สร้างแบบวัดเจตคติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ในกลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ในสาระที่ 2 : ชีวิตและครอบครัว ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 25 ข้อ โดยใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 3 ระดับ คือ เห็นด้วย ไม่แน่ใจ และไม่เห็นด้วย

ขั้นการหาคุณภาพ

(1) นำแบบวัดเจตคติไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน เป็นศึกษานิเทศก์ ผู้อำนวยการโรงเรียน และครูผู้เชี่ยวชาญ ที่เชี่ยวชาญในวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา พิจารณาเพื่อตรวจสอบลักษณะข้อความ ความสอดคล้องกับพฤติกรรมที่ต้องการวัด และความเหมาะสมของถ้อยคำสำนวนที่ใช้ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

(2) นำแบบวัดเจตคติที่ปรับปรุงแล้ว จำนวน 25 ข้อ ไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ที่ไม่ใช่ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นโรงเรียนประถมศึกษาที่มีนักเรียนชาวเขาเผ่าม้ง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 จำนวน 100 คน เพื่อตรวจสอบคุณภาพ

(3) นำผลการทำแบบวัดด้านเจตคติ มาตรวจให้คะแนนโดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังแสดงในตารางต่อไปนี้
ตาราง 9 แสดงเกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดเจตคติ

ข้อความที่กล่าวในเชิงนิมาน (ทางบวก) (Positive Statements)		ข้อความที่กล่าวในเชิงนิเสธ (ทางลบ) (Negative Statements)	
เห็นด้วย	3 คะแนน	เห็นด้วย	1 คะแนน
ไม่แน่ใจ	2 คะแนน	ไม่แน่ใจ	2 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	1 คะแนน	ไม่เห็นด้วย	3 คะแนน

(4) นำผลคะแนนที่ได้มาหาค่าอำนาจจำแนก ความเชื่อมั่นของแบบวัดเจตคติเป็นรายข้อ โดยแบ่งกลุ่มที่ได้คะแนนสูงตรงเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 เป็นกลุ่มสูง และที่ได้คะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 เป็นกลุ่มต่ำ โดยใช้วิธีการแจกแจงแบบ t – distribution คัดเลือกข้อคำถามที่มีค่า t ตั้งแต่ 2.35 – 5.80 จำนวน 20 ข้อ

(5) นำแบบวัดเจตคติที่คัดเลือกไว้และปรับปรุงแล้ว จำนวน 20 ข้อ ไปทดลองกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ที่ไม่ใช่ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นโรงเรียนประถมศึกษาที่มีนักเรียนชาวเขาเผ่าม้ง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 จำนวน 100 คน เพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - coefficient) ตามวิธีของครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ 0.70

การหาคุณภาพรายข้อและคุณภาพของแบบวัดเจตคติทั้งฉบับ กระทำโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป TESTQUAL ซึ่งพัฒนาโดย ไพฑูรย์ โพธิ์สาร สำนักทดสอบทางการศึกษา และจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

3. แบบวัดการปฏิบัติ

เป็นแบบวัดที่ประกอบด้วยประโยคบอกเล่า เกี่ยวกับพฤติกรรมทางด้านร่างกาย ความประพฤติต่าง ๆ การปฏิบัติเชิงประเมินค่าที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เกี่ยวกับการรักษาความสะอาดของตา หู จมูก ฝ่ามือ ฝ่าเท้า ปากและฟัน มือ เท้าและเล็บ เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย ประกอบด้วยข้อคำถาม 20 ข้อ เป็นลักษณะแบบวัดที่เป็นมาตราส่วนประมาณค่า ชนิด 3 ระดับ คือ ปฏิบัติประจำ ปฏิบัติบางครั้ง และไม่เคยปฏิบัติเลย ขั้นตอนการสร้างแบบวัดการปฏิบัติ มีดังนี้

ขั้นเตรียม

(1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับ การวัดผลและประเมินผล การเรียนด้านการปฏิบัติ และการสร้างแบบวัดการปฏิบัติ

(2) กำหนดเป้าหมายในการวัด โดยวัดการปฏิบัติในการรักษาความสะอาดเกี่ยวกับสุขอนามัยส่วนบุคคล ในเรื่องของ ตา หู จมูก ปากและฟัน ฝ่ามือ ฝ่าเท้า และเล็บ และเสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย

ขั้นสร้าง

สร้างแบบวัดการปฏิบัติ จากกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา สาระที่ 2 : ชีวิตและครอบครัว เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล สำหรับนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เป็นแบบประเมินตนเองเกี่ยวกับการปฏิบัติ เรื่อง ตา หู จมูก ปากและฟัน ฝ่ามือ ฝ่าเท้า และเล็บ และเสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย จำนวน 24 ข้อ ใช้มาตราประมาณค่า 3 ระดับ คือ ปฏิบัติประจำ ปฏิบัติบางครั้ง และไม่เคยปฏิบัติเลย

ขั้นการหาคุณภาพ

(1) นำแบบวัดการปฏิบัติไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน เป็นศึกษานิเทศก์ ผู้อำนวยการโรงเรียน และครูผู้เชี่ยวชาญ ที่เชี่ยวชาญเกี่ยวกับวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา พิจารณาเพื่อตรวจสอบลักษณะข้อคำถาม ความสอดคล้องกับพฤติกรรมที่ต้องการวัด และความเหมาะสมของถ้อยคำสำนวนที่ใช้ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

(2) นำแบบวัดการปฏิบัติที่ปรับปรุงแล้ว จำนวน 24 ข้อ ไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ที่ไม่ใช่ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง เป็นโรงเรียนประถมศึกษาที่มีนักเรียนชาวเขาเผ่าม้ง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 จำนวน 100 คน เพื่อตรวจสอบคุณภาพ

(3) นำผลการทำแบบวัดด้านการปฏิบัติ มาตรวจให้คะแนนโดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังแสดงในตารางต่อไปนี้

ตาราง 10 แสดงเกณฑ์การให้คะแนนแบบวัดการปฏิบัติ

ข้อความที่กล่าวในเชิงนิมมาน (ทางบวก) (Positive Statements)		ข้อความที่กล่าวในเชิงนิเสธ (ทางลบ) (Negative Statements)	
ปฏิบัติประจำ	3 คะแนน	ปฏิบัติประจำ	1 คะแนน
ปฏิบัติบางครั้ง	2 คะแนน	ปฏิบัติบางครั้ง	2 คะแนน
ไม่เคยปฏิบัติเลย	1 คะแนน	ไม่เคยปฏิบัติเลย	3 คะแนน

(4) นำผลคะแนนที่ได้มาหาค่าอำนาจจำแนก ความเชื่อมั่นของแบบวัดการปฏิบัติเป็นรายข้อ โดยแบ่งกลุ่มที่ได้คะแนนสูงตรงเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 เป็นกลุ่มสูง และที่ได้คะแนนต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 เป็นกลุ่มต่ำ โดยใช้วิธีการแจกแจงแบบ t – distribution คัดเลือกข้อคำถามที่มีค่า t ตั้งแต่ 2.08 – 5.65 จำนวน 20 ข้อ

(5) นำแบบวัดการปฏิบัติที่คัดเลือกไว้และปรับปรุงแล้ว จำนวน 20 ข้อ ไปทดลองกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ที่ไม่ใช่ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นโรงเรียนประถมศึกษาที่มีนักเรียนชาวเขาเผ่าม้ง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 จำนวน 100 คน เพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - coefficient) ตามวิธีของครอนบัค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ 0.69

การหาคุณภาพรายข้อและคุณภาพของแบบวัดการปฏิบัติทั้งฉบับ กระทำโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป TESTQUAL ซึ่งพัฒนาโดย ไพฑูรย์ โพธิ์สาร สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

กระบวนการพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม มีขั้นตอนการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. สร้างชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
2. สร้างคู่มือการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
3. การพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

1. การสร้างชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
ขั้นเตรียม

(1) สังเคราะห์แนวคิด หลักการ ที่ได้จากการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน เพื่อนำมาสร้างเป็นกรอบแนวคิดในการพัฒนาชุดกิจกรรม

(2) ศึกษาหลักสูตร จุดมุ่งหมายของหลักสูตร จุดประสงค์รายวิชา และ ขอบข่ายของเนื้อหาและเวลา ในการสอนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา ในหน่วยชีวิตและครอบครัว ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จากหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 ของกรมวิชาการและหลักสูตรสถานศึกษา

(3) ศึกษารายละเอียดของเนื้อหาที่จะนำมาสร้างเป็นชุดกิจกรรมจาก เอกสารตำรา วิดิทัศน์ ที่เกี่ยวข้องกับการสอนเรื่องสุขอนามัยส่วนบุคคล สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

(4) กำหนดจุดประสงค์การเรียนรู้เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ให้สัมพันธ์กับ สาระและมาตรฐานการเรียนรู้ของหลักสูตรขั้นพื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ช่วงชั้นที่ 1 (ป.1 – ป.3)

(5) สร้างผังวิเคราะห์เนื้อหา เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล โดยให้สัมพันธ์กับ สาระและมาตรฐานการเรียนรู้ของหลักสูตรขั้นพื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ช่วงชั้นที่ 1

(6) ศึกษาแนวคิด หลักการจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบ กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนด้วยชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เพื่อเป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ต่อเรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียนชาวเขา

ขั้นสร้าง

(1) สร้างชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล โดยประกอบด้วยชุดกิจกรรมย่อย จำนวน 8 ชุด คือ ตา หู จมูก ปากและฟัน ผมและ ศีรษะ มือ เท้าและเล็บ ผิวหนัง เสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ ของ นักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ในการสร้างชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม นี้ผู้วิจัยได้ปรับปรุงรูปแบบจากชุดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ในโครงการส่งเสริมศักยภาพของนักเรียนในโรงเรียนกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2543 และของกรมวิชาการ ประกอบด้วย

- 1) ส่วนนำ
- 2) สาระสำคัญ
- 3) ผังวิเคราะห์เนื้อหา
- 4) สาระการเรียนรู้

- 5) จุดประสงค์การเรียนรู้
- 6) สื่อ/แหล่งการเรียนรู้
- 7) กิจกรรมการเรียนรู้ มีขั้นตอนการจัดกิจกรรม ดังนี้
 - 7.1) ประสพการณ์
 - 7.2) การสะท้อนความคิดและอภิปราย
 - 7.3) เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด
 - 7.4) การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด
- 8) การประเมินผล
- 9) กิจกรรมนอกเวลา
- 10) ข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้สร้างชุดกิจกรรมการเรียนรู้จากเนื้อหา การดูแลรักษาความสะอาดของร่างกาย โดยใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ซึ่งมีทั้งหมด 8 ชุด กิจกรรมย่อย โดยใช้เวลา 3 สัปดาห์ 15 คาบ สอนวันจันทร์ – วันศุกร์ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้ ตาราง 11 แสดงเนื้อหาของชุดกิจกรรมทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

เนื้อหา	ลำดับชุดกิจกรรม	จำนวนคาบ
สุขอนามัยส่วนบุคคล	● ชุดกิจกรรมที่ 1 ตา	1 คาบ
	● ชุดกิจกรรมที่ 2 หู	1 คาบ
	● ชุดกิจกรรมที่ 3 จมูก	1 คาบ
	● ชุดกิจกรรมที่ 4 ผม	2 คาบ
	● ชุดกิจกรรมที่ 5 ผิวหนัง	2 คาบ
	● ชุดกิจกรรมที่ 6 ปากและฟัน	2 คาบ
	● ชุดกิจกรรมที่ 7 มือ เท้า และเล็บ	3 คาบ
	● ชุดกิจกรรมที่ 8 เสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย	3 คาบ
รวม		15 คาบ

ขั้นตอนการปรับปรุงคุณภาพชุดกิจกรรมทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

- (1) นำชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นไปให้ประธานและกรรมการผู้ควบคุม ปรินญาณิพนธ์ตรวจสอบความถูกต้องของขั้นตอน และความเหมาะสมของกิจกรรมต่าง ๆ
- (2) นำชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญในการสอนโดยใช้ชุดกิจกรรม การเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม และผู้เชี่ยวชาญทางด้านสื่อ นวัตกรรมทางการศึกษา จำนวน 3 คน พิจารณาความถูกต้องเหมาะสม ความสอดคล้องกับจุดประสงค์ เนื้อหา วิธีการสร้างและ

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอน

(3) ปรับปรุงแก้ไขชุดกิจกรรม เช่น คำที่เขียนผิด แก้คำว่าเนื้อหาเป็นสาระการเรียนรู้ ตัวบ่งชี้ความสำเร็จเป็นจุดประสงค์การเรียนรู้ และเพิ่มคำว่าแหล่งเรียนรู้ ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

2. สร้างคู่มือการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

ขั้นเตรียม

(1) ศึกษาเอกสาร ตำรา วารสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนการสอนที่ใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม พฤติกรรมสุขภาพ สุขอนามัยส่วนบุคคล ตลอดจนการสร้างคู่มือการใช้

(2) กำหนดรายละเอียดของคู่มือการใช้ชุดกิจกรรม โดยลักษณะสำคัญของคู่มือการใช้ชุดกิจกรรมมีดังนี้

คู่มือการใช้ชุดกิจกรรม เป็นเอกสารแนะนำเกี่ยวกับชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมที่สร้างขึ้น เพื่ออำนวยความสะดวกให้แก่ครูในการใช้ชุดกิจกรรมสาระสำคัญประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 การแนะนำชุดกิจกรรม

ส่วนที่ 2 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

ส่วนที่ 3 เนื้อหาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเรื่อง สุขอนามัย

ส่วนบุคคล

ส่วนที่ 4 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

ส่วนที่ 5 การประเมินผลและเครื่องมือการประเมินผลชุดกิจกรรม

ส่วนที่ 6 แหล่งข้อมูลเพิ่มเติม ในการเรียนรู้เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

ขั้นสร้างและการหาคุณภาพ

(1) สร้างคู่มือการใช้ชุดกิจกรรมตามรายละเอียดที่กำหนด

(2) นำคู่มือการใช้ชุดกิจกรรมเสนอให้ประธาน กรรมการผู้ควบคุม

ปริญญานิพนธ์ และผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน ตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม ปรากฏว่าในขั้นนี้ คู่มือการใช้ชุดกิจกรรมถูกต้องเหมาะสมไม่ได้ปรับปรุงอะไร

(3) นำคู่มือการใช้ชุดกิจกรรม จัดทำรูปเล่มสมบูรณ์สามารถนำมาใช้ได้

3. การพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

หลังจากที่ผู้วิจัยได้สร้างชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรียบร้อยแล้ว ก็จะดำเนินการพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ตามเกณฑ์ความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการและผลลัพธ์โดยเฉลี่ยร้อยละ 80/80 และเปรียบเทียบจุดเด่นจากพัฒนาการทางการเรียนของผู้เรียนในด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ในเรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ตามขั้นตอนดังนี้

3.1 การหาประสิทธิภาพของกระบวนการและประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (E_1/E_2) ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินการหาประสิทธิภาพ ดังนี้

การทดลองครั้งที่ 1 หาประสิทธิภาพเป็นรายกลุ่มย่อย 1: 5

ผู้วิจัยได้นำชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นทั้งหมด 8 ชุดย่อย ไปทดลองสอนกับนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 5 คน เป็นนักเรียนที่ละความสามารถ เนื่องจากเป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมจึงทดลองรายบุคคลไม่ได้ต้องใช้ 1 กลุ่มย่อยนำไปทดลองสอนกับนักเรียนชาวเขาเผ่าม้ง โรงเรียนสันติสุข สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยาเขต 2 เพื่อพิจารณาเกี่ยวกับภาษา เนื้อหา เวลาที่ใช้ และกิจกรรมที่ใช้ในชุดกิจกรรม โดยการสังเกตพฤติกรรมอย่างใกล้ชิด การสัมภาษณ์ ตรวจดูผลงานจากการทำแบบฝึกหัด ใบบงาน การร่วมกิจกรรม แล้วนำผลไปประมวล จากการทดลองครั้งที่ 1 พบว่า เนื้อหาและใบบงานมากไป เวลาที่ใช้บางชุดกิจกรรมน้อยไป ภาษาที่ใช้เช่นคำว่า ฮ่องกงฟุด เด็กไม่รู้จัก จึงปรับแก้เป็น โรคน้ำกัดเท้าเพิ่มเติมเข้าไป แล้วนำข้อมูลที่ได้มาปรับปรุงแก้ไขชุดกิจกรรม

การทดลองครั้งที่ 2 หาประสิทธิภาพเป็นรายกลุ่มใหญ่ 1 : 15

หลังจากการปรับปรุงแก้ไขชุดกิจกรรมจากการทดลองเป็นรายกลุ่มย่อยแล้วก็นำชุดกิจกรรมมาทำการทดลองเป็นรายกลุ่มใหญ่กับนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 15 คน ซึ่งเป็นนักเรียนชาวเขาเผ่าม้ง โรงเรียนสันติสุข สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 นักเรียนกลุ่มนี้จะเป็นนักเรียนที่ละความสามารถ การทดลองครั้งนี้จะสังเกตพฤติกรรมอย่างใกล้ชิดเพื่อดูข้อบกพร่องเกี่ยวกับกิจกรรมการเรียน เวลาที่ใช้ สถานการณ์ ลักษณะกิจกรรม การทำงานกลุ่มร่วมกัน เนื้อหา การมีส่วนร่วม จากการทดลองครั้งที่ 2 พบว่า การออกแบบกลุ่มยังไม่เหมาะสม เนื่องจาก ถ้าจำนวนนักเรียนมากไป ทำให้นักเรียนไม่ได้ทำกิจกรรมทุกคน นักเรียนว่างงาน หรือ ถ้าจำนวนนักเรียนน้อยไปก็ทำกิจกรรมไม่เสร็จทันเวลา จึงต้องปรับเปลี่ยนจำนวนคนในกลุ่มแต่ละชุดกิจกรรมให้สอดคล้องกับกิจกรรมที่จัดให้ และปรับเวลาให้สอดคล้องกับความยากง่ายของกิจกรรมแต่ละชุด แล้วนำข้อมูลที่ได้มาปรับปรุงแก้ไขชุดกิจกรรม

การทดลองครั้งที่ 3 ดำเนินการทดลองเพื่อหาประสิทธิภาพภาคสนาม

ผู้วิจัยนำชุดกิจกรรมที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขเรียบร้อยแล้วจากการทดลองทั้ง 2 ครั้ง ไปใช้ทดลองกับนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ซึ่งเป็นนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนขุนกำลัง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 เพื่อหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ตามเกณฑ์ 80/80 หาค่าความสัมพันธ์ของประสิทธิภาพของกระบวนการกับประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (E_1/E_2) ใช้สูตรของเสาวณีย์ สิกขาบัณฑิต ผลการทดลองครั้งที่ 3 พบว่า ชุดกิจกรรมทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล มีประสิทธิภาพของกระบวนการกับประสิทธิภาพของผลลัพธ์ เท่ากับ 83.61/ 81.66

3.2 การตรวจสอบประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมโดยการเปรียบเทียบ

พัฒนาการทางการเรียนของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรม

(Pretest- Posttest)

ในการเปรียบเทียบพัฒนาการทางการเรียนของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ก่อนใช้และหลังใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม โดยใช้สถิติทดสอบ t – test Dependent Sample โดยใช้แบบแผนการทดลอง ดังนี้

3.2.1 แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองผู้วิจัยได้ใช้แบบแผนการทดลองแบบ One Group Pretest – Posttest Design (ลัวัน และอังคณา สายยศ. 2538 : 198 – 199) โดยมีแบบแผนการวิจัยดังนี้

ตาราง 12 แสดงแบบแผนการทดลอง

สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
T_1	X	T_2

เมื่อกำหนดให้

X	แทน	การทดลอง
T_1	แทน	การทดสอบก่อนการทดลอง
T_2	แทน	การทดสอบหลังเรียน

3.2.2 วิธีการดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองด้วยตนเอง ในการดำเนินการทดลองได้ทำตามขั้นตอน ดังนี้

2.2.1 ทำการทดสอบความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของผู้เรียน ก่อนการใช้ชุดกิจกรรม (Pretest) โดยใช้แบบทดสอบความรู้ แบบวัดเจตคติ และแบบวัดการปฏิบัติ เกี่ยวกับสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เมื่อเสร็จสิ้นการทดสอบแล้วตรวจให้คะแนนและเก็บรวบรวมผลไว้

2.2.2 ดำเนินการสอนตามกิจกรรมที่กำหนดไว้ในชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ในเรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคลที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จนครบทุกชุดกิจกรรม

2.2.3 เมื่อเสร็จสิ้นการสอนจากชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมทุกชุดแล้ว ทำการทดสอบความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขอนามัยส่วนบุคคล ของผู้เรียนอีกครั้งหนึ่ง (Posttest) เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองแล้วตรวจให้คะแนนและเก็บรวบรวมผลไว้ แล้วนำผลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพัฒนาการทางการเรียนของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ หลังใช้ชุดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ทดสอบหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม โดยการเทียบหาค่าความสัมพันธ์ของประสิทธิภาพของกระบวนการ (E_1) กับประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (E_2)

2. เปรียบเทียบพัฒนาการทางการเรียนของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ หลังจากการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมแล้ว ด้วยการทดสอบก่อนเรียน (Pretest) และการทดสอบหลังเรียน (Posttest) โดยใช้สถิติทดสอบ t – test Dependent Sample

การวิเคราะห์ข้อมูลในครั้งนี้ได้ใช้โปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้คอมพิวเตอร์ SPSS for WINDOW

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน

1.1 ค่าเฉลี่ย (Mean)

1.2 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน

ใช้การวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนความรู้ คะแนนเจตคติ และคะแนนการปฏิบัติ ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ t – test แบบ Dependent Sample

สำหรับการคำนวณหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล หาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม E_1 / E_2 โดยใช้วิธีการคำนวณหาค่าร้อยละ ซึ่งใช้สูตรของเสาวณีย์ สิกขาบัณฑิต (2528 : 295)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ คือ 80/80 และเพื่อเปรียบเทียบพัฒนาการทางการเรียนของผู้เรียน ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ก่อนและหลังจากการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

E_1	แทน	ประสิทธิภาพของกระบวนการที่จัดไว้ในชุดกิจกรรมคิดเป็นร้อยละ จากการทำงานแบบฝึกหัดหรือกิจกรรมประกอบการเรียนระหว่างเรียน
E_2	แทน	ประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (พฤติกรรมที่เปลี่ยนไปในตัวผู้เรียนหลังจากการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรม) คิดเป็นร้อยละจากการทำแบบทดสอบความรู้หลังเรียน
$\sum X$	แทน	คะแนนรวมจากการทำแบบฝึกหัดหรือประกอบกิจกรรมระหว่างเรียน
$\sum F$	แทน	คะแนนรวมจากการทำแบบทดสอบความรู้หลังเรียนของผู้เรียน
N	แทน	จำนวนผู้เรียนในกลุ่มตัวอย่าง
A	แทน	คะแนนเต็มของแบบฝึกหัด และ/หรือกิจกรรมการเรียนรู้
B	แทน	คะแนนเต็มของการสอบหลังเรียน และ/หรือกิจกรรมหลังเรียน
$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ยของคะแนน
S.D.	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	ค่าที่ใช้ในการพิจารณา t-test Dependent Sample

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล และการแปลผลการวิเคราะห์ในการทดลองนี้ ผู้วิจัยขอเสนอตามลำดับ ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์หาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

ตาราง 13 แสดงผลการวิเคราะห์หาประสิทธิภาพของกระบวนการที่จัดไว้ในชุดกิจกรรมคิดเป็นร้อยละจากการทำใบงาน แบบฝึกหัดและกิจกรรมระหว่างเรียน (E_1) กับประสิทธิภาพของผลลัพธ์ คิดเป็นร้อยละจากการทำแบบทดสอบความรู้หลังเรียน (E_2) ตามเกณฑ์ 80/80

ชุดกิจกรรม	N	A	$\sum X$	E_1	B	$\sum F$	E_2
ชุดกิจกรรมที่ 1 ตา	30	49	1180	80.27	20	490	81.66
ชุดกิจกรรมที่ 2 หู	30	33	817	82.52			
ชุดกิจกรรมที่ 3 จมูก	30	34	879	86.17			
ชุดกิจกรรมที่ 4 ผม	30	35	914	87.04			
ชุดกิจกรรมที่ 5 ผิวหนัง	30	35	916	87.23			
ชุดกิจกรรมที่ 6 ปากและฟัน	30	35	876	83.42			
ชุดกิจกรรมที่ 7 มือ เท้า และเล็บ	30	60	1490	82.77			
ชุดกิจกรรมที่ 8 เสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย	30	30	729	81.00			
รวมชุดกิจกรรม สุขอนามัยส่วนบุคคล	30	311	7801	83.61	20	490	81.66

จากตาราง 13 แสดงให้เห็นประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล มีประสิทธิภาพของกระบวนการที่จัดไว้ในชุดกิจกรรม (E_1) และประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (E_2) เท่ากับ 83.61/81.66 เท่ากับเกณฑ์ประสิทธิภาพที่ตั้งไว้ 80/80 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 1

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์เพื่อเปรียบเทียบพัฒนาการทางการเรียนของผู้เรียน ที่ได้รับการเรียนรู้จากชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

2.1 ผลการเปรียบเทียบพัฒนาการทางการเรียนด้านความรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ก่อนและหลังได้รับการเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

ตาราง 14 ผลการเปรียบเทียบพัฒนาการทางการเรียนด้านความรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังการทดลอง

	N	$\bar{X}$	S.D.	t
Pretest	30	7.40	2.06	23.86**
Posttest	30	16.33	0.80	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 , $t (\alpha = .01, df = 29) = 2.462$

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตาราง 14 ปรากฏว่า พัฒนาการทางการเรียนด้านความรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 หลังใช้ชุดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐาน ข้อ 2

2.2 ผลการเปรียบเทียบพัฒนาการทางการเรียนด้านเจตคติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ก่อนและหลังได้รับการเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

ตาราง 15 ผลการเปรียบเทียบพัฒนาการทางการเรียนด้านเจตคติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังการทดลอง

	N	$\bar{X}$	S.D.	t
Pretest	30	46.70	4.50	9.14**
Posttest	30	52.00	3.77	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 , $t (\alpha = .01, df = 29) = 2.462$

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตาราง 15 ปรากฏว่า พัฒนาการทางการเรียนด้านเจตคติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 หลังใช้ชุดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐาน ข้อ 2

2.3 ผลการเปรียบเทียบพัฒนาการทางการเรียนด้านการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ก่อนและหลังได้รับการเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

ตาราง 16 ผลการเปรียบเทียบพัฒนาการทางการเรียนด้านการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังการทดลอง

	N	$\bar{X}$	S.D.	t
Pretest	30	43.40	4.97	8.09**
Posttest	30	47.67	5.18	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 , $t (\alpha = .01, df = 29) = 2.462$

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากตาราง 16 ปรากฏว่า พัฒนาการทางการเรียนด้านการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 หลังใช้ชุดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐาน ข้อ 2

บทที่ 5

สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดพะเยา ซึ่งสรุปสาระสำคัญและผลการศึกษาค้นคว้าได้ดังนี้

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดพะเยา ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ ดังนี้

1. ประสิทธิภาพของกระบวนการกับประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (E_1/E_2) ที่ระดับ 80/80
2. พัฒนาการทางการเรียนของผู้เรียน เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ หลังใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

สมมุติฐานทางการวิจัย

ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ คือ

1. มีประสิทธิภาพของกระบวนการกับประสิทธิภาพของผลลัพธ์ ที่ระดับ 80/80
2. พัฒนาการทางการเรียนของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล หลังใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมสูงกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร

เป็นนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนขุนกำลัง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 จำนวน 2 ห้องเรียน รวมทั้งสิ้น 62 คน

กลุ่มตัวอย่าง

เป็นนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนขุนกำลัง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple

Random Sampling) โดยการนำมาจับฉลากเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 1 ห้องเรียน รวม 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบทดสอบความรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เป็นข้อสอบปรนัย ชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 1 ฉบับ จำนวน 20 ข้อ มีค่าความยากง่ายตั้งแต่ 0.41 – 0.67 ค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ 0.30 – 0.81 มีค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบความรู้ทั้งฉบับ 0.82

2. แบบวัดเจตคติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบลิเกิตสเกล (Likert Scale) ชนิด 3 ตัวเลือก จำนวน 20 ข้อ ที่มีค่า t-distribution ตั้งแต่ 2.35 – 5.80 มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ 0.70

3. แบบวัดการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบลิเกิตสเกล (Likert Scale) ชนิด 3 ตัวเลือก จำนวน 20 ข้อ ที่มีค่า t-distribution ตั้งแต่ 2.08 – 5.65 มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ 0.69

การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

1. ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 8 ชุดกิจกรรมย่อย คือ ตา หู จมูก ฝ่ามือ ฝ่าเท้า และฟัน มือ เท้า และเล็บ เสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย ชุดกิจกรรมนี้ได้ปรับปรุงรูปแบบมาจากชุดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ในโครงการส่งเสริมศักยภาพของนักเรียนในโรงเรียนกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2543 ประกอบด้วย

- (1) ส่วนนำ
- (2) สารสำคัญ
- (3) ผังวิเคราะห์เนื้อหา
- (4) สารการเรียนรู้
- (5) จุดประสงค์การเรียนรู้
- (6) สื่อ/แหล่งการเรียนรู้
- (7) กิจกรรมการเรียนรู้ มีขั้นตอนการจัดกิจกรรม ดังนี้
 - (7.1) ประสบการณ์
 - (7.2) การสะท้อนความคิดและอภิปราย
 - (7.3) เข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด
 - (7.4) การทดลองหรือประยุกต์แนวคิด
- (8) การประเมินผล
- (9) กิจกรรมนอกเวลา
- (10) ข้อเสนอแนะ

2. คู่มือการใช้ชุดกิจกรรมทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เป็นเอกสารแนะนำเกี่ยวกับชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้น เพื่ออำนวยความสะดวกให้แก่ครูในการใช้ชุดกิจกรรม สำคัญประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 การแนะนำชุดกิจกรรม

ส่วนที่ 2 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

ส่วนที่ 3 เนื้อหาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

ส่วนที่ 4 แผนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

ส่วนที่ 5 การประเมินผลและเครื่องมือการประเมินผลชุดกิจกรรม

ส่วนที่ 6 แหล่งข้อมูลเพิ่มเติมในการเรียนรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

3. การพัฒนาและหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โดยดำเนินการพัฒนาและหาประสิทธิภาพดังนี้

(3.1) การทดลองครั้งที่ 1 หาประสิทธิภาพเป็นรายกลุ่มย่อย 1 : 5

โดยนำกิจกรรมที่สร้างขึ้นทั้ง 8 ชุด ไปทดลองสอนกับนักเรียนชาวเขาเผ่าม้ง โรงเรียนสันติสุข สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 จำนวน 5 คน เพื่อพิจารณาเกี่ยวกับภาษา เนื้อหา เวลา และกิจกรรมที่ใช้ในชุดกิจกรรม โดยการสังเกตพฤติกรรมอย่างใกล้ชิด การสัมภาษณ์ ตรวจสอบผลงานจากการทำแบบฝึกหัด ใบงาน การร่วมกิจกรรม แล้วนำผลไปประมวลพบว่า เนื้อหาและใบงานมากไป เวลาที่ใช้บางชุดกิจกรรมน้อยไป ภาษาที่ใช้ เช่นคำว่า ฮ้องกงฟุด เด็กไม่รู้จัก จึงปรับแก้เป็น โรคน้ำกัดเท้าเพิ่มเติมเข้าไป แก้ไขตามที่พบข้อบกพร่องดังกล่าว

(3.2) การทดลองครั้งที่ 2 หาประสิทธิภาพเป็นรายกลุ่มใหญ่ 1 : 15

หลังจากการปรับปรุงแก้ไขชุดกิจกรรมจากการทดลองเป็นรายกลุ่มย่อย แล้วก็นำชุดกิจกรรมมาทำการทดลองเป็นรายกลุ่มใหญ่กับนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 15 คน ซึ่งเป็นนักเรียนชาวเขาเผ่าม้ง โรงเรียนสันติสุข สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 นักเรียนกลุ่มนี้จะเป็นนักเรียนที่ละความสามารถ การทดลองครั้งนี้จะสังเกตพฤติกรรมอย่างใกล้ชิดเพื่อดูข้อบกพร่องเกี่ยวกับกิจกรรมการเรียน เวลาที่ใช้ สถานการณ์ ลักษณะกิจกรรม การทำงานกลุ่มร่วมกัน เนื้อหา การมีส่วนร่วม จากการทดลองครั้งที่ 2 พบว่า การออกแบบกลุ่มยังไม่เหมาะสม เนื่องจาก ถ้าจำนวนนักเรียนมากไป ทำให้นักเรียนไม่ได้ทำกิจกรรมทุกคน นักเรียนว่างงาน หรือ ถ้าจำนวนนักเรียนน้อยไปก็ทำกิจกรรมไม่เสร็จทันเวลา จึงต้องปรับเปลี่ยนจำนวนคนในกลุ่มแต่ละชุดกิจกรรมให้สอดคล้องกับกิจกรรมที่จัดให้ และปรับเวลาให้สอดคล้องกับความยากง่ายของกิจกรรมแต่ละชุด แล้วนำข้อมูลที่ได้นำมาปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องดังกล่าว

(3.3) การทดลองครั้งที่ 3 ดำเนินการทดลองเพื่อหาประสิทธิภาพภาคสนาม ผู้วิจัยนำชุดกิจกรรมที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขเรียบร้อยแล้วจากการทดลองทั้ง 2 ครั้ง ไปใช้ทดลองกับนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ซึ่งเป็นนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนขุนกำลัง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ตามเกณฑ์ 80/80 ผลการทดลองครั้งที่ 3 พบว่า ชุดกิจกรรมทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล มีประสิทธิภาพของกระบวนการที่จัดไว้ในชุดกิจกรรม (E_1) ดังนี้ ชุดที่ 1 เท่ากับ 80.27 ชุดที่ 2 เท่ากับ 82.52 ชุดที่ 3 เท่ากับ 86.17 ชุดที่ 4 เท่ากับ 87.04 ชุดที่ 5 เท่ากับ 87.23 ชุดที่ 6 เท่ากับ 83.42 ชุดที่ 7 เท่ากับ 82.77 ชุดที่ 8 เท่ากับ 81.00 มีประสิทธิภาพรวมทั้ง 8 ชุดกิจกรรม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เท่ากับ 83.61 และมีประสิทธิภาพของผลลัพธ์จากการทำแบบทดสอบความรู้หลังเรียน (E_2) เท่ากับ 81.66 ดังนั้น ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 มีประสิทธิภาพของกระบวนการกับประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (E_1/E_2) เท่ากับ 83.61/81.66 เท่ากับ เกณฑ์ประสิทธิภาพที่ตั้งไว้ 80/80

วิธีการดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองด้วยตนเอง ในการดำเนินการทดลองได้ทำตามขั้นตอน ดังนี้

1. ทำการทดสอบความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ ก่อนการใช้ชุดกิจกรรม (Pretest) โดยใช้แบบทดสอบความรู้ แบบวัดเจตคติ และแบบวัดการปฏิบัติ เกี่ยวกับสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น เมื่อเสร็จสิ้นการทดสอบแล้วตรวจให้คะแนนและเก็บรวบรวมผลไว้
2. ดำเนินการสอนตามกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดไว้ในชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จนครบทุกชุดกิจกรรม
3. เมื่อเสร็จสิ้นการสอนตามชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทุกชุดแล้วทำการทดสอบความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของผู้เรียนอีกครั้ง (Posttest) ด้วยแบบทดสอบชุดเดียวกันกับแบบทดสอบก่อนเรียน เมื่อเสร็จสิ้นการทดสอบแล้วตรวจให้คะแนนและเก็บรวบรวมผลไว้

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ทดสอบหาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม โดยการเทียบค่าความสัมพันธ์ของประสิทธิภาพของกระบวนการกับประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (E_1/E_2)
2. เปรียบเทียบพัฒนาการทางการเรียนของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล หลังจากการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม ด้วยการทดสอบก่อนเรียน (Pretest) และการทดสอบหลังเรียน (Posttest) โดยใช้สถิติทดสอบ t-test Dependent Sample

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดพะเยา มีประสิทธิภาพเท่ากับ 83.61 / 81.66 ซึ่งเท่ากับเกณฑ์ประสิทธิภาพที่ตั้งไว้ คือ 80 / 80
2. พัฒนาการทางการเรียนของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

จากการทดลองโดยใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพ ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 นั้นสามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

1. ประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 หลังจากการทำวิจัยเสร็จสิ้นแล้วพบว่า ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของนักเรียนชาวเขา มีประสิทธิภาพเท่ากับ 83.61 / 81.66 เป็นเท่ากับเกณฑ์ที่กำหนดไว้ คือ 80 / 80 ซึ่งเป็นไปตาม สมมุติฐานข้อที่ 1 ซึ่งสามารถอภิปรายผลที่ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม มีประสิทธิภาพเนื่องจากชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ได้มุ่งเน้นการฝึกทักษะและสร้างเจตคติจากประสบการณ์ของผู้เรียน เป็นการเรียนรู้ที่เน้นการปฏิบัติ อาศัยหลักการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยพื้นฐานสำคัญประการแรก คือ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ คือ การจัดกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้จากประสบการณ์ของผู้เรียน เกิดความรู้ใหม่ ๆ อย่างต่อเนื่อง และประการที่ 2 คือ การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ คือ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีหลักสำคัญ คือ ต้องการให้เกิดการเรียนรู้สูงสุด โดยการแบ่งปันประสบการณ์ การได้สะท้อนความคิดและถกเถียง การสรุปความคิดรวบยอด ตลอดจนได้ทดลองหรือประยุกต์แนวคิด เพื่อให้เกิดการพัฒนาหรือการเปลี่ยนแปลงที่นำไปสู่การเรียนรู้ใหม่ ๆ อย่างต่อเนื่อง มีการเรียนรู้ที่เกิดจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนกับผู้เรียน และระหว่างผู้เรียนกับครูผู้สอน ทำให้เกิดการถ่ายทอดทางภาษา การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การคิดวิเคราะห์ การสังเคราะห์ การสรุปผลและการนำเอาความรู้ ทักษะต่าง ๆ รวมทั้งเจตคติและค่านิยมอันพึงประสงค์ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งกระบวนการเหล่านี้จะนำไปสู่การพัฒนา ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติของนักเรียนให้ดียิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของประกายแก้ว แปรโคสูง (2541 : บทคัดย่อ) วิภาพรรณ ผลผลา (2541: บทคัดย่อ) จริยา อภิรักษ์อาภา (2542 : บทคัดย่อ) สุขฤดี รัชตฤงคารสกุล (2543: บทคัดย่อ) กฤษณา ตรียมณีรัตน์ (2544: บทคัดย่อ) และวชิรา บุตรวิบูลย์ (2545 : บทคัดย่อ) ที่ใช้โปรแกรมทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม

ทำให้นักเรียนหลังจากทดลองมีความรู้ เจตคติ การปฏิบัติหลังทดลองดีกว่าก่อนทดลองและเป็นไปตามทฤษฎีการเรียนรู้ด้วยการลงมือปฏิบัติ (Leaning by Doing) ของจอห์น ดิวอี้ (สรวงศ์ โค้วตระกูล. 2537 : 203 ; อ้างอิงจาก John Dewey. 1910. *How We Think.*) ที่กล่าวว่า การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อผู้เรียนได้ลงมือกระทำ และประสบการณ์มีความสำคัญอย่างมาก นอกจากนี้ชุดกิจกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนี้เป็นสื่อประสมที่ได้บูรณาการระหว่างนวัตกรรมทางการศึกษาหลากหลายชนิด ประกอบด้วย สื่อ อุปกรณ์ รูปภาพ โมเดล เกม เพลง ใบความรู้ ใบงาน แบบฝึกหัด แบบทดสอบ และกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งเน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียนให้มากที่สุด ซึ่งสอดคล้องเหมาะสมกับพัฒนาการของวัยนี้ ที่ต้องการการลงมือปฏิบัติ การได้มีส่วนร่วม การได้รับการยอมรับ การได้แสดงความคิดเห็น โดยการโต้แย้ง ถกเถียง การระดมสมอง คิดวิเคราะห์ สังเคราะห์งานออกมา โดยกระบวนการกลุ่มที่ละความสามารถทำให้เด็กเก่งต้องช่วยเด็กอ่อน และเด็กอ่อนก็ได้เรียนรู้ทั้งจากครูและเพื่อน ทำให้นักเรียนมีความสนใจ กระตือรือร้น โดยเฉพาะการปฏิบัติในกิจกรรมการเรียนรู้ทุกอย่างที่จัดขึ้น ทำให้เกิดการพัฒนาความคิด เจตคติ และส่งผลต่อการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดีขึ้น สอดคล้องกับศรีไกร รุ่งรอด (2533 : 63; อ้างอิงจาก Young. 1872 : 603) กล่าวว่า นักเรียนจะเรียนรู้อะไรต่าง ๆ ได้จากกันและกันมากมาย และการเรียนรู้จากกันและกันของนักเรียนจะทำให้เกิดความเข้าใจได้ดีกว่าการเรียนรู้จากครู เพราะภาษาที่นักเรียนใช้พูดจาสื่อสารกันนั้น สื่อความเข้าใจได้ดีและเหมาะสม เนื่องจากวัยของนักเรียนด้วยกันนั้นใกล้เคียงกันมากกว่าวัยของนักเรียนกับครู และสอดคล้องกับการวิจัยของบรูซ (Bruce. 1972 : 429) ได้ทำการเปรียบเทียบวิธีสอนแบบใช้ชุดการเรียนการสอนกับการสอนแบบธรรมดา ซึ่งการวิจัยผลปรากฏว่า การสอนโดยใช้ชุดการเรียนการสอนได้ผลดีกว่าการสอนแบบธรรมดา

2. การเปรียบเทียบพัฒนาการทางการเรียนของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 2 ผลการวิจัยครั้งนี้สามารถอภิปรายเหตุผล คือ การจัดการเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมมีกระบวนการสอนทั้งด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติ โดยการตั้งคำถาม การแลกเปลี่ยนความรู้ การระดมสมอง การอภิปราย การแสดงความรู้สึก การใช้จินตนาการ การใช้ความคิดสร้างสรรค์ การเล่าความรู้สึกหรือประสบการณ์ การได้ลงมือกระทำ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของประกายแก้ว แปรโคสูง (2541 : บทคัดย่อ) ที่ศึกษาประสิทธิผลของวิธีสอนโดยการเรียนแบบร่วมมือ เรื่อง โรคขาดสารอาหาร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดบุรีรัมย์ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยการเรียนแบบร่วมมือ เรื่อง โรคขาดสารอาหาร นักเรียนมีความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติดีกว่าก่อนได้รับการสอนโดยการเรียนแบบร่วมมือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วน พรณี ทิพย์ธาดล (2542 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษา เรื่อง ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาที่ประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพตามสุขบัญญัติแห่งชาติของนักเรียนชั้น

ประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสุเหร่าปากคลองลำรี จังหวัดนนทบุรี ผลการศึกษา คะแนนเฉลี่ยความรู้ เจตคติของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนคะแนนเฉลี่ยการปฏิบัติของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และภายหลังการทดลองคะแนนเฉลี่ยความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพส่วนบุคคลของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งจากที่วิธีสอนโดยการเรียนแบบร่วมมือกับประสิทธิผลของโปรแกรม มาใช้พัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียนในด้านความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพนักเรียนได้เรียนรู้ทำให้เกิดความรู้ มีเจตคติที่ถูกต้อง และนำมาซึ่งการปฏิบัติที่ถูกต้อง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลนั้น ครูผู้สอนควรปฏิบัติ ดังนี้

1. ครูอธิบายถึงหลักการ ความสำเร็จและความสำคัญของการทำงานร่วมกัน และนักเรียนทุกคนได้มีส่วนร่วมมากที่สุด ถึงจะทำให้การทำงานกลุ่มประสบความสำเร็จได้
2. ในการทำการทดสอบแต่ละครั้ง ครูบอกคะแนนให้ทราบในทุกชุดกิจกรรม ทุกครั้ง เพื่อสร้างความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรมในครั้งต่อไป
3. ในการทำกิจกรรมให้นักเรียนได้แสดงออก ได้สร้างสรรค์ผลงาน ได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมไม่ว่าจะเป็นการแปร่งฟัน การล้างมือ การซักผ้า การอาบน้ำ สระผม โดยเฉพาะการออกไปทำกิจกรรมนอกห้องเรียน นักเรียนจะมีความกระตือรือร้นและให้ความสนใจเป็นพิเศษ
4. ในการทำกิจกรรมครูมีการเสริมแรงทั้งการบวกและลบ สำหรับนักเรียนหรือกลุ่มที่ทำงานด้วยความตั้งใจ ผลงานนำเสนอออกมาได้ดี ครูยกย่องชมเชย และกลุ่มที่ไม่ช่วยกันทำงาน และขาดความรับผิดชอบ ครูจะตักเตือนและคอยดูแลแนะนำอย่างใกล้ชิด
5. ในการทำชุดกิจกรรมการเรียนรู้ให้นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมมากที่สุด ซึ่งเกิดจากการออกแบบกลุ่มที่เหมาะสม ซึ่งกลุ่มแต่ละประเภทจะมีข้อดีและข้อจำกัดที่ต่างกัน และให้มีการบรรลุความสำเร็จของงานที่ได้รับมอบหมายตามระยะเวลาที่กำหนดไว้ด้วย

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษารูปแบบวิธีสอนโดยใช้ชุดกิจกรรมทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมกับเนื้อหาในกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่น ๆ เช่น ภาษาไทย คณิตศาสตร์ สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม
2. ควรศึกษาวิจัยในตัวแปรอื่น ๆ จากการใช้ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เช่น ความคิดสร้างสรรค์ การคิดแก้ปัญหา ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสูงษ์. (2528). จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ภาควิชาแนะแนว และจิตวิทยาศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- กรมการศึกษานอกโรงเรียน. (2541). คู่มือการจัดกิจกรรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติด สำหรับกลุ่มเป้าหมายการศึกษานอกโรงเรียน. กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กรมพลศึกษา. (2531?). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพเพื่อแสวงหาเส้นทางไปสู่สุขภาพดี ถ้วนหน้า เมื่อปี 2543 : ศึกษาเฉพาะนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา.
- กรมวิชาการ. (2545). เอกสารประกอบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 คู่มือการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา. กรุงเทพฯ: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- กรมสามัญศึกษา. (2522). รายงานการป้องกันยาเสพติดในโรงเรียนระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา. กรุงเทพฯ: กรมฯ.
- กรมสุขภาพจิต. (2541). คู่มือกลุ่มบำบัดเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับกลุ่มเสี่ยง. นนทบุรี: กรมฯ.
- (2543). คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารพิษในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น. กรุงเทพฯ: ศรีเมืองการพิมพ์.
- กรมอนามัย. (2539). บทคัดย่อการประชุมวิชาการของกรมอนามัยประจำปีงบประมาณ 2539 ณ โรงแรมลิเตลตี้ จังหวัดเชียงราย วันที่ 17-19 กรกฎาคม 2539. กรุงเทพฯ: กรมฯ.
- (2540). รายงานประจำปี 2539 กรมอนามัย. กรุงเทพฯ: กรมฯ.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2544). แนวดำเนินการโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียนประถมศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภา.
- กระทรวงศึกษาธิการ สำนักงานปลัดกระทรวง สำนักนโยบายและแผนการศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม. (2544). สถิติการศึกษาฉบับย่อ ปีการศึกษา 2542. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภา.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2542). บทคัดย่องานวิจัยและวิทยานิพนธ์สายงานส่งเสริมสุขภาพ สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. กรุงเทพฯ: ม.ป.พ.
- กฤษฎา ตริยมณีรัตน์. (2544). ประสิทธิภาพของโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ใช้การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่มีต่อพฤติกรรมป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอ บางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- กองทันตสาธารณสุข กรมอนามัย. (2545). *ทันตสุขภาพ*. (ออนไลน์). แหล่งที่มา : http://www.anamai.moph.go.th/teeth1/body_teeth1.htm. วันที่สืบค้น 7 มีนาคม 2545.
- กองระบาดวิทยา. (2545). *แพทย์และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขโปรดร่วมกันเฝ้าระวังโรคมือ เท้า และ ปาก*. (ออนไลน์). แหล่งที่มา : http://epid.moph.go.th/cd/Hand_Foot_Mouth.html. วันที่สืบค้น 7 มีนาคม 2545.
- (2545). *สาธารณสุขเตือนการระบาดของโรคตาแดง*. (ออนไลน์). แหล่งที่มา : <http://epid.moph.go.th/Information/conjunctivitis.html>. วันที่สืบค้น 7 มีนาคม 2545.
- กัลยา สุขปะทิว. (2538). *ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติต่อการอนุรักษ์น้ำและพฤติกรรมการอนุรักษ์น้ำตามการรับรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ครุศาสตร์ มหาบัณฑิต. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- กาญจนา เกียรติประวัติ. (2524). *นวัตกรรมทางการศึกษา*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- กิดานันท์ มลิทอง. (2531). *เทคโนโลยีร่วมสมัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ขจิตถัย บุรุษพัฒน์. (2518?). *ชาวเขา*. กรุงเทพฯ: ม.ป.พ.
- คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 9. (2544). *แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 พ.ศ. 2545 - 2549*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- คณะอนุกรรมการพัฒนาการสอนและผลิตวัสดุอุปกรณ์การสอนคณิตศาสตร์. (2544). *ชุดการเรียนรู้การสอนสำหรับครูคณิตศาสตร์*. กรุงเทพฯ: คณะอนุกรรมการฯ ทบวงมหาวิทยาลัย.
- คณะอนุกรรมการพัฒนาการสอนและผลิตวัสดุอุปกรณ์การสอนวิทยาศาสตร์. (2545). *ชุดเสริมประสบการณ์สำหรับครูวิทยาศาสตร์*. กรุงเทพฯ: คณะอนุกรรมการฯ ทบวงมหาวิทยาลัย.
- จรรยา อภิรักษ์อาภา. (2542). *ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เพื่อป้องกันเอดส์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จังหวัดราชบุรี*. วิทยานิพนธ์การศึกษา มหาบัณฑิต. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จินตนา เสถียรวิริยคุณ. (2536). *ปัจจัยที่เกี่ยวกับเจตคติในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ครุศาสตร์มหาบัณฑิต. (การประถมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ฉลองชัย สุวัฒน์บุรณ์. (2528). *การเลือกและการใช้สื่อการสอน*. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. อัดสำเนา.

- ชญาณิชฐ์ ธรรมนิษฐาน. (2543). พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียน
มัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ สตริวิทยา 2 สังกัดกรมสามัญศึกษา
กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ชม ภูมิภาค. (2516). จิตวิทยาการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- (2524). เทคโนโลยีทางการสอนและการศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ประสานมิตร.
- ชลิดา เกษประดิษฐ์. (2545, กรกฎาคม-กันยายน). การดำเนินงานพัฒนานาอานามัยบนพื้นที่สูง
วารสารสาธารณสุขมูลฐาน. 3(3) : 76.
- ชวาล แพรัตกุล. (2518). เทคนิคการวัดผล. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- ชัยยงค์ พรหมวงศ์. (2520). การเปรียบเทียบสัมฤทธิ์ผลของนักเรียนชั้นประถมศึกษาที่เรียนจาก
ห้องเรียนแบบครูเป็นศูนย์กลางและห้องเรียนแบบศูนย์การเรียน. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- (2523). นวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการศึกษากับการสอนระดับอนุบาล. กรุงเทพฯ:
ไทยวัฒนาพานิช.
- ชัยยงค์ พรหมวงศ์ และคณะ. (2523). ระบบสื่อการสอน. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- ชูชีพ อ่อนโคกสูง. (2524). การผลิตชุดการสอนระดับประถมศึกษากลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์
ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 เรื่อง เสียง. กรุงเทพฯ: ม.ป.พ.
- เชิดศักดิ์ โฆวาสินธุ์. (2520). การวัดทัศนคติและบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ไชยยศ เรืองสุวรรณ. (2522). หลักการและทฤษฎีเทคโนโลยีการศึกษา. กรุงเทพฯ: เรือนแก้ว
การพิมพ์.
- (2533). หลักการและทฤษฎีเทคโนโลยีทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: เรือนแก้ว
การพิมพ์.
- จิตติร ทองสุข. (2541). การพัฒนาชุดการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต สำหรับนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (เทคโนโลยีการศึกษา).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2518). อิทธิพลของสังคมต่อทัศนคติของวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : สถาบัน
ระหว่างชาติสำหรับการค้นคว้าเรื่องเด็ก.
- ดารณี เกตุอุไร. (2531). การเปรียบเทียบระหว่างความคาดหวังกับการปฏิบัติจริงเกี่ยวกับการ
การบริหารโครงการสุขภาพของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษา. วิทยานิพนธ์ครุศาสตร
มหาบัณฑิต. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
ถ่ายเอกสาร.

- ถวิล ธาราโกชน. (2522). *จิตวิทยาสังคม*. ลพบุรี: วิทยาลัยครูเทพสตรี.
- ทบวงมหาวิทยาลัย. (2525). *ชุดการเรียนรู้การสอนสำหรับครูวิทยาศาสตร์ เล่ม 1*. กรุงเทพฯ: ทบวงฯ. อัดสำเนา.
- ทวีสิทธิ์ ลิทธิกร. (2531). *การสอนสุขศึกษา*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- (2533). *การสอนสุขศึกษา*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาสุขศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- (2535). *บูรณาการการสอนสุขศึกษา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ์.
- ทศนา แชมมณี. (2522). *กลุ่มสัมพันธ์ : ทฤษฎีและแนวปฏิบัติ เล่ม 1*. กรุงเทพฯ: บุรพาติลปีการพิมพ์.
- เทพ สงวนกิตติพันธ์. (2545). *ทักษะชีวิต (Life Skills) : เพื่อความสุขและความสำเร็จของชีวิต*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธงชัย สาระกุล. (2541?). *ภูมิปัญญาในการดูแลสุขภาพตนเองชุมชนชาวเขา 6 เผ่า*. นครสวรรค์: ม.ป.พ.
- ธนวรรณ อัมสมบูรณ์. (2542). พฤติกรรมสุขภาพ. ใน *สารานุกรมศึกษาศาสตร์ฉบับเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในวโรกาสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 5 ธันวาคม 2542*. หน้า 301-304. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ธีรวุฒิ เอกะกุล. (2542). *เอกสารประกอบการสอนรายวิชากรวัดเจตคติ*. อุบลราชธานี: คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏอุบลราชธานี.
- ธีระพร อูวรรณโณ. (2528, ตุลาคม-ธันวาคม). การวัดทัศนคติ : ปัญหาในการใช้เพื่อทำนายพฤติกรรม. *ครุศาสตร์*. 14(2) : 131-157.
- นพณัฐ จำปาเทศ. (2542). *ความรู้เจตคติและการปฏิบัติในการดำเนินงานสุขศึกษาเกี่ยวกับเอดส์ของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขประจำสถานีอนามัย จังหวัดสมุทรปราการ*. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (เทคโนโลยีการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นิภา มนูญิจ. (2528). *การวิจัยทางสุขศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: อักษรบัณฑิต.
- นุชลดา ส่องแสง. (2540). *การสร้างชุดการเรียนรู้การสอนวิชาคณิตศาสตร์ เรื่องการบวก การลบ ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1*. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (การประถมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2533, สิงหาคม). การประเมินผลสื่อการสอน. *จุลสาร คพศ.สปช.*. กรุงเทพฯ: ม.ป.พ. 4 : 23 - 29
- (2537). *การพัฒนาการสอน*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.

- ประกายแก้ว แปรโคสูง. (2541). *ประสิทธิผลของวิธีการสอนโดยการเรียนแบบร่วมมือ เรื่อง โรคขาดสารอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- ประภาพรรณ เกตุศร. (2539). *การศึกษาประสิทธิภาพของชุดการเรียนรู้การสอนสำหรับเรียนด้วยตนเอง วิชาคณิตศาสตร์ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เรื่อง ร้อยละ. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. (2520). *ทัศนคติ : การวัดการเปลี่ยนแปลงและพฤติกรรมอนามัย. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.*
- (2526). *การสอนสุขศึกษา : ทฤษฎีและการประยุกต์. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.*
- (2537). *การวัดสถานะทางสุขภาพ : การสร้างมาตราส่วนประมาณค่าและแบบสอบถาม. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ภาพพิมพ์.*
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ และสวีน สุวรรณ. (2534). *พฤติกรรมศาสตร์ พฤติกรรมสุขภาพและสุขศึกษา. กรุงเทพฯ: เจ้าพระยาการพิมพ์.*
- ประเสริฐ ดันสกุล. (2538). *ยุทธศาสตร์ทักษะชีวิตเพื่อการพัฒนาบุคลิกภาพเยาวชน. ใน รายงานการประชุมสัมมนาเพื่อหาแนวทางการนำยุทธศาสตร์ทักษะชีวิตมาใช้ในการป้องกันยาเสพติด. หน้า 20-22. กรุงเทพฯ: กองป้องกันยาเสพติด สำนักงานป้องกันและปราบปรามยาเสพติด.*
- ปิยะพงษ์ สุริยะพรหม. (2546). *การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้แบบ 4MAT เรื่องป่าชุมชน เพื่อส่งเสริมเจตคติต่อการอนุรักษ์ป่าชุมชน และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (การประถมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- พรศรี บุญรอด. (2545). *การพัฒนาชุดกิจกรรมคณิตศาสตร์ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ เรื่อง ปริมาตรและพื้นที่ผิว ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.*
- พรรณี ทิพย์ธราดล. (2542). *ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาที่ประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพส่วนบุคคลตามสุขบัญญัติแห่งชาติของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสุเหร่าปากคลองลำรี จังหวัดนนทบุรี. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร*

- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2538). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*. กรุงเทพฯ: สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- . (2540). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ: สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พอล และอีเลน ลูวิส. (2532?). *หกเผ่าชาวดอย*. แปลโดย ศิริวรรณ สุขพานิช. กรุงเทพฯ: หัดถกรรมชาวเขา.
- ไพฑูรย์ ปลอดอ่อน. (2537). *การสร้างชุดการสอน เรื่องไฟฟ้า กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6*. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ไพศาล หวังพานิช. (2523). *การวัดผลการศึกษา*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช. (2533). *เอกสารการสอนชุดวิชาการพัฒนาแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หน่วยที่ 1 – 7*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย.
- ยุพิน พิพิธกุล. (2530). *การสอนคณิตศาสตร์*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการมัธยมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ยุพิน พิพิธกุล; และอรพรรณ ต้นบรรจง. (2531). *สื่อการเรียนการสอนคณิตศาสตร์*. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เยาวรักษ์ อนุรักษ์. (2543). *กระบวนการสุศึกษากับการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: ชิกม่าดีไซด์กราฟฟิค.
- รัตนภรณ์ อัครมรัตน์. (2532). *วิเคราะห์นิทานพื้นบ้านชาวเขาเผ่าม้ง*. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (ภาษาไทย). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รุ่งทิวา จักรกร. (2527). *วิธีการสอนทั่วไป*. กรุงเทพฯ: รุ่งเรืองธรรม.
- ล้วน สายยศ. (2530). *หลักการวิจัยทางการศึกษา*. กรุงเทพฯ: ศึกษาพร.
- . (ม.ป.ป.). *เทคนิคการวัดเจตคติ*. ใน *เอกสารประกอบการอบรมการวัดผลการศึกษา* หมายเลข 12.2. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2538). *เทคนิควิจัยทางการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาสน์.
- วชิรา บุตรวัยวุฒิ. (2545). *ผลของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่มีต่อเจตคติในการป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดนวลนรดิศ กรุงเทพมหานคร*. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วาสนา ชาวหา. (2525). *เทคโนโลยีทางการศึกษา*. กรุงเทพฯ: อักษรสยามการพิมพ์.

- วิชัย วงษ์ใหญ่. (2525). พัฒนาหลักสูตรและการสอน-มิติใหม่. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- . (2543). เอกสารประกอบการอบรมโครงการส่งเสริมศักยภาพของนักเรียนในสังกัดกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ: ม.ป.พ.
- วิภาพรรณ ผลผลา. (2541). ประสิทธิภาพของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อป้องกันเอดส์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสตรีวิทยา 2. ปรินุณยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วีระ ไทยพานิช. (2529). 57 วิธีสอน. กรุงเทพฯ: ภาควิชาเทคโนโลยีทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วีระวัฒน์ เอี่ยมละออ. (2543). ผลของการใช้เทคนิคแม่แบบควบคู่กับการใช้หลักฟรีแมคเพื่อพัฒนาความสามารถในการอ่านของนักเรียนชาวเขาเผ่าม้ง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านร่องสำนอำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา. ปรินุณยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ศรไกร รุ่งรอด. (2533). การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์และการให้การร่วมมือต่อกลุ่มของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมการเรียนรู้แบบ STAD กับกิจกรรมการเรียนรู้ตามคู่มือครูของ สสวท.. ปรินุณยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ศรัณย์ นักรบ. (2541). ดนตรีชาวเขาเผ่าเย้า กรณีศึกษาหมู่บ้านผาเตือ อำเภอแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย. ปรินุณยานิพนธ์ศิลปกรรมศาสตรมหาบัณฑิต. (มานุษยดุริยางควิทยา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ศักดิ์ สุนทรเสณี. (2531). เจตคติ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์รุ่งวัฒนา.
- ศิริมา แสงอรุณ. (2544). สุขภาพส่วนบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร เขตราชบุรีบูรณะ. ปรินุณยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ศุภณิ ธรรมปิติ. (2546). ผลของการใช้แผนการสอนแบบ 4MAT หน่วยการเรียนรู้ เรื่อง ตัวเราที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4. ปรินุณยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (การประถมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สงวน สุทธิเลิศอรุณ. (2526). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: อักษรบัณฑิต.
- สมจิตต์ สุพรรณทัศน์. (2526). การจูงใจ. ใน เอกสารการสอนชุดวิชาสุขศึกษา หน่วยที่ 6. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

- สมใจ แก่นสิงห์. (2531). บทบาทของครูที่มีต่อโครงการสุขภาพในโรงเรียนมัธยมศึกษา
สังกัดกรมสามัญศึกษา เขตการศึกษา 5 ตามการรับรู้ของตนเอง. วิทยานิพนธ์ครุศาสตร
มหาบัณฑิต. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สมบุรณ์ ชิตพงศ์. (2523). เทคนิคการวัดและการประเมินผลการเรียนการสอนสังคมศึกษา.
กรุงเทพฯ: สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สมบุรณ์ เกียรตินันท์; และกัมมมาล กุมารปาวา. (2541). ปัญหาสุขภาพอนามัยและ
การสาธารณสุขของชาวเขาและชนกลุ่มน้อย. ใน รายงานผลการวิจัยนำเสนอในการประชุม
ทางวิชาการ หมายเลข 4. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: คณะวิจัยโครงการวิจัยชุดประเมิน
สถานภาพองค์ความรู้ เรื่อง สถานภาพและการดำรงชีวิตของชาวเขาและชนกลุ่มน้อยใน
ประเทศไทย.
- สมศักดิ์ สินธุระเวชญ์. (2522). ระดับของเจตคติ. กรุงเทพฯ: บพิธการพิมพ์.
- (2526). เอกสารประเมินผลการเรียน วิชาสุขศึกษา ระดับมัธยมศึกษา. เอกสารเพื่อพัฒนา
คุณภาพการประเมินผลการศึกษา อันดับ 1. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. (2544). เทียนส่องทาง กรณีศึกษา :
ทักษะชีวิตเพื่อส่งเสริม ป้องกันและแก้ไขปัญหาลูกหลานที่ส่งผลกระทบต่อเด็กจากสถานการณ์
เอดส์. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภา.
- สำนักงานปลัดทบวงมหาวิทยาลัย. (2543). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางด้านบทบาท
หน้าที่ในผู้ติดเชื้อ HIV และผู้ป่วยเอดส์ ผลของรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตใน
การส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันโรคเอดส์ของนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาเอกชน.
กรุงเทพฯ: ม.ป.พ.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2531?). รายงานเบื้องต้นข้อมูลระดับหมู่บ้าน การสำรวจประชากร
ชาวเขา พ.ศ. 2529 จังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย พะเยา. กรุงเทพฯ: สำนักงานฯ
- สำนักงานสาธารณสุข อำเภอบึง. (2545). แบบรายงานผลการตรวจปัญหาสายตาคิดปกติ
สภาวะการได้ยินผิดปกติ โรคหูน้ำหนวก หันตสุขภาพ การขาดสารอาหาร และไอโอดีนของ
เด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษา (ป.1-ป.6). (แบบรายงานผล). พะเยา: สำนักงานฯ. อัดสำเนา.
- สุกิจ ศรีพรหม. (2541, กันยายน). ชุดการสอนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน. วารสารวิชาการ.
1(9) : 68 - 72
- สุฤดี รัชตฤงการสกุล. (2543). โปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้า
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา
กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต.
(สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุชาติ โสมประยูร. (2542). การสอนสุขศึกษา. กรุงเทพฯ: เอมีเทรดดิ้ง.
- สุชาติ โสมประยูร และเอมอัสชา วัฒนบุรานนท์. (2525). เพศศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ:
ไทยวัฒนาพานิช.

- สุดารัตน์ ไผ่พงศาวงศ์. (2543). การพัฒนาชุดกิจกรรมคณิตศาสตร์ที่ใช้จัดการเรียนการสอนแบบ CIPPA MODEL เรื่อง เส้นขนานและความคล้าย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. ปรินิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุนทรี หิมารัตน์. (2533). การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์และความคงทนในการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้ชุดการเรียนด้วยตนเองกับการสอนตามคู่มือครู. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุนันท์ มาตรโคกสูง. (2543). ความคิดเห็นของชาวไทยภูเขาบนพื้นที่สูงต่อกิจกรรมการศึกษา นอกโรงเรียนในจังหวัดตาก. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (การศึกษาผู้ใหญ่). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุนีย์ ละกำป็น. (2541). การพัฒนารูปแบบกิจกรรมส่งเสริมความสามารถในการดูแลสภาพตนเองสำหรับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5. ปรินิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุนีย์ เหมาะประสิทธิ์. (2533). การพัฒนาชุดการเรียนการสอนเพื่อแก้ไขข้อบกพร่องในการแก้โจทย์ปัญหาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4. ปรินิพนธ์ การศึกษาดุษฎีบัณฑิต. (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุภาพ ศิลปาวาที. (2540). การพัฒนาชุดการสอน เรื่อง หลักการตรวจซ่อมเครื่องใช้ไฟฟ้าภายในบ้าน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (เทคโนโลยีการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุรางค์ โค้วตระกูล. (2537). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- เสริมศรี สงเนียม. (2539). การพัฒนาชุดการสอน เรื่อง “การแกะสลัก” ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. ปรินิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (เทคโนโลยีการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์; และเอนกกุล กรี่แสง. (2519). หลักเบื้องต้นของการวัดผลการศึกษา. พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- เสาวณีย์ ลิกขาบัณฑิต. (2528). เทคโนโลยีทางการศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ.
- อธิพร ศรียมก. (2525). เอกสารการสอนชุดวิชาสื่อการสอนระดับมัธยมศึกษา หน่วยที่ 1-15. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

- อัญชลี สิงห์สุต. (2534). ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้และเจตคติกับพฤติกรรมการป้องกัน
การติดเชื้อโรคเอดส์ของนักศึกษาระดับอาชีวศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. (พยาบาลศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- อัญชัญ อินคำ. (2536). การศึกษาประสิทธิภาพของแบบฝึกหัดเสริมนักเรียนชาวเขาเผ่าแม้ว
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ที่มีปัญหาการอ่านออกเสียงตัวสะกดไม่ชัดเจน. วิทยานิพนธ์
การศึกษามหาบัณฑิต. (การประถมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อำนวย ธีรรัตน์ศรีสกุล. (2540). การสร้างแบบทดสอบด้านการปฏิบัติการพยาบาลสำหรับ
นักเรียนพยาบาล. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เอี่ยมพร ทองกระจาย. (2535). ความรู้ ทักษะเกี่ยวกับเอดส์และพฤติกรรมทางเพศในกลุ่ม
เยาวชน : ข้อมูลเบื้องต้นจากการพัฒนากลุ่ม. ใน การประชุมวิชาการพฤติกรรมสุขภาพ
ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- Allport, G. W. (1935). Attitude. in *Handbook of Social Psychology*. by Murchison.
Woreester Mass : Clark University Press.
- Amus, Oladipo Aduroja. (1984). *The Influence of Predisposing, Enabling, Reinforcing
Factor on Certain Health Behaviors of School-Age Children in the University of
Nigeria*. Nigeria : The C.V. Mosby Company.
- Anastasi, Ann. (1982). *Psychological Testing*. 5th ed., New York : Macmillan.
- Brawley, O.D. (1975, January). A Study to Evaluate the Effects of Using Muti-Media
Instructional Modules to Teacher Time-telling to Retarted Learners. *Dissertation
Abstracts International*. 35(7) : 4280A.
- Brown, James w. (1973). *A.V. Instruction Technology Media and Methods*. New York :
Mc Graw-Hill.
- Daun, Jame E. (1973). *Individualized Instructional Program and Materials*.
Englewood Cliffs. New Jersey : Educational Technology.
- Edward, Clefford H. (1975, February). Chang Teacher Behaviour through Self-Instruction
and Supervised Micro Teacher in Competency Based Program. *The Journal of
Educational Research*. 87(2) : 25.
- Edwards, Allen Louis. (1957). *Techniques of Attitude Scale Construction*. New York :
Appleton Century Crofts.

- Fishbein, Martin and Icek Ajzen. (1967). *Belief, Attitude, Intention and Behavior ; An Introduction to Theory and Research*. New York : Addison-Wesley.
- Good, Carter V. (1973). *Dictionary of Education*. Edited by Carter V. Good. New York : McGraw Hill.
- Guynes, L. C. (1994, January). School personal as models of health behaviors Among forth-grade public school children. *Dissertation Abstracts International*. 55(5) : 1835A.
- Heathers, Glan. (1964, September). A Working Definition of Individualized Instructional. *Journal the Education Leadership*. 8(24) : 342-344.
- Herrisberger Lee. (1973). Self Paced Individually Describe Instruction. *Personlized System of Instruction*. W.A. Benjamin, Inc., Phillipnes.
- Insko, C., A. Arkoff and V. Insko. (1965, January). Effects of High and Low Feararousing Communications upon opinions Toward Smoking. *Journal Experimental Social Psychology*. 1 : 256-266.
- Kapfer, Phillip G. & Mirian B, Kapfer. (1972). *Learning Package in American Education*. Englewood Cliff, N.T. : Education Technology Publication.
- Lewis, Phillip. (1968). *Instructional Process and Media Innovation*. Chicago Rand: Mc Nally.
- McDonald, Fedric J. (1959). *Educational Phychology*. San Francisco : Wedsworth Publishing.
- Meeks, Elija Bruce. (1972, February). Learning Packages Versus Conventional Methods of Instruction. *Dissertation Abstracts International*. 32(8) : 4295A – 4296A.
- Moribor, George. (1969, August). The Effects of Programmed Instruction in college Physical Science cecourse for Non-Science Student. *Journal of Research in Science Teaching*. 6(3) : 214.
- Newcomb, Theodore Mead, Palph H. Turn and Phillip E. (1954). *Converse Social Psychology*. New York : Holt Rinehart.
- Norton, Marry Ann. (1987). *The Relationship of Parental Health Promoting Lifestyle to School-Age Children's Self-Esteem Perceive Health Status, Health Belives and Health behavior*. The university of Texas : Austin publication.
- Plummer, Partricia Ford. (1993, March). Assessment of nutrition knowledge, attitude and behaviors of tenth grade students in Massachusetts public high schools. *Nutrition Education International*. 53(8) : 4597A.

- Rosenberg, G. and others. (1960). *Attitude Organization and Change*. New Heaven : Yale University.
- Strickland, W. R. (1971, November). A Comparison of a course a Traditional lecture course in general biology. *Dissertation Abstracts International*. 32(6) : 2541-A.
- Triandis, Harry C. (1971). *Attitude and Attitude Change*. New York : John Wiley & Sons.
- Wilson, Cynthia Lavise. (1989, August). An Analysis of a Direct Instruction Produce in Teaching Word Problem-Solving to Learning Disabled Student. *Dissertation Abstracts International*. 50 (02A) : 416.
- World Health Organization. (1994). *Life Skills Education for Children and Adolescents in Schools*. Geneva : World Health Organization.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก.
รายนามผู้เชี่ยวชาญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

นางศิวพร จตุกุล	ศึกษานิเทศก์ ระดับ 8 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
นายสาคร วงศ์เพิ่ม	ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านเลี้ยว ผู้บริหารระดับ 8 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
นางวิไลภรณ์ ชื้อสัตย์	ครูเชี่ยวชาญ หัวหน้าฝ่ายวิชาการ โรงเรียนชุมชนบ้านบอน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพะเยา เขต 2 สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

ภาคผนวก ข.

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- แบบทดสอบความรู้ (ค่าความยาก(p), ค่าอำนาจจำแนก(r), ค่าความเชื่อมั่น)
 - แบบวัดเจตคติ (ค่าอำนาจจำแนก(t-distribution), ค่าความเชื่อมั่น)
- แบบวัดการปฏิบัติ (ค่าอำนาจจำแนก(t-distribution), ค่าความเชื่อมั่น)

ตาราง 17 ค่าความยาก (p) ค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของ
แบบทดสอบความรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

ข้อที่	ค่าความยาก (p)	ค่าอำนาจจำแนก (r)
1	0.67	0.30
2	0.43	0.48
3	0.44	0.37
4	0.57	0.56
5	0.52	0.59
6	0.41	0.37
7	0.59	0.37
8	0.52	0.59
9	0.56	0.52
10	0.41	0.37
11	0.54	0.33
12	0.56	0.59
13	0.50	0.56
14	0.56	0.81
15	0.41	0.52
16	0.41	0.52
17	0.56	0.59
18	0.50	0.78
19	0.46	0.48
20	0.54	0.48

ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) สูตร KR – 20 ของแบบทดสอบความรู้ เรื่อง สุขอนามัย
ส่วนบุคคล เท่ากับ 0.82

ตาราง 18 ค่าอำนาจจำแนก t-distribution และค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบวัดเจตคติ
เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก t - distribution
1	2.60
2	3.35
3	5.06
4	2.50
5	2.35
6	4.14
7	5.76
8	2.43
9	2.35
10	2.44
11	4.03
12	4.97
13	5.54
14	4.55
15	2.82
16	5.80
17	5.36
18	3.44
19	4.37
20	4.43

ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - coefficient) ตามวิธี
ของครอนบัค (Cronbach) ของแบบวัดเจตคติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เท่ากับ 0.70

ตาราง 19 ค่าอำนาจจำแนก t-distribution และค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของ
แบบวัดการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก t - distribution
1	2.91
2	3.93
3	2.08
4	4.03
5	2.80
6	3.60
7	3.53
8	5.65
9	2.64
10	3.53
11	3.07
12	4.80
13	4.62
14	4.78
15	4.91
16	3.78
17	3.68
18	4.11
19	3.64
20	3.35

ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - coefficient) ตามวิธี
ของครอนบัค (Cronbach) ของแบบวัดการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล เท่ากับ 0.69

ภาคผนวก ค.

ตัวอย่างเครื่องมือ

- แบบทดสอบความรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล
- แบบวัดเจตคติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล
- แบบวัดการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

แบบทดสอบความรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมายกากบาท (X) ทับ ข้อ ก. ข. ค. ง. ในกระดาษตอบที่เห็นว่า ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. ถ้ามีวัตถุหรือเศษผงเข้าตา ควรทำอะไร
 - ก. ลืมตาในน้ำสะอาด
 - ข. ใช้ผ้าที่สะอาดเช็ดออก
 - ค. อย่าขยี้ตา ควรใช้น้ำมือเช็ดออก
 - ง. ใช้สำลีสะอาดชุบน้ำยาล้างตา เช็ดตา
2. การปฏิบัติตามข้อใดป้องกันการเกิดความผิดปกติเกี่ยวกับหูมากที่สุด
 - ก. ใช้ไม้แคะหูร่วมกัน
 - ข. ใช้ยาหยอดหูทุกวัน
 - ค. ไม่ฟังวิทยุเสียงดังมาก ๆ
 - ง. ให้ช่างทำผมทำความสะอาดหู
3. ถ้าต้องการกัดหรือตัดอาหารเป็นชิ้นเล็ก ๆ ควรใช้ฟันอะไร
 - ก. ฟันหน้า
 - ข. ฟันเขี้ยว
 - ค. ฟันกราม
 - ง. ฟันกรามน้อย
4. ข้อใดเป็นการดูแลสุขภาพปากและฟันที่ถูกต้อง
 - ก. มานีปวดฟันแล้วซื้อยาแก้ปวดมารับประทานเอง
 - ข. มานะไปให้ทันตแพทย์ตรวจฟันอย่างน้อยปีละครั้ง
 - ค. สมใจแปรงฟันวันละครั้งตอนตื่นนอนเวลาเช้าเท่านั้น
 - ง. หลังจากรับประทานอาหารเสร็จทุกครั้ง ปิดจ๊ะอมลูกอมแทนการบ้วนปาก
5. ข้อใดที่นักเรียนไม่ควรทำเมื่อเป็นหวัด
 - ก. สัมผัสน้ำมูกแรง ๆ
 - ข. อาบน้ำอุ่นขณะเป็นหวัด
 - ค. ออกไปวิ่งเล่นกับเพื่อน ๆ
 - ง. นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ

6. การระวังรักษาจมูกควรปฏิบัติอย่างไร
 - ก. สัมผัสจมูกเบา ๆ
 - ข. ถอนขนจมูกบ่อย ๆ
 - ค. ห่มผ้าและขี้มูกบ่อย ๆ
 - ง. ดมยาตามทุกครั้งที่เป็นหวัด
7. เมื่อมีเลือดกำเดาไหลจะปฐมพยาบาลอย่างไร
 - ก. ให้นอนพักนิ่ง ๆ
 - ข. ให้ใช้มือบีบจมูกไว้นาน ๆ
 - ค. ให้ใช้น้ำอุ่นเช็ดรอบจมูกเบา ๆ
 - ง. นั่งเงยหน้าใช้น้ำแข็งประคบที่ตึงจมูก
8. การสระผมมีประโยชน์ต่อเส้นผมและหนังศีรษะอย่างไร
 - ก. ป้องกันการเกิดรังแคบนหนังศีรษะ
 - ข. ทำให้เส้นผมเงางาม ไม่แตกปลาย
 - ค. ทำให้เส้นผมและหนังศีรษะมีกลิ่นหอม
 - ง. ช่วยกำจัดคราบฝุ่นละอองและสิ่งสกปรกที่ติดกับเส้นผมให้หมดไป
9. ถ้านักเรียนเป็นเหาจะมีผลเสียต่อสุขภาพอย่างไร
 - ก. ทำให้ผมร่วงมากผิดปกติ
 - ข. เหาจะดูดเลือดบนหนังศีรษะ
 - ค. เป็นสาเหตุของโรคเชื้อราบนหนังศีรษะ
 - ง. เกิดความรำคาญ ต้องเกาศีรษะบ่อย ๆ
10. การใช้เครื่องเป่าผม เป่าเส้นผมทุกวันดีหรือไม่
 - ก. ดี เพราะเส้นผมจะแห้งเร็ว
 - ข. ดี เพราะเส้นผมจะเรียบจัดทรงง่าย
 - ค. ไม่ดี เพราะเส้นผมจะยาวช้ากว่าปกติ
 - ง. ไม่ดี เพราะเส้นผมจะกรอบและร่วงง่าย
11. กลากเป็นโรคผิวหนังชนิดหนึ่งที่เกิดจากอะไร
 - ก. ไวรัส
 - ข. เชื้อรา
 - ค. แบคทีเรีย
 - ง. เชื้อจุลินทรีย์

12. ข้อใดไม่ใช่วิธีการรักษานามัยของมือ

- ก. ก่อนรับประทานอาหารต้องล้างมือทุกครั้ง
- ข. หมั่นล้างมือด้วยน้ำสะอาดหรือฟอกสบู่ให้สะอาดอยู่เสมอ
- ค. ตัดเล็บมือให้สั้นอยู่เสมอ เพื่อไม่ให้เป็นแหล่งสะสมของเชื้อโรค
- ง. ควรแช่มือในน้ำอุ่นและหักข้อนิ้วมือทุกวัน เพื่อให้นิ้วมือแข็งแรง

13. การทำความสะอาดมือที่ดีที่สุด ควรทำอย่างไร

- ก. ล้างมือด้วยผงซักฟอก
- ข. ล้างด้วยน้ำสบู่หรือน้ำสะอาด
- ค. ล้างด้วยน้ำเกลืออุ่น ๆ ทุกครั้ง
- ง. ล้างด้วยเปลือกมะนาวหรือเปลือกมะกรูดภูมิมือทุกครั้ง

14. นักเรียนควรทำความสะอาดเล็บมืออย่างไร จึงจะทำให้เล็บสะอาดที่สุด

- ก. ใช้สำลีชุบน้ำสะอาดถูเล็บ
- ข. แช่มือในน้ำอุ่น 5 นาที แล้วเช็ดให้แห้ง
- ค. ใช้ไม้แคะขี้เล็บ แล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาด
- ง. ฟอกสบู่ใช้แปรงนิ่ม ๆ ขัดซอกเล็บ แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด

15. นักเรียนควรตัดเล็บด้วยวิธีใดจึงจะป้องกันไม่ให้เกิดสกปรกตกค้างอยู่ในเล็บมือ

- ก. ตัดโค้งตามรูปเล็บ
- ข. ตัดเว้าตามรูปเล็บ
- ค. ตัดตรงตามปลายนิ้วมือ
- ง. ตัดให้หูเล็บที่แข็งออกมาด้วย

16. นักเรียนที่มีเท้าที่เปียกชื้นอยู่เสมอ จะทำให้เกิดโรคอะไร

- ก. โรคพยาธิ
- ข. โรคตาปลา
- ค. โรคเท้าช้าง
- ง. โรคน้ำกัดเท้า

17. ข้อใดเป็นการรักษานามัยของเท้าที่ถูกต้อง

- ก. เวลาเดินควรลงน้ำหนักที่ส้นเท้า
- ข. ควรวิ่งด้วยความเร็วสูงสุดทุกวันโดยไม่สวมรองเท้า
- ค. ควรยืนหรือเดินด้วยเท้าเปล่า และวางเท้าให้ขนานกัน
- ง. ล้างเท้าและเช็ดให้สะอาดทุกครั้งโดยเฉพาะซอกเล็บและง่ามเท้า

18. การสวมรองเท้าให้ประโยชน์ต่อร่างกายอย่างไร

- ก. ช่วยให้เท้าเรียวยาวเล็ก
- ข. ป้องกันเล็บเท้าฉีกขาด
- ค. ช่วยให้เท้าสะอาดและเล็บแข็งแรง
- ง. ช่วยให้เท้าสะอาดและป้องกันพยาธิไชเท้า

19. นักเรียนควรสวมใส่เสื้อผ้าที่มีลักษณะอย่างไรจึงจะมีผลดีต่อร่างกาย

- ก. สวมเสื้อผ้าบาง ๆ ไม่ระคายเคืองผิวหนัง
- ข. สวมเสื้อผ้าที่เนื้อผ้านุ่ม ไม่ระคายเคืองผิวหนัง
- ค. สวมเสื้อผ้าที่แห้ง สะอาด รัดรูป เพื่อให้ร่างกายอบอุ่น
- ง. สวมเสื้อที่เหมาะสมกับร่างกายตามสภาพอากาศ ไม่ระคายเคืองผิวหนัง

20. การดูแลรักษาเสื้อผ้าให้สะอาดต้องปฏิบัติอย่างไร

- ก. สวมใส่ชุดเดิมจนกว่าจะสกปรกแล้วจึงนำไปซัก
- ข. ซักเสื้อผ้าที่ใช้แล้วทุกวันให้สะอาด แล้วนำไปตากให้ถูกแสงแดด
- ค. ซักเสื้อผ้าที่ใช้แล้วทุกวันด้วยน้ำเปล่าเท่านั้น เพื่อเป็นการถนอมผ้า
- ง. เสื้อผ้าที่สวมใส่แล้ว นำไปแขวนไว้ให้แห้งแล้วนำมาสวมใส่ใหม่อีกครั้ง

แบบวัดเจตคติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อ พิจารณาว่านักเรียนมีความคิดเห็นต่อข้อความนั้น
อย่างไร แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนเพียงข้อเดียว

ที่	ข้อความ	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย
1	การอาบน้ำอุ่นทำให้รู้สึกสะอาด สดชื่น			
2	การแปรงฟันทำให้ลมหายใจหอมสะอาดสดชื่น			
3	ใช้ช้อนรับประทานอาหารอยู่แล้ว ไม่ต้องล้างมือก่อนรับประทานอาหารก็ได้			
4	การล้างมือให้สะอาดและตัดเล็บให้สั้นจะช่วยป้องกันเชื้อโรคได้			
5	การสระผมสัปดาห์ละ 2 ครั้งทำให้ผมหอมสะอาดเงางาม			
6	การสระผมและดูแลเส้นผมช่วยป้องกันการเป็นเหาได้			
7	เมื่อมีฝุ่นละอองเข้าตา ควรใช้มือขยี้ตา เพื่อให้ฝุ่นละอองหลุดออก			
8	เวลาอ่านหนังสือต้องมีแสงสว่างเพียงพอ เพื่อให้สบายตา			
9	การแปรงฟัน ทำให้ฟันแข็งแรงและช่วยป้องกันฟันผุได้			
10	อาบน้ำทุกครั้งไม่จำเป็นต้องใช้สบู่ก็ได้			
11	การอ่านหนังสือบนยานพาหนะที่เคลื่อนไหวไม่ทำให้เสียสายตา			
12	การกินลูกอมไม่ทำให้ฟันผุ			
13	เราสามารถใช้น้ำกัดเท้าของแข็งได้			
14	การสวมเสื้อผ้าที่เปียกชื้นจะทำให้เราเป็นหวัดได้			
15	การตัดเล็บให้สั้นเป็นสิ่งที่ล้าสมัย			
16	การใช้นิ้วมือหรือเล็บแกะรูจุกจะทำให้รูจุกสะอาดได้			
17	เวลาที่เราเป็นหวัดควรสั่งน้ำมูกแรง ๆ เพื่อให้หายใจสะดวกขึ้น			
18	การเล่นกับคนที่เป็นโรคตาแดงทำให้ติดโรคได้			
19	เวลาฟังเพลงควรเปิดเครื่องเสียงให้ดังไม่เป็นอันตรายกับหู			
20	คนที่ใส่เสื้อผ้าสะอาดเรียบร้อยเป็นคนที่มึนบุคลิกภาพที่ดีน่ามอง			

แบบวัดการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมายถูก (/)ลงในช่องทางขวามือของข้อความตามความเป็นจริงที่นักเรียนได้ปฏิบัติเพียงข้อละ 1 ช่อง

ลำดับที่	ข้อความ	ปฏิบัติ ประจำ	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติเลย
1	อาบน้ำถูสบู่ทั่วร่างกายทุกครั้ง			
2	เวลาเป็นหวัดสั่งน้ำมูกแรงๆ			
3	สระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง			
4	เมื่อมีผงเข้าตาใช้มือขยี้ตา			
5	บ้วนปากหลังรับประทานอาหารทุกครั้ง			
6	ใช้ฟันกัดขบเคี้ยวของแข็ง			
7	กัดแทะเล็บมือเมื่อมีโอกาส			
8	แคะหูด้วยของแข็ง			
9	ดูแลเล็บมือและเล็บเท้าให้สะอาด			
10	ตัดเล็บมือและเล็บเท้าอาทิตย์ละครั้ง			
11	ล้างมือด้วยสบู่ให้สะอาดหลังใช้ห้องน้ำห้องส้วม			
12	ล้างมือให้สะอาดก่อนรับประทานอาหาร			
13	ใช้มือที่สกปรกจับอาหารเข้าปาก			
14	ล้างมือทุกครั้งที่ต้องจับต้องสิ่งสกปรก			
15	อมหรือดูดนิ้วมือเล่น			
16	ใส่เสื้อผ้าซ้ำเมื่อเห็นว่าไม่สกปรก			
17	ไม่อาบน้ำเมื่อมีอากาศหนาวเย็น			
18	ใช้เสื้อผ้าร่วมกับผู้อื่น			
19	สวมรองเท้าทุกครั้งเมื่อออกนอกบ้านหรืออาคาร			
20	เวลาไอหรือจามไม่ปิดปากและจมูก			

ภาคผนวก ง.

- **คะแนนของชุดกิจกรรม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ทั้ง 8 ชุด**
 - **คะแนนพัฒนาการทางการเรียน ด้านความรู้**
 - **คะแนนพัฒนาการทางการเรียน ด้านเจตคติ**
 - **คะแนนพัฒนาการทางการเรียน ด้านการปฏิบัติ**

ตาราง 20 คะแนนของชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

คนที่ เต็ม	ชุดที่ 1 49	ชุดที่ 2 33	ชุดที่ 3 34	ชุดที่ 4 35	ชุดที่ 5 35	ชุดที่ 6 35	ชุดที่ 7 60	ชุดที่ 8 30	คะแนนหลังเรียน (20 คะแนน)	
1.	34	27	27	26	27	26	47	23	16	
2.	38	21	31	28	30	29	49	23	16	
3.	41	28	28	30	33	31	48	25	16	
4.	39	29	30	27	29	29	49	26	16	
5.	33.5	23	30	31	30	28	50	26	16	
6.	40	24	32	32	28	29	50	28	16	
7.	44	29	32	29	31	30	51	23	16	
8.	42	29	32	31	31	28	48	26	16	
9.	35	28	22	28	29	26	48	23	16	
10.	40	29	32	29	31	27	51	21	16	
11.	36	20	31	28	32	28	47	20	16	
12.	40	24	31	32	30	31	50	26	16	
13.	38	29	30	29	29	30	50	21	17	
14.	42	28	32	31	31	28	50	27	18	
15.	41	26	30	30	33	30	50	24	19	
16.	38	24	31	31	32	31	51	27	16	
17.	41	29	29	35	30	29	52	26	16	
18.	48	30	29	34	33	32	54	27	17	
19.	40	32	28	31	31	28	50	24	16	
20.	36	23	24	27	27	26	48	23	16	
21.	36	24	29	32	30	31	49	24	16	
22.	37	26	26	27	30	26	49	24	16	
23.	42.5	31	30	32	34	32	50	23	15	
24.	41	31	30	31	31	30	51	25	16	
25.	45	30	29	34	33	32	52	27	16	
26.	44	28	31	35	30	28	51	24	17	
27.	41	32	31	32	32	29	51	24	16	
28.	30	24	25	32	28	30	45	23	16	
29.	39	30	29	30	29	30	52	24	17	
30.	38	29	28	30	32	32	47	22	18	
ΣX	1180	817	879	914	916	876	1490	729	ΣF	490
E_1	80.27	82.52	86.17	87.04	87.23	83.42	82.77	81.00	E_2	81.66

ตาราง 21 คะแนนพัฒนาการทางการเรียนด้านความรู้ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของ
นักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน โดยใช้
ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

คนที่	ก่อนเรียน (20 คะแนน)	หลังเรียน (20 คะแนน)	คนที่	ก่อนเรียน (20 คะแนน)	หลังเรียน (20 คะแนน)
1	7	16	16	10	16
2	7	16	17	9	16
3	8	16	18	10	17
4	9	16	19	6	16
5	3	16	20	4	16
6	4	16	21	8	16
7	7	16	22	5	16
8	9	16	23	8	15
9	7	16	24	9	16
10	6	16	25	10	16
11	7	16	26	9	17
12	5	16	27	9	16
13	10	17	28	7	16
14	7	18	29	6	17
15	11	19	30	5	18

ตาราง 22 คะแนนพัฒนาการทางการเรียนด้านเจตคติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของ
นักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน โดยใช้
ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

คนที่	ก่อนเรียน (20 คะแนน)	หลังเรียน (20 คะแนน)	คนที่	ก่อนเรียน (20 คะแนน)	หลังเรียน (20 คะแนน)
1	43	49	16	48	50
2	53	55	17	50	54
3	48	51	18	50	55
4	49	52	19	47	48
5	44	50	20	37	44
6	44	47	21	50	54
7	54	56	22	48	54
8	40	50	23	45	55
9	47	53	24	50	55
10	49	54	25	52	56
11	40	44	26	51	54
12	47	49	27	51	53
13	38	52	28	43	47
14	51	58	29	45	55
15	47	58	30	40	48

ตาราง 23 คะแนนพัฒนาการทางการเรียนด้านการปฏิบัติ เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล ของ
นักเรียนชาวเขา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน โดยใช้ชุดกิจกรรม
การเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

คนที่	ก่อนเรียน (20 คะแนน)	หลังเรียน (20 คะแนน)	คนที่	ก่อนเรียน (20 คะแนน)	หลังเรียน (20 คะแนน)
1	30	36	16	45	48
2	51	53	17	50	55
3	48	50	18	44	47
4	43	51	19	49	57
5	43	46	20	31	37
6	36	41	21	43	45
7	47	48	22	37	40
8	45	47	23	45	49
9	44	50	24	40	44
10	47	49	25	43	45
11	42	43	26	47	51
12	41	47	27	45	48
13	45	47	28	41	56
14	47	50	29	44	47
15	49	57	30	40	46

ภาคผนวก จ.
ตัวอย่างชุดกิจกรรม

ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

เรื่อง สุขอนามัยส่วนบุคคล

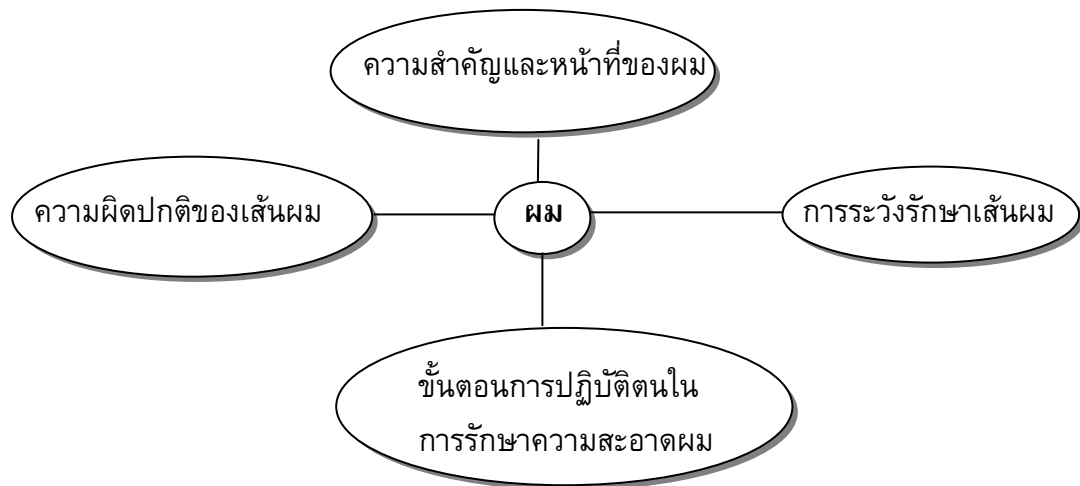
ชุดกิจกรรมที่ 4 ผม

เวลา 2 คาบ

สาระสำคัญ

เส้นผมเป็นอวัยวะที่ปกคลุมศีรษะ ป้องกันอันตรายที่อาจเกิดกับหนังศีรษะ นอกจากจะทำให้ช่วยส่งเสริมความสวยงามให้แก่ใบหน้าแล้วยังช่วยให้ร่างกายอบอุ่น ป้องกันแสงแดด ความร้อนหรือความเย็นได้ เราควรดูแลรักษาความสะอาดของเส้นผมอยู่เสมอ

ผังการวิเคราะห์เนื้อหา



สาระการเรียนรู้

1. ความสำคัญและหน้าที่ของผม
2. ความผิดปกติของผม
3. การระวังรักษาเส้นผม
4. ขั้นตอนการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผม

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถอธิบายความสำคัญและหน้าที่ของผมได้
2. นักเรียนสามารถบอกความผิดปกติเกี่ยวกับเส้นผมได้
3. นักเรียนสามารถอธิบายวิธีการระวังรักษาเส้นผมได้
4. นักเรียนสามารถบอกขั้นตอนในการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดของผมได้

สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

1. ใบงาน, ใบความรู้
2. อุปกรณ์ดูแลรักษาความสะอาดเส้นผม (แชมพู ,หวี, ผ้าเช็ดตัว)
3. ภาพเกี่ยวกับเส้นผม (ผมที่มีสุขภาพดี, ผมเสีย)
4. แบบตรวจสุขภาพผม

กิจกรรมการเรียนรู้

องค์ประกอบ PL	กลุ่ม	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน	สื่อ/เนื้อหา
ประสบการณ์	ใหญ่	ครูเล่นเกม “ยี่สิบคำถาม” ว่าครูนำภาพอะไรมา เมื่อครบคำถาม นำภาพมาเฉลย ถามว่า นักเรียนมีความรู้สึกรู้สึกหรือมีความคิดเห็นอย่างไรกับภาพ หากเราไม่มีเส้นผมจะเป็นอย่างไร และถ้าอยากให้มีผมสวยควรทำอย่างไร	-ภาพคนผมยาว - ประเด็นคำถาม
การสะท้อนความคิด และอภิปราย	2 คน ใหญ่	จับคู่ตรวจสุขภาพของเส้นผมเพื่อน ให้นักเรียนอธิบายหลังจากตรวจสุขภาพเส้นผมของเพื่อนว่า คนที่มีสุขภาพเส้นผมที่ดีเป็นอย่างไร และคนที่มีสุขภาพเส้นผมที่ไม่ดีเป็นอย่างไร	-แบบตรวจ สุขภาพผม - ประเด็นคำถาม
ความคิดรวบยอด	2 คน ใหญ่	นักเรียนจับคู่ศึกษาใบความรู้ และทำใบงาน ให้อาสาสมัครออกมาอธิบายถึงหน้าที่ของผม ความผิดปกติของเส้นผม การดูแลและการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดของผม	- ใบความรู้ - ใบงาน
การทดลองหรือ ประยุกต์แนวคิด	ใหญ่ ใหญ่ 2 คน	ครูอธิบายขั้นตอนในการรักษาความสะอาดของผม (การสระผม) ให้นักเรียนลงมือปฏิบัติการสระผม จับคู่ตรวจสุขภาพเส้นผมหลังสระ ครูถามถึงความรู้สึก กลิ่น ลักษณะของเส้นผมก่อนและหลังจากที่สระผมแล้ว ว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร	-อุปกรณ์ใน การทำความสะอาดผม (แชมพู,หวี, ผ้าเช็ดตัว)

การวัดและประเมินผล

1. การทำใบงาน
2. การตอบคำถาม
3. การร่วมกิจกรรม
4. การแสดงความคิดเห็น
5. การทำแบบฝึกหัดท้ายบท

กิจกรรมนอกเวลา

ให้นักเรียนจัดบันทึกขั้นตอนการระดมตามข้างขวดแชมพูลงในสมุด

ข้อเสนอแนะ

ในขั้นตอนการระดมควรแนะนำในการระดม เพื่อให้แชมพูเข้าตาได้

ใบความรู้ เรื่อง ผม

เส้นผมหรือขน นอกจากจะทำให้ช่วยส่งเสริมความสวยงามให้แก่ใบหน้าของเราแล้ว ยังช่วยให้ร่างกายอบอุ่น ป้องกันแสงแดด ความร้อนหรือความเย็นได้ บุคคลที่ได้ชื่อว่าสุขภาพอนามัยดี ไม่ได้อยู่ที่รูปร่าง และผิวพรรณเท่านั้น แต่ผมก็มีส่วนแสดงให้เห็นถึงสุขภาพที่ดีด้วยเช่นกัน คนที่มีผมสวยมักขึ้นอยู่กับกรรมพันธุ์ และการรู้จักบำรุงรักษาเช่นเดียวกับอวัยวะส่วนอื่น ๆ

ผมหรือขน เกิดจากผิวหนังชั้นกำพวด ส่วนของผมหรือขนที่โผล่ขึ้นมาอยู่เหนือผิวหนังส่วนที่อยู่ในผิวหนังหรือรากผม ที่บริเวณรอบรากผมจะมีต่อมไขมันเกาะอยู่เป็นกลุ่ม ซึ่งทอดลงไปจนถึงชั้นล่างของผิวหนังชั้นหนังแท้ ใกล้เคียง รากผมแต่ละเส้นจะมีท่อของต่อมไขมันเปิดอยู่ บริเวณโคนผมที่หนังศีรษะมีต่อมน้ำมัน น้ำมันนี้จะทำให้ผมอ่อนนุ่มและทำให้ผมมีน้ำมันมาหล่อเลี้ยง นอกจากนั้นยังทำให้ผมไม่เปราะง่ายด้วย น้ำมันที่รากผมของแต่ละบุคคลนี้แตกต่างกัน คนที่มีน้ำมันน้อยก็จะทำให้หนังศีรษะแห้ง เส้นผมแต่ละเส้นมีโคนเป็นตุ่มเล็ก ๆ ตุ่มหรือรากนี้ฝังลึกลงไปใต้ผิวหนังชั้นใน ตุ่มนี้จะทำหน้าที่สร้างขนให้ยาวออกมา จะพบว่าที่ปลายตุ่มนี้แต่ละตุ่มจะมีเส้นเลือดมาเลี้ยงทำให้ผมงอกงามออกมา ผมจะงอกยาวประมาณครึ่งนิ้วในระยะ 1 เดือน ที่โคนผมแต่ละเส้นมีกล้ามเนื้อเล็ก ๆ ยึดเส้นผมหรือขนอยู่ ถ้าเกิดความตึงหรือได้รับความเย็นกล้ามเนื้อนี้จะหดตัว จึงทำให้เส้นผมหรือขนตั้งขึ้น เรียกว่า “ขนลุก”

หน้าที่ของผม ผมทำหน้าที่ต่าง ๆ ดังนี้

1. ช่วยให้เกิดความร้อนแก่ศีรษะเมื่อเวลาถูกแดด และช่วยให้เกิดความอบอุ่นในขณะที่มีอากาศหนาวเย็น
2. ช่วยป้องกันการกระทบกระเทือน หรือภัยอันตรายอื่น ๆ ที่อาจมีต่อศีรษะ เพราะภายในกะโหลกศีรษะมีมันสมอง ซึ่งเป็นศูนย์รวมของประสาทที่สำคัญที่สุดของร่างกายบรรจุอยู่
3. ช่วยป้องกันการเสียดสีของร่างกาย เช่น ขนบริเวณรักแร้
4. ช่วยกรองกักฝุ่นละออง เป็นการป้องกันโรคทางอ้อม เช่น ขนจมูก
5. ช่วยดูดซับเหงื่อ เช่น ขนรักแร้ หรือขนคิ้ว

ความผิดปกติของเส้นผม อาจสังเกตได้จากลักษณะ ต่อไปนี้

1. ผมร่วงมากผิดปกติ ปกติเส้นผมหรือขนจะร่วงไปตามกาลเวลา และจะมีเส้นผมหรือขนใหม่ขึ้นมาแทน แต่บางคนอาจมีผมร่วงมากผิดปกติ เนื่องมาจากต่อมน้ำมันโคนผมไม่ผลิตน้ำมันมาหล่อเลี้ยงผม ความแข็งแรงและทนทานของเส้นผมแต่ละคน มักเป็นผลเนื่องมาจากการที่มีโลหิตมาเลี้ยงผมไม่เพียงพอ เป็นผลเนื่องมาจากการเจ็บป่วยด้วยโรคบางโรคที่ทำให้มีไข้สูง ต้องใช้โลหิตไปเลี้ยงส่วนที่ได้รับบาดเจ็บ จึงทำให้โลหิตมาเลี้ยงเส้นผมไม่เพียงพอ ทำให้ผมร่วงได้ การที่มีรังแค

มาก ก็อาจทำให้ผมร่วงได้

2. โรคเชื้อรา มีโรคเชื้อราหลายชนิดที่เกิดกับหนังศีรษะผม หรือขน และเป็นเหตุให้ผมร่วงได้
3. ผมมีขี้รังแค รังแคเกิดจากเซลล์ตามผิวหนังที่ตายและร่วงหลุดจากหนังศีรษะ ตามปกติ รังแคจะแห้ง และหลุดออกเป็นแผ่นเล็ก ๆ หนังศีรษะนี้จะมีการขับน้ำมันออกมาด้วย น้ำมันจะทำให้ รังแคเกาะติดกันเป็นก้อนและยึดติดกับเส้นผมไว้ ทำให้เห็นรังแคชัดเจน เสียบุคลิกภาพและทำความสะอาดได้ยาก
4. มีเหาอยู่บนศีรษะ เหาจะอาศัยอยู่บนหนังศีรษะ เกาะพักและวางไข่อยู่บนเส้นผม เหา เกิดขึ้นเนื่องจากการดูแลรักษาความสะอาดหนังศีรษะและเส้นผมไม่เพียงพอ

การปฏิบัติตนในการดูแลรักษาเส้นผม

1. ควรสระผมบ่อย ๆ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง เพราะการสระผมเป็นวิธีที่ช่วยรักษาผม และหนังศีรษะให้สะอาด โดยขจัดความสกปรกที่ติดอยู่ตามเส้นผมให้หมดไป การสระผมไม่ได้ทำให้ผมแห้ง เพราะการสระผมไม่สามารถเข้าไปถึงโคนผมที่ได้ผิวหนังได้ หมายความว่าต่อมน้ำมันที่โคนผมไม่ได้ถูกแชมพูสระผมชำระให้หมดไป แต่ยังคงผลิตน้ำมันอยู่เรื่อย ๆ ไป
2. การสระผมควรสระด้วยแชมพูสำหรับสระผม แล้วล้างด้วยน้ำให้สะอาด การใช้ ผงซักฟอกมาสระผมนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ควรทำ เพราะอาจเกิดอันตรายต่อหนังศีรษะได้ การสระผมควร สระด้วยแชมพูอย่างน้อย 2 ครั้ง แล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาดหรือน้ำอุ่น เพราะครั้งแรกจะได้ชะล้าง เอาสิ่งสกปรกออก ครั้งที่ 2 เป็นการนวดหนังศีรษะ ควรนวดหนังศีรษะไปด้วยในขณะที่สระผม เพื่อ กระตุ้นให้การไหลเวียนของโลหิตที่รากผมดีขึ้น หลังจากสระผมเสร็จแล้วควรเช็ดผมให้แห้งด้วยผ้า สะอาด
3. ควรแปรงผมหรือหวีผมบ่อย ๆ และแปรงให้ทั่วศีรษะทุกคืนก่อนนอน เพื่อขจัดเอาผงฝุ่น ละอองและรังแคออกจากผม การแปรงผมเป็นการกระตุ้นต่อมน้ำมัน ให้ขับน้ำมันออกมาเลี้ยงเส้นผม และช่วยให้การไหลเวียนโลหิตที่รากผมดีขึ้น ช่วยให้โลหิตมาเลี้ยงหนังศีรษะได้โดยทั่วถึง
4. ไม่ควรใช้แปรงแปรงผมหรือหวีร่วมกับคนอื่น เพื่อป้องกันการติดต่อโรคทางหนังศีรษะ เช่น กลาก เกื้อน เหา เป็นต้น แปรงแปรงผมหรือหวีควรล้างและทำความสะอาดบ่อย ๆ อย่างน้อยที่สุด ควรล้างทุกครั้งที่ใช้สระผม
5. การใช้น้ำมันหรือครีมใส่ผม คนที่ผมหรือหนังศีรษะแห้งอาจใช้น้ำมันหรือครีมช่วยได้ แต่ บางครั้งเราก็ใช้น้ำมันหรือครีมใส่ผมเพื่อจะได้หวีให้อยู่ในรูปทรงที่เราต้องการ
6. การตัดผม การย้อมผม การอบผม เป็นสิ่งที่อันตรายต่อเส้นผมได้ เพราะสารเคมี และความร้อนที่ใช้ จะทำให้เส้นผมแตกปลายและเปลี่ยนสีได้ง่าย ถ้าไม่จำเป็นควรหลีกเลี่ยง
7. การรับประทานอาหาร ผมก็เช่นเดียวกับอวัยวะอื่น ๆ คือต้องการอาหารที่มีประโยชน์ มหาหล่อเลี้ยงผิวหนัง ถ้าสุขภาพโดยทั่ว ๆ ไปของร่างกายดี ผมและหนังศีรษะก็จะมีสุขภาพที่ดีด้วย ดังนั้นควรรับประทานอาหารที่มีประโยชน์เพื่อบำรุงให้เส้นผมเงางาม และมีเสน่ห์

8. การตรวจรักษาโรคของเส้นผม ผู้ที่เป็นโรคเกี่ยวกับเส้นผม เช่นโรคเชื้อรา ผมร่วงมาก หรือมีรังแคมาก ควรปรึกษาแพทย์ตรวจรักษา อย่าปล่อยทิ้งไว้จนเกิดเป็นโรคเรื้อรังจะทำให้รักษาหายยาก

ขั้นตอนในการปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผม

1. ราดน้ำให้เปียกทั่วทั้งศีรษะ
2. เทแชมพูใส่ฝ่ามือเล็กน้อย
3. ชะโลมแชมพูบนผมแล้วใช้นิ้วมือขยี้ผมให้ทั่วศีรษะและนวดศีรษะเบา ๆ
4. เทน้ำสะอาดล้างแชมพูออกให้หมด
5. เทแชมพูใส่ฝ่ามืออีกครั้ง
6. ชะโลมแชมพูบนผมแล้วใช้นิ้วมือขยี้ผมให้ทั่วศีรษะและนวดศีรษะเบา ๆ
7. เทน้ำสะอาดล้างแชมพูออกให้สะอาด
8. ใช้ผ้าสะอาดเช็ดผมให้แห้ง

การดูแลรักษาเส้นผมเป็นสิ่งที่ทำได้ไม่ยาก ถ้าหากเด็กวัยเรียนมีความใส่ใจในการดูแลและรักษาความสะอาดของเส้นผม โดยสระผมให้สะอาดอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง จะเป็นการส่งเสริมบุคลิกภาพ เพิ่มเสน่ห์ให้กับตนเองและผู้ที่พบเห็น นอกจากนั้นยังเป็นการป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรคไปสู่ผู้อื่น โดยเฉพาะเหาบนหนังศีรษะซึ่งสามารถติดต่อไปยังเพื่อนร่วมห้องที่โรงเรียน ผู้ปกครอง พี่น้อง และบุคคลอื่น ๆ นับว่าเป็นการป้องกันการติดต่อของโรคได้ทางอ้อม

ใบงาน 1

สมาชิกกลุ่ม.....		
1. ชื่อ.....	ชั้น.....	เลขที่.....
2. ชื่อ.....	ชั้น.....	เลขที่.....

คำชี้แจง

ให้นักเรียนเติมข้อความลงในช่องว่างให้ถูกต้องและสัมพันธ์กัน

ถ้านักเรียนไม่ดูแลรักษาผมจะเกิดผลอย่างไร

ผม

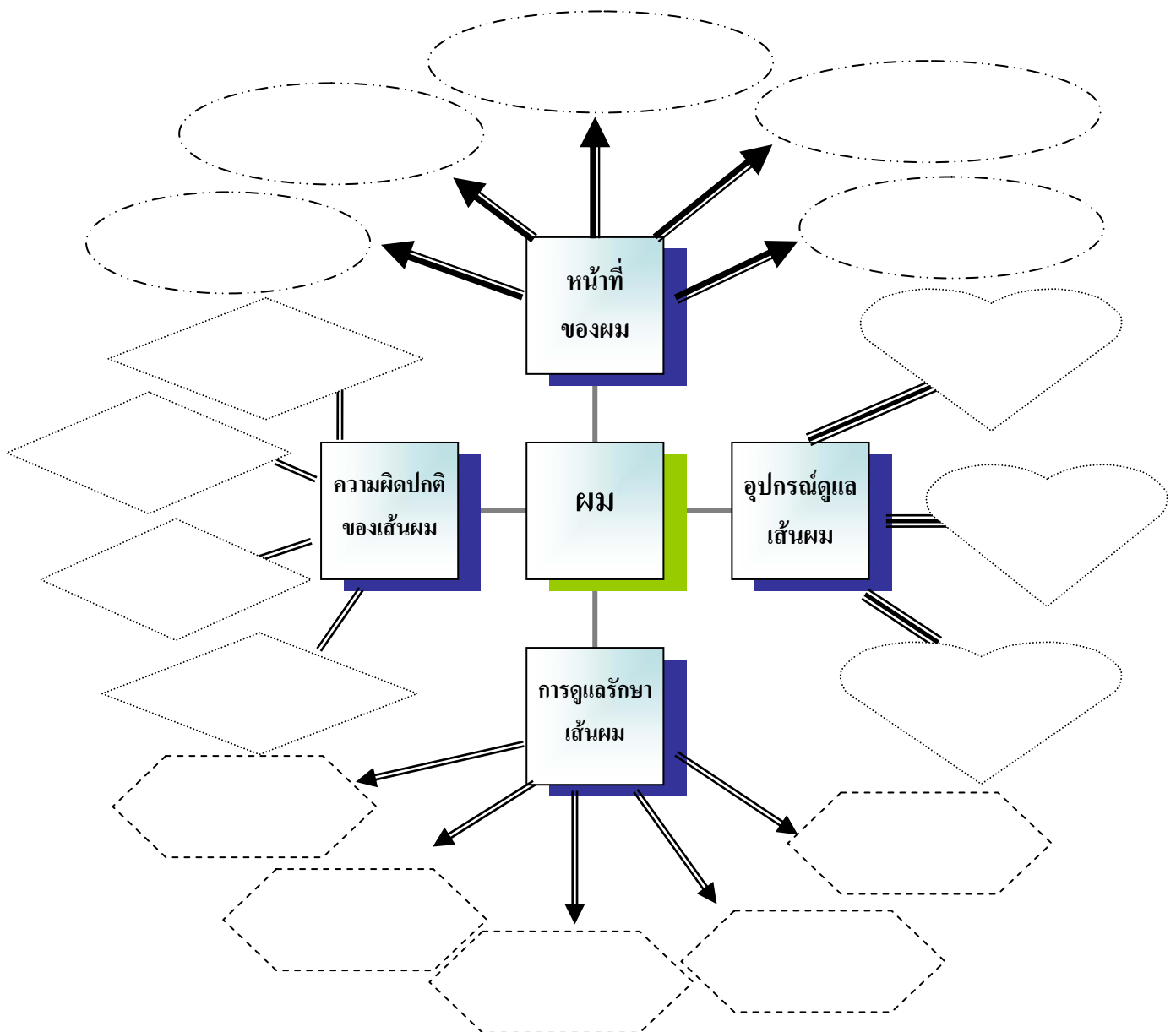
ถ้านักเรียนดูแลรักษาความสะอาดผมจะเกิดผลอย่างไร

ใบงาน 2

สมาชิกกลุ่ม.....

1. ชื่อ..... ชั้น.....เลขที่.....
2. ชื่อ..... ชั้น.....เลขที่.....

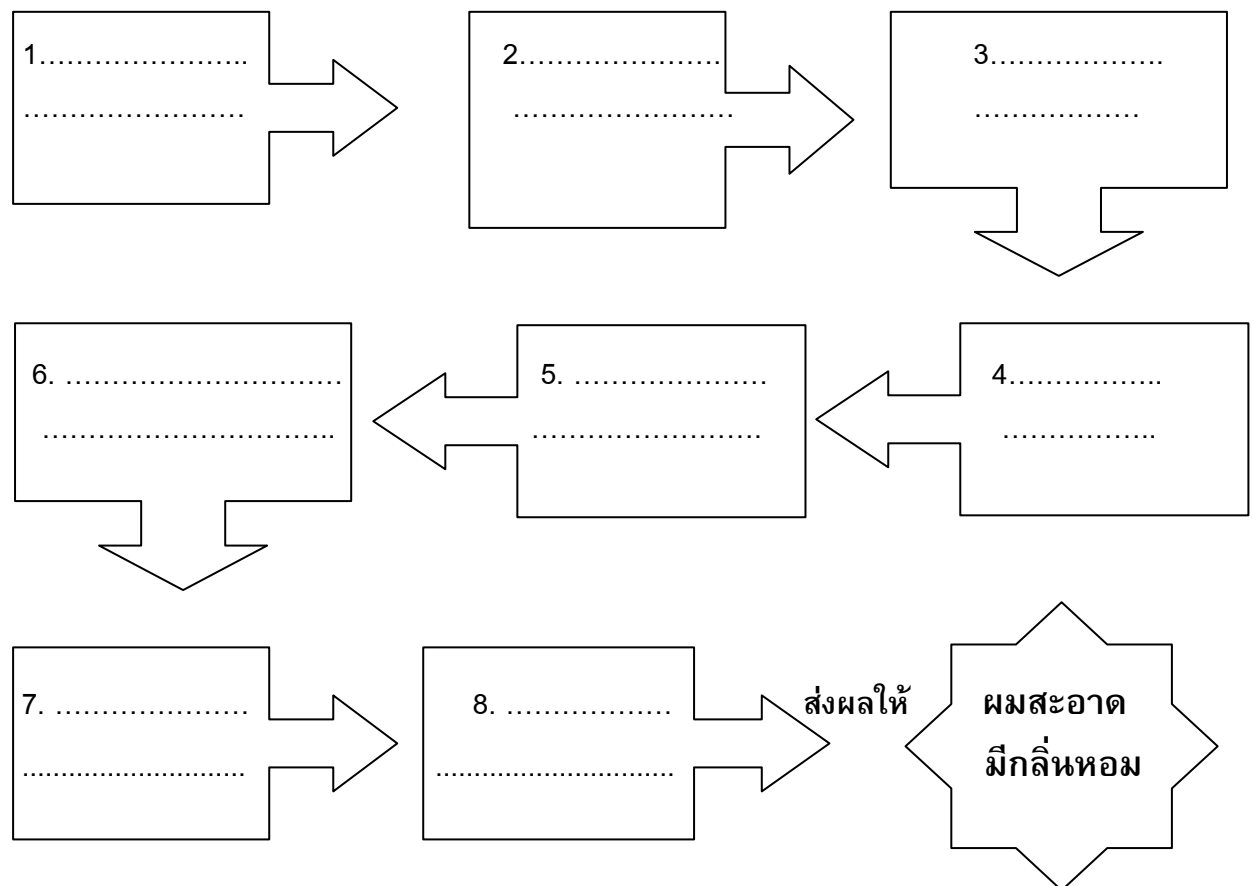
คำชี้แจง ให้นักเรียนเติมข้อความให้ถูกต้องสมบูรณ์



ใบงาน 3

สมาชิกกลุ่ม.....		
1. ชื่อ.....	ชั้น.....	เลขที่.....
2. ชื่อ.....	ชั้น.....	เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนขั้นตอนในการดูแลรักษาความสะอาดผมมาให้ถูกต้องสมบูรณ์



แบบฝึกหัดหลังเรียน

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนจับคู่ข้อความให้ถูกต้องสัมพันธ์กัน

ผมร่วง	●	●	เกิดจากเซลล์ตามผิวหนังที่ตาย และร่วงหลุดจากหนังศีรษะ
เหา	●	●	อุปกรณ์ที่ใช้ในการดูแลผม เพื่อจัดผมฝุ่นรังแคออกจากผม
แปรงหวีผม	●	●	โรคที่เกิดจากโลหิตมาเลี้ยงผมไม่เพียงพอหรือการมีรังแคมาก
แชมพู	●	●	สัตว์ที่อาศัยเกาะพักและวางไข่อยู่บนเส้นผม ทำให้เกิดอาการคันศีรษะ
รังแค	●	●	สิ่งที่ใช้ในการทำความสะอาดผมให้สะอาดและมีกลิ่นหอม

ภาคผนวก จ.

ตัวอย่างภาพประกอบชุดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

รูปภาพจากการทำกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วม

ขั้นที่ 1 ประสบการณ์

ครูสร้างประสบการณ์ที่มีความหมายเพื่อสร้างความรู้ เจตคติ และทักษะ โดยครูตั้งคำถาม เพื่อรวบรวมประสบการณ์ ความรู้สึก เหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของนักเรียน



☺ ครูตั้งประเด็นคำถาม โดยเล่นเกม ยีสบคำถาม เพื่อกระตุ้นความคิด สร้างความรู้สึกรอยากรู้อยากเห็น และสร้างประสบการณ์เชื่อมโยงความคิดเก่ากับใหม่ให้เกิดขึ้นกับผู้เรียน นักเรียนมีส่วนร่วมในการตอบคำถามและตั้งคำถาม

ขั้นที่ 2 การสะท้อนความคิดและอภิปราย

การจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในแลกเปลี่ยนความรู้ แสดงความคิดเห็น ได้แย่งวิเคราะห์ประเด็นปัญหา มีการระดมสมองระหว่างเพื่อนในกลุ่ม



☺ นักเรียนร่วมกันทำงานกลุ่ม มีส่วนร่วมในกิจกรรม ได้แสดงความคิด จินตนาการ ใช้ทักษะในการทำงานร่วมกัน ตามงานที่ได้รับมอบหมาย

ขั้นที่ 3 ความคิดรวบยอด

ครูสร้างความคิดรวบยอดให้ผู้เรียน โดยการบรรยาย สาทิต การใช้สื่อการสอน และให้ผู้เรียน รายงานผลงานที่ได้รับมอบหมายในกลุ่มย่อยมาอภิปรายให้เพื่อนทั้งชั้นฟัง ครูช่วยสรุปและเพิ่มเติมให้ครบประเด็น เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความคิดรวบยอดในเรื่องนั้น ๆ



😊 ครูบรรยายโดยใช้สื่อการสอน เช่น ภาพพลิก, แผ่นพับ, โมเดล รูปภาพ ฯลฯ ในการประกอบ การสอน เพื่อสร้างความคิด รวบยอดให้แก่ผู้เรียน

😊 ครูอธิบาย บรรยายความรู้ให้ผู้เรียน ทำให้ผู้เรียนเกิดความคิดรวบยอดจาก สิ่งที่ได้รับฟัง



ขั้นที่ 4 ทดลองหรือประยุกต์แนวคิด(การปฏิบัติ)

ครูให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรม โดยประยุกต์แนวคิดที่ได้เรียนรู้จากเพื่อนและครู นำมาทดลองปฏิบัติเพื่อให้เกิดการปฏิบัติที่ถูกต้อง เจตคติที่ดี และนำความรู้ที่ได้มาใช้ในการชีวิตประจำวันของผู้เรียน



☺ การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดเสื้อผ้า



☺ การปฏิบัติตนในการรักษาความสะอาดผิวหนัง

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวสมจิตร สุใจยา
วันเดือนปีเกิด	20 พฤศจิกายน 2518
สถานที่เกิด	อำเภอจุน จังหวัดพะเยา
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	371 หมู่ 6 บ้านดอนไชย ตำบลจุน อำเภอจุน จังหวัดพะเยา 56150
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	ครู (คศ. 1)
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	โรงเรียนบ้านดอนไชยป่าแขม สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาพะเยา เขต 2 ตำบลลออ อำเภอปง จังหวัดพะเยา 56140

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2530	ประกาศนียบัตรประถมศึกษา (ป.6) จาก โรงเรียนบ้านดอนมูล จังหวัดพะเยา
พ.ศ. 2536	ประกาศนียบัตรมัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.6) จาก โรงเรียนจุนวิทยาคม จังหวัดพะเยา
พ.ศ. 2540	ครุศาสตรบัณฑิต (ค.บ.) การศึกษาปฐมวัย จาก สถาบันราชภัฏเชียงใหม่ (เกียรตินิยม อันดับ 2)
พ.ศ. 2549	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) การประถมศึกษา จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร