

ปัจจัยที่สัมพันธ์กับทักษะชีวิตของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

สารนิพนธ์
ของ
นายสรนันท์ สุพรรณรัตนรัฐ

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ
ตุลาคม 2546
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

303.372
ส325ป
ร. 3

ปัจจัยที่สัมพันธ์กับทักษะชีวิตของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

บทคัดย่อ

ของ

นายสรนันท์ สุพรรณรัตนรัฐ

-7 พ.ย. 2546



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ

ตุลาคม 2546

h 231674

สรนันท์ สุพรรณรัตนรัฐ. (2546). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับทักษะชีวิตของนิสิตชั้นปีที่ 1

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ).

กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประณต เค้าฉิม

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมาย 1) เพื่อศึกษาระดับทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร 2) เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตรกับตัวแปรทางด้านแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และคณะวิชา 3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ปีการศึกษา 2546 จำนวน 290 คน การเลือกกลุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสอบถามทักษะชีวิต และแบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว สถิติที่ใช้คือ การทดสอบแบบที และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Pearson Product Moment Correlation

ผลการวิจัยพบว่า

1. นิสิตชั้นปีที่ 1 ทั้งโดยรวมและกลุ่มย่อยมีทักษะชีวิตอยู่ในระดับสูง ยกเว้นทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา และด้านความคิดสร้างสรรค์ที่อยู่ในระดับปานกลาง

2. นิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมากมีทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพ ความตระหนักในตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการจัดการกับความเครียดสูงกว่านิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนทักษะชีวิตในด้านอื่นๆไม่แตกต่างกัน

3. นิสิตหญิงมีทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ การสร้างสัมพันธภาพ ความตระหนักในตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการจัดการกับความเครียดสูงกว่านิสิตชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนทักษะชีวิตในด้านอื่นๆไม่แตกต่างกัน

4. นิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการจัดการกับความเครียดสูงกว่านิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนทักษะชีวิตในด้านอื่นๆไม่แตกต่างกัน

5. นิสิตที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาสายวิทยาศาสตร์และคณะวิชาสายสังคมศาสตร์มีทักษะชีวิตแตกต่างกันในด้านการตัดสินใจ การแก้ปัญหา ความคิดสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสร้างสัมพันธภาพ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการจัดการกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. ทักษะชีวิตในแต่ละด้านต่างก็มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังต่อไปนี้

6.1 การตัดสินใจมีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการสร้างสัมพันธภาพ

6.2 การแก้ปัญหามีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการสร้างสัมพันธภาพ และการจัดการกับความเครียด

6.3 ความคิดสร้างสรรค์มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ การแก้ปัญหา การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ความตระหนักในตนเอง และการจัดการกับอารมณ์

6.4 การคิดอย่างมีวิจารณญาณมีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพ ความตระหนักในตนเอง และการจัดการกับอารมณ์

6.5 การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ความตระหนักในตนเอง และการจัดการกับอารมณ์มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน

6.6 การสร้างสัมพันธภาพมีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการตัดสินใจ การแก้ปัญหา และความคิดสร้างสรรค์

6.7 ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นความคิดสร้างสรรค์ และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

6.8 การจัดการกับความเครียดมีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการแก้ปัญหา ความคิดสร้างสรรค์ และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

FACTORS RELATED TO LIFE SKILLS OF THE FIRST YEAR STUDENTS OF
SRINAKHARINWIROT PRASANMIT UNIVERSITY

AN ABSTRACT
BY
MR. SORANAN SUPANRATANARAT

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education Degree in Developmental Psychology
at Srinakharinwirot University
October 2003

Soranan Supanratanarat. (2003). *Factors Related to Life Skills of the First Year Students of Srinakharinwirot Prasanmit University*. Master Project, M.Ed. (Developmental Psychology). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University.
Advisor : Assist. Prof. Pranot Kaochim

The purposes of this research were 1) to find the level of each aspect of life skills of the first year students of Srinakharinwirot University, 2) to compare life skills in each aspect of the first year students in terms of the family's social support , sex, academic achievement and faculty, and 3) to find the intercorrelation of all aspects of life skills.

A sample of 290 first year students was drawn from Srinakharinwirot University by stratified random sampling. The instruments for collecting the data were (a) a questionnaire on life skills, and (b) a questionnaire on social support of family. The statistical procedures for analyzing the data were t-test, and Pearson's product moment correlation coefficient.

The results of the study were as follows :

The first year students' life skills as a whole and in each aspect were at a high level whereas the life skills in problem solving and creative thinking were at a moderate level.

The students who had more social support from the families were found to have more life skills in decision making, effective communication, interpersonal relationship, self-awareness, empathy and coping with stress than the students who had less social support from the families at the .05 level. The male students' life skills in decision making, interpersonal relationship, self-awareness, empathy and coping with stress were significantly higher than the female students' life skills in the same aspects at the .05 level. The high academic achievement students' life skills in critical thinking and coping with stress were higher than the low academic students' life skills in the same aspects at the .05 level. The Sciences faculty students and the social sciences faculty students were found to be significantly different in decision making, critical thinking, interpersonal relationship and coping with stress aspects of life skills at the .05 level. Generally speaking, all aspects of life skills as a whole were positively and significantly correlated at the .05 level with the following exceptions :

Decision making was not positively correlated with critical thinking and interpersonal relationship. Problem solving was not positively correlated with interpersonal relationship and coping with stress. Creative thinking was not positively correlated with critical thinking, interpersonal relationship, empathy and coping with stress. Critical thinking was not positively correlated with decision making, interpersonal relationship, empathy and coping with stress. Interpersonal relationship was not positively correlated with decision making, problem solving and creative thinking. Empathy was not positively correlated with creative thinking and critical thinking ; and coping with stress was not positively correlated with problem solving, creative thinking and critical thinking.

อาจารย์ที่ปรึกษา ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร และคณะกรรมการสอบ
ได้พิจารณาสารนิพนธ์ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประณต เค้าฉิม)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร

.....
(รองศาสตราจารย์ ดร. นวลละออ สุภาพล)

คณะกรรมการสอบ

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประณต เค้าฉิม)

ประธาน

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร)

กรรมการ

.....
(รองศาสตราจารย์ ดร. นวลละออ สุภาพล)

กรรมการ

อนุมัติให้รับสารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....
(รองศาสตราจารย์ สุภา ปานเจริญ)

คณบดีคณะมนุษยศาสตร์

วันที่ เดือน พ.ศ. 2546

ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความสามารถของผู้ช่วยศาสตราจารย์ประณต คำฉิม อาจารย์ที่
ปรึกษาสารนิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร และรองศาสตราจารย์ ดร. นวลละออ สุภาพล
กรรมการสอบสารนิพนธ์ที่ได้ให้คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ และช่วยเหลือให้คำปรึกษาต่างๆแก่ผู้วิจัยมาโดย
ตลอด รวมทั้งแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งที่ช่วยให้สารนิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์มาก
ยิ่งขึ้น ทั้งนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณในความเมตตาของทุกท่าน และจะขอระลึกถึงพระคุณของท่านตลอดไป

ขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนา ศรีสัตย์วาจา ที่ได้ร่วมเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพ
ของเครื่องมือวิจัยและให้คำแนะนำกับผู้วิจัยอย่างดียิ่ง

ขอขอบคุณนิสิตชั้นปีที่ 1 ทุกคน ที่ได้ให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูล
เป็นอย่างดี

ขอขอบคุณเพื่อน ๆ ร่วมรุ่นวิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการทุกคนที่เป็นแรงกระตุ้นเตือนใจ และเป็นกำลังใจ
ให้กันเสมอมา

ท้ายสุดนี้ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ ที่เป็นกำลังใจที่สำคัญอย่างยิ่งต่อผู้วิจัย และขอ
ขอบคุณสมาชิกทุกคนในครอบครัวของผู้วิจัยที่ให้ความช่วยเหลืออย่างเต็มที่เสมอมา รวมทั้งผู้ให้ความช่วย
เหลืออีกหลายท่านที่ได้เอื้อนามไว้ ณ ที่นี้

สรนันท์ สุพรรณรัตน์รัฐ

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	3
ความสำคัญของการวิจัย	3
ขอบเขตของการวิจัย	3
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	3
ตัวแปรที่ศึกษา	3
นิยามศัพท์ปฏิบัติการ	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
เอกสารเกี่ยวกับทักษะชีวิต	6
ความหมายของทักษะชีวิต	6
ความสำคัญของทักษะชีวิต	7
องค์ประกอบของทักษะชีวิต	8
แนวคิดและทฤษฎีทักษะชีวิตในแต่ละด้าน	9
เอกสารเกี่ยวกับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว	25
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	27
กรอบแนวคิดในการวิจัย	35
สมมติฐานในการวิจัย	36
3 วิธีดำเนินการวิจัย	37
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	37
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	37
วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล	44
การวิเคราะห์ข้อมูล	44
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	45
สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	45
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	45
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	73
วิธีดำเนินการวิจัย	73
สรุปผลการวิจัย	74

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 (ต่อ) อภิปรายผลการวิจัย	76
ข้อเสนอแนะ	81
 บรรณานุกรม	 82
 ภาคผนวก	 88
 ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์	 98

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง	46
2 แสดงระดับทักษะชีวิตที่ได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1	47
3 แสดงระดับทักษะชีวิตที่ได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 ซึ่งจำแนกตาม แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว	48
4 แสดงระดับทักษะชีวิตที่ได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 ซึ่งจำแนกตามเพศ	49
5 แสดงระดับทักษะชีวิตที่ได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 ซึ่งจำแนกตาม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	50
6 แสดงระดับทักษะชีวิตที่ได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 ซึ่งจำแนกตามคณะวิชา	51
7 แสดงการเปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 จำแนกตาม แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว	52
8 แสดงการเปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 จำแนกตามเพศ	54
9 แสดงการเปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 จำแนกตาม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	56
10 แสดงการเปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 จำแนกตามคณะวิชา	58
11 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1	60
12 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิต ที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อย	61
13 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิต ที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมาก	63
14 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชาย	65
15 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตหญิง	66
16 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิต ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ	68
17 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิต ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง	69
18 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตสายวิทยาศาสตร์ ...	71
19 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตสายสังคมศาสตร์	72
20 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามทักษะชีวิต	97

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การดำเนินชีวิตอยู่ในสังคม บุคคลต้องเผชิญกับแรงกดดันหรือแรงปะทะจากสภาวะแวดล้อมต่างๆที่อยู่รอบตัว ได้แก่ 1) ขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรม 2) ครอบครัว 3) เพื่อน 4) สิ่งแวดล้อมต่างๆ แรงปะทะที่มาจากแหล่งทั้งสี่นี้ จะผลักดันให้บุคคลเอนเอียงไปจากสมดุล และเป็นภาระหน้าที่ของแต่ละคนที่จะต้องหาทางปรับสภาพการขาดสมดุลของตนเองให้กลับคืนสู่สภาพปกติ บุคคลที่สามารถจัดการกับแรงปะทะที่มาจากแหล่งทั้งสี่นี้ได้สำเร็จคือ บุคคลที่สามารถยืนหยัดอยู่ได้อย่างปกติสุข ไม่เป็นบุคคลที่เป็นปัญหา ความสามารถนี้เป็นความสามารถทางจิตสังคม (Psychological Competence) ของบุคคลที่เรียกว่า ทักษะชีวิต(Life Skills) นั่นเอง กล่าวคือ ทักษะชีวิตเป็นความสามารถขั้นพื้นฐานของบุคคลในการกระทำหรือจัดการกับความต้องการและสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวันได้สำเร็จ และยังเป็นสิ่งที่ช่วยให้เกิดการดำรงไว้ซึ่งสภาวะสุขภาพจิต สามารถที่จะปรับตัว และมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ในขณะที่มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคล วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม (World Health Organization | WHO |. 1994 : 1)

องค์การอนามัยโลก (WHO. 1997 : 2) ได้แบ่งทักษะชีวิตออกเป็น 10 ด้าน ประกอบด้วย 1) การตัดสินใจ 2) การแก้ปัญหา 3) ความคิดสร้างสรรค์ 4) การคิดอย่างมีวิจารณญาณ 5) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 6) การสร้างสัมพันธภาพ 7) ความตระหนักในตนเอง 8) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 9) การจัดการกับอารมณ์ 10) การจัดการกับความเครียด

ทักษะชีวิตเป็นเสมือนตัวเชื่อมโยงระหว่างความรู้ เจตคติ และค่านิยมของบุคคลกับความสามารถทางจิตสังคม โดยจะเป็นตัวถ่ายทอดความรู้ เจตคติ และค่านิยมออกมาว่า “ จะทำอะไรและอย่างไร ” (What to do and how to do it) หากบุคคลมีทักษะชีวิตแล้ว โอกาสในการเกิดความสามารถทางจิตสังคมก็จะเร็วขึ้น ทักษะชีวิตจึงเป็นเสมือนตัวกระตุ้นหรือแรงจูงใจนั่นเอง นอกจากนี้ทักษะชีวิตยังเป็นทักษะภายในที่ช่วยให้สามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และยังเป็นทักษะที่จำเป็นและสำคัญในกระบวนการเรียนรู้ ที่จะช่วยให้ผู้เรียนรู้จักตนเอง รู้จักคิด รู้จักตัดสินใจและแก้ปัญหา มีความสามารถในการสื่อสาร มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น รวมทั้งการจัดการกับอารมณ์และความเครียดได้อย่างเหมาะสม

ในสังคมมหาวิทยาลัย นิสิตต้องเผชิญกับแรงกดดันหรือแรงปะทะจากสภาวะแวดล้อมที่แปลกใหม่หลายประการ ทั้งในเรื่องของชีวิตส่วนตัวและสังคม เช่น วัฒนธรรมท้องถิ่นที่มหาวิทยาลัยตั้งอยู่ กลุ่มเพื่อนซึ่งมีพื้นฐานทางเศรษฐกิจ สังคม ลักษณะนิสัย ความสามารถที่แตกต่างกัน และในเรื่องของระบบการเรียน โดยเฉพะนิสิตที่เข้าศึกษาในชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัย ซึ่งปีแรกนี้จะเป็นปีแห่งการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ ทำให้นิสิตจำเป็นต้องนำทักษะชีวิตในด้านต่างๆมาประกอบในการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย เนื่องจากระบบการเรียนที่มีอาจารย์ประจำชั้นคอยดูแลอย่างใกล้ชิดมาสู่ระบบที่ค่อนข้างอิสระ จากที่มีการคิดตัดสินใจด้วยตนเองน้อยมาสู่การตัดสินใจด้วยตนเองเป็นส่วนใหญ่ เช่น การเลือกโปรแกรมเรียน การเลือกวิชาเรียนด้วยตนเอง เป็นต้น รวมถึงการคิดในด้านต่างๆ ได้แก่ การแก้ปัญหา ความคิดสร้างสรรค์ และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ก็จะมากขึ้นตามไปด้วย ทั้งในเรื่องการเรียน การทำรายงาน การคิดและจัดการกับปัญหาต่างๆอย่างเป็นขั้นตอน เป็นต้น อีกทั้งเรื่องการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพและการสร้างสัมพันธภาพ ก็เป็นสิ่งจำเป็นเพราะนิสิตจะต้องเข้ามาใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ซึ่งจะเจอกลุ่มเพื่อนใหม่ๆ อาจารย์ใหม่ๆ เป็นต้น ทำให้นิสิตต้องใช้ทักษะ

ในด้านนี้อย่างมากสำหรับการติดต่อพูดคุย เพื่อให้เกิดความเข้าใจในความคิดความรู้สึกที่สื่อถึงกันอย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นรอบๆตัวได้อย่างเหมาะสม ประการสุดท้าย เนื่องจากนิสิตจะต้องเข้ามาอยู่ในสังคมที่กว้างขึ้น ต้องพบกับกลุ่มเพื่อนที่มาจากต่างสถานที่ ต่างลักษณะนิสัย ต่างสภาพสังคม และเศรษฐกิจ นิสิตจึงต้องใช้ทักษะชีวิตอย่างมาก ได้แก่ นิสิตต้องเปิดใจกว้างยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลให้มากขึ้น สามารถแยกแยะจุดดีจุดด้อยของผู้อื่น ควบคุมอารมณ์ และแสดงพฤติกรรมต่างๆออกมาอย่างเหมาะสม

ดังนั้น ทักษะชีวิตจึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับชีวิตในมหาวิทยาลัย ซึ่งถ้าหากนิสิตนำทักษะชีวิตมาใช้ ก็จะสามารถเผชิญปัญหา จัดการกับสถานการณ์ต่างๆได้อย่างปกติสุข และปรับตัวเข้ากับสังคมมหาวิทยาลัยได้ ซึ่งจะเป็นพื้นฐานของการใช้ชีวิตในสังคมที่กว้างขึ้นในภายภาคหน้า

ด้วยเหตุผลที่กล่าวมา จึงทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่สัมพันธ์กับทักษะชีวิตของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร จากการศึกษาพบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวเป็นตัวแปรหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต เนื่องจากการที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวที่แตกต่างกัน ก็จะทำให้เกิดการพัฒนาและเสริมสร้างทักษะชีวิตที่แตกต่างกันได้ ดังที่ คาเวน (Caven. 1959 : 136 - 146) กล่าวว่า ครอบครัวเป็นแหล่งที่มาของแรงสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญ ในช่วงที่สมาชิกในครอบครัวพบกับเหตุการณ์วิกฤต ถ้าครอบครัวให้ความช่วยเหลือทางการเงิน ให้กำลังใจ ให้ความสนับสนุนทางอารมณ์ จะทำให้บุคคลนั้นสามารถจัดการกับเหตุการณ์วิกฤต และความเครียดก็จะน้อยลง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของสุชา จันทน์เอม และสุรางค์ จันทน์เอม (2529 : 156 - 157) ได้ทำการศึกษาพบว่า เด็กที่เติบโตมาจากครอบครัวที่ขาดความสมบูรณ์ ขาดแรงสนับสนุนอย่างเต็มที่ ซึ่งเป็นผลมาจากการตาย การหย่าร้าง พ่อแม่แยกกันอยู่ และสภาพปัญหาต่างๆในครอบครัว จะทำให้เด็กขาดความรักและความอบอุ่นที่ควรจะได้รับ เป็นคนมีปมด้อยในตนเอง เมื่อโตขึ้นอาจจะประสบปัญหาด้านการปรับตัว และการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น นอกจากตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวแล้วตัวแปรทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และคณะวิชาก็น่าจะมีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาและเสริมสร้างทักษะชีวิตด้วย เพราะโดยพื้นฐานทางเพศแล้ว เพศชายและเพศหญิงก็จะมีลักษณะพฤติกรรมโดยรวมหรือบุคลิกภาพที่แตกต่างกันอยู่แล้ว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของโรเซนทาล (เทอดศักดิ์ เดชคง. 2543 : 44 ; อ้างอิงจาก Rosenthal. 1995) ได้ทำการศึกษาพบว่า เพศหญิงมีความสามารถอ่านอารมณ์ ปรับภาวะทางอารมณ์ และมีความเห็นอกเห็นใจมากกว่าเพศชาย ส่วนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก็น่าจะมีส่วนเพราะระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่แตกต่างกัน อาจจะมองได้ว่าวิธีการคิด การควบคุมตนเองก็น่าจะแตกต่างกัน ดังที่ กิลล์ (Gill. 1962 : 144 - 149) ได้ทำการศึกษาพบว่า เด็กที่เรียนดีจะมีความสามารถในการปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ โดยเฉพาะด้านการจัดการกับความกังวลใจ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของดีเซนา (สุรศักดิ์ อัครอารีสุข. 2544 : 47 ; อ้างอิงจาก Desena. 1964) ได้ทำการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะสามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้ดีกว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง และต่ำ รวมถึงคณะวิชา นิสิตที่เรียนในสายวิทยาศาสตร์และนิสิตที่เรียนในสายสังคมศาสตร์ก็มีบุคลิกภาพส่วนใหญที่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ มุขยา ม่วงประเสริฐ (2535 : 117 - 118) ได้ทำการศึกษาพบว่า นิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ และคณะวิทยาศาสตร์ จะมีบุคลิกภาพแตกต่างกัน ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตรเพื่อต้องการทราบถึงระดับทักษะชีวิตของนิสิต อันจะเป็นแนวทางที่จะส่งเสริม พัฒนาทักษะชีวิตซึ่งจะส่งผลให้นิสิตสามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมมหาวิทยาลัยได้ดียิ่งขึ้น และประสบความสำเร็จเป็นบัณฑิตที่มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ตามความต้องการของมหาวิทยาลัยและสังคมต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตรที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวแตกต่างกัน
3. เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตรที่มีปัจจัยทางชีวสังคมแตกต่างกัน
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ความสำคัญของการวิจัย

ทำให้ทราบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อใช้เป็นแนวทางให้ผู้บริหาร อาจารย์ ผู้ที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนนิสิตสามารถนำไปประกอบการพิจารณาในการวางแผน ป้องกัน แก้ไข ปรับปรุง และส่งเสริมทักษะชีวิตของนิสิต อันจะส่งผลให้นิสิตสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในมหาวิทยาลัยและสังคมได้อย่างเป็นสุข

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากร

ประชากร เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ภาคปกติ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 2,786 คน
2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ภาคปกติ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 290 คน นิสิตชาย 147 คน หญิง 143 คน
3. ตัวแปรที่ศึกษา
 - ตัวแปรอิสระ
 1. ปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่
 - 1.1 เพศ แบ่งออกเป็น
 - ชาย
 - หญิง
 - 1.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แบ่งออกเป็น
 - ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ
 - ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง
 - 1.3 คณะวิชา แบ่งออกเป็น
 - สายวิทยาศาสตร์
 - สายสังคมศาสตร์
 2. แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว แบ่งออกเป็น
 - แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อย
 - แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมาก

- ตัวแปรตาม ได้แก่

ทักษะชีวิต แบ่งออกเป็น 10 ด้าน คือ

- การตัดสินใจ
- การแก้ปัญหา
- ความคิดสร้างสรรค์
- การคิดอย่างมีวิจารณญาณ
- การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- การสร้างสัมพันธภาพ
- ความตระหนักในตนเอง
- ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
- การจัดการกับอารมณ์
- การจัดการกับความเครียด

นิยามศัพท์ปฏิบัติการ

1. ทักษะชีวิต หมายถึง ความรู้สึกต่อตนเองเกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญสถานการณ์ต่างๆ และการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างมีประสิทธิภาพ ดังนี้

1.1 การตัดสินใจ หมายถึง ทักษะที่จะช่วยให้บุคคลมีการตัดสินใจในการกระทำต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ คือ มีการประเมินทางเลือก และประเมินผลของการตัดสินใจเลือกทางนั้นๆ

1.2 การแก้ปัญหา หมายถึง ทักษะที่จะช่วยให้บุคคลสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ที่ทำให้เกิดภาวะตึงเครียดทั้งร่างกายและจิตใจของเขาได้

1.3 ความคิดสร้างสรรค์ หมายถึง ส่วนที่จะสนับสนุนการตัดสินใจและการแก้ปัญหา สามารถนำประสบการณ์มาใช้ในการปรับตัวในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

1.4 การคิดอย่างมีวิจารณญาณ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์ต่างๆ รอบตัว

1.5 การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ หมายถึง ความสามารถในการใช้คำพูด ท่าทาง เพื่อแสดงความรู้สึกนึกคิดของตนได้อย่างเหมาะสม อีกทั้งสามารถรับรู้ถึงความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่ายได้ด้วย

1.6 การสร้างสัมพันธภาพ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้อย่างเหมาะสม ซึ่งจะนำไปสู่การอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุข

1.7 ความตระหนักในตนเอง หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการเข้าใจจุดดีจุดด้อยของตนเอง และเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล

1.8 ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น หมายถึง ความสามารถในการที่จะเข้าใจถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ไม่ว่าในแง่ของความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ฯลฯ

1.9 การจัดการกับอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ การรู้จัก การเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น รวมถึงการรู้จักวิธีการจัดการกับอารมณ์ ซึ่งจะทำได้สามารถแสดงพฤติกรรมออกมาได้อย่างเหมาะสม

1.10 การจัดการกับความเครียด หมายถึง ความสามารถในการรู้ถึงสาเหตุ รู้วิธีการผ่อนคลายความเครียด พร้อมทั้งเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่เหมาะสม

ในการศึกษาครั้งนี้ ทักษะชีวิตวัดได้จากแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) จำนวน 52 ข้อ ยกเว้นแบบสอบถามทักษะชีวิต

ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณวัดได้จากแบบสอบถามที่ วรรณญา อรรถยุกติ (2543) สร้างขึ้น มีลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบข้อคำถามเลือกตอบ จำนวน 10 ข้อ

เกณฑ์ในการจัดระดับทักษะชีวิตรายด้าน แบ่งได้ตามเกณฑ์คะแนนเฉลี่ย ดังนี้

- 1.00 - 2.00 คะแนน หมายถึง มีทักษะชีวิตอยู่ในระดับต่ำ
- 2.01 - 3.00 คะแนน หมายถึง มีทักษะชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง
- 3.01 - 4.00 คะแนน หมายถึง มีทักษะชีวิตอยู่ในระดับสูง

2. แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว หมายถึง การได้รับการยอมรับนับถือ ความรัก การดูแลเอาใจใส่จากบุคคลในครอบครัว

ในการศึกษาครั้งนี้ แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัววัดได้จากแบบสอบถามที่ เสาวลักษณ์ พิพัฒนาเวชกิจ (2539) สร้างขึ้น ซึ่งใช้แนวคิดของ คอบบ์ (Cobb. 1976 : 300) โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) จำนวน 16 ข้อ

เกณฑ์ในการจัดระดับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว แบ่งได้โดยใช้เกณฑ์จากคะแนนเฉลี่ยของคำตอบ ดังนี้

ผู้ที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อย หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนน้อยกว่าคะแนนเฉลี่ยลงไป

ผู้ที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมาก หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าคะแนนเฉลี่ยขึ้นไป

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ปัจจัยทางชีวสังคม หมายถึง ปัจจัยด้าน เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และคณะวิชา

1.1 เพศ แบ่งออกเป็น

- ชาย
- หญิง

1.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของนิสิต แบ่งออกเป็น

- ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ หมายถึง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ได้ต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ยลงไป

- ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง หมายถึง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ได้สูงกว่าคะแนนเฉลี่ยขึ้นไป

1.3 คณะวิชา หมายถึง คณะวิชาที่เปิดทำการสอนในมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ระดับปริญญาตรี แบ่งเป็น 2 สาย

- สายวิทยาศาสตร์ ประกอบด้วย 6 คณะวิชาคือ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ คณะทันตแพทยศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ และคณะวิศวกรรมศาสตร์

- สายสังคมศาสตร์ ประกอบด้วย 5 คณะวิชาคือ คณะสังคมศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะพลศึกษา และคณะศิลปกรรมศาสตร์

สำหรับการแบ่งสายการเรียน ใช้เกณฑ์จากคู่มือแนะนำการรับสมัครสอบแข่งขันและคัดเลือกด้วยวิธีสอบบุคคลเพื่อบรรจุและแต่งตั้งเข้ารับราชการตำรวจของ ก.ตร. (สำนักงานตำรวจแห่งชาติ. 2543 : 11)

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

1. เอกสารเกี่ยวกับทักษะชีวิต
 - ความหมายของทักษะชีวิต
 - ความสำคัญของทักษะชีวิต
 - องค์ประกอบของทักษะชีวิต
 - แนวคิดและทฤษฎีทักษะชีวิตในแต่ละด้าน
2. เอกสารเกี่ยวกับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างทักษะชีวิตกับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว
 - งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างทักษะชีวิตกับปัจจัยทางชีวสังคม
4. กรอบแนวคิดในการวิจัย
5. สมมติฐานในการวิจัย

1. เอกสารเกี่ยวกับทักษะชีวิต

ความหมายของทักษะชีวิต (Life Skills)

สำหรับความหมายของทักษะชีวิตนั้น มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

องค์การอนามัยโลก (WHO. 1997 : 2) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า เป็นความสามารถของบุคคลในการกระทำหรือจัดการกับความต้องการ และสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวันได้สำเร็จ ทำให้สามารถปรับตัวและมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์

ประเสริฐ ตันสกุล และคณะ (2538 : 5) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า เป็นความสามารถและความชำนาญในการประเมิน และวิเคราะห์สถานการณ์เพื่อตัดสินใจเลือกทางแก้ปัญหาทางพฤติกรรม และสังคมที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างถูกต้อง

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานต์ และคณะ (2538 : 1-20) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า เป็นความสามารถในการจัดการกับปัญหารอบตัว โดยอาศัยเจตคติและทักษะของบุคคล

กำไลรัตน์ เบ็นสุจิตร (2540 : 69-79) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า เป็นคุณลักษณะหรือความสามารถทางจิตสังคม (Psychological Competence) เป็นทักษะภายในที่ช่วยให้สามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น ทักษะในการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล ทักษะในการตัดสินใจและคิดเริ่มสร้างสรรค์ ทักษะในการประเมินตนเองและควบคุมสถานการณ์ ทักษะในการสื่อสาร ต่อรอง ปฏิเสธ และโน้มน้าวจิตใจ ทักษะในการปรับตัว เป็นต้น

กรมอนามัย (2541 : 1) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตว่า เป็นความสามารถอันประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในอันที่จะจัดการกับปัญหารอบๆตัวในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต

จากความหมายดังกล่าวอาจสรุปได้ว่าทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการจัดการกับสิ่งกดดันต่างๆรอบตัวในชีวิตประจำวันได้สำเร็จ เป็นความสามารถที่บุคคลสร้างขึ้นจากการเรียนรู้

ประสบการณ์ และการฝึกฝน ทำให้สามารถปรับตัวและมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และมีชีวิตในสังคมได้อย่างเป็นสุข

ความสำคัญของทักษะชีวิต

ทักษะชีวิตเป็นเสมือนตัวเชื่อมโยงระหว่างความรู้ เจตคติ และค่านิยมของบุคคลกับความสามารถทางจิตสังคม โดยจะเป็นตัวถ่ายทอดความรู้ เจตคติ และค่านิยมออกมาว่า “จะทำอะไรและอย่างไร” (What to do and how to do it) หากบุคคลมีทักษะชีวิตแล้ว โอกาสในการเกิดความสามารถทางจิตสังคมก็จะเร็วขึ้น ทักษะชีวิตจึงเปรียบเสมือนตัวกระตุ้นหรือแรงจูงใจ ความสามารถทางจิตสังคม หมายถึง ความสามารถในการจัดการกับสิ่งท้าทายรอบตัว กล่าวโดยสรุปทักษะชีวิตเป็นความสามารถต่างๆที่มีคุณค่าของบุคคลที่มีความสัมพันธ์และสอดคล้องกับชีวิตประจำวัน หากบุคคลมีทักษะชีวิตแล้ว ก็จะสามารถเผชิญปัญหาและปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

องค์การอนามัยโลก (WHO. 1997 : 3) กล่าวถึงความสำคัญของทักษะชีวิตว่าเป็นสิ่งที่ควรส่งเสริมให้เกิดขึ้น ทั้งนี้เพื่อตอบสนองต่อความต้องการหรือความจำเป็น ดังต่อไปนี้

1. ความต้องการ/ความจำเป็นด้านเด็กและเยาวชน

โดยสภาพความเป็นจริงพบว่า วัยรุ่นจำนวนมากมีแนวโน้มของปัญหาสุขภาพกายและสุขภาพจิตซึ่งมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ได้แก่ การใช้สารเสพติด การสูบบุหรี่ การติดเชื่อเอดส์ การตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การฆ่าตัวตาย และการกระทำความผิด ดังนั้นการป้องกันหรือแก้ปัญหาเหล่านี้ จะต้องจัดกิจกรรมที่นำไปสู่การแก้ปัญหา การจัดการในกลุ่มเด็ก/วัยรุ่น และชี้แนวทางที่จะส่งเสริมให้เด็ก/วัยรุ่นมีความสามารถจัดการกับความเครียด และความกดดันต่างๆ และด้วยการที่สังคมโลกมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว มีความเป็นสังคมเศรษฐกิจมากขึ้นแต่ไม่ยอมเปิดกว้างให้มีการส่งเสริมเยาวชนให้มีคุณค่า และเยาวชนเองก็ดูเหมือนว่าไม่มีความกระตือรือร้นในความคิดของตนเองเกี่ยวกับโอกาสในชีวิตข้างหน้าว่าจะเป็นอย่างไร ปัจจัยทั้งหมดจึงชักนำให้เยาวชนมีความอ่อนแอ ดังนั้นการนำทักษะชีวิตมาส่งเสริมให้เกิดขึ้นในเยาวชน จะเป็นอีกแนวทางหนึ่งที่จะช่วยแก้ปัญหานี้ได้ ทำให้เยาวชนมีความเข้มแข็งขึ้น สามารถพัฒนาปรับตนเองให้อยู่ในสถานการณ์ที่ยุ่งยากได้ และช่วยให้เยาวชนได้ปรับเปลี่ยนตนเองให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมได้

2. ความต้องการ/ความจำเป็นด้านสังคม

ด้วยเหตุที่บุคคลทุกคนมีส่วนรับผิดชอบต่อความเจริญก้าวหน้าทางสังคม โดยเฉพาะในเด็ก/เยาวชนเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติ ดังนั้นเด็ก/เยาวชนต้องมีความสามารถเพียงพอที่จะใช้ชีวิตอยู่ในสังคมภายนอกครอบครัวให้ได้ ความสามารถทางสังคมรวมไปถึงทักษะในการเข้ากับผู้อื่น ในการสื่อสาร และการแก้ปัญหาความขัดแย้ง ความสามารถนี้ขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ในครอบครัว ซึ่งเป็นบริบทสำคัญที่ก่อให้เกิดปัญหาอย่างมากในวัยนี้ ถ้าความสัมพันธ์ภายในครอบครัวเป็นไปอย่างราบรื่นและมั่นคงย่อมส่งผลให้เด็ก/เยาวชนมองเห็นคุณค่าในตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม สามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ไม่ก่อให้เกิดปัญหาสังคม ในทางตรงกันข้ามหากความสัมพันธ์ในครอบครัวสร้างความรู้สึกกดดัน ไม่มีความสุขให้เด็ก/เยาวชน ย่อมส่งผลให้เด็ก/เยาวชนเกิดความรู้สึกว่าตนเองไม่ดี ไม่มีคุณค่า ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เมื่อต้องดำเนินอยู่ในสังคมความสามารถในการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมไม่เหมาะสม อาจมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนเป็นปัญหาให้กับสังคมได้ ดังนั้นการส่งเสริมทักษะชีวิตก็เป็นสิ่งจำเป็นในการเสริมสร้างให้เยาวชนมีการปรับตัวที่ดีขึ้น มีความรับผิดชอบต่อสังคม มีความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข

3. ความต้องการ/ความจำเป็นด้านการศึกษา

กระบวนการเรียนการสอนในปัจจุบัน ควรมีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างไปจากการให้ความรู้แบบเดิม ยิ่งในลักษณะของผู้เรียนที่อยู่ในวัยรุ่น ซึ่งมีความต้องการความเป็นตัวของตัวเองสูง ไม่ชอบให้ผู้ใหญ่มาสั่งสอน ขณะเดียวกันก็ยึดถือเพื่อนมากทำให้ต้องเน้นการสอนที่มีพื้นฐานอยู่ที่การมีส่วนร่วมของนักเรียนและการเรียนรู้ซึ่งกันและกัน เพราะการมีส่วนร่วมจะกระตุ้นให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้แบบคิดเอง แก้ไขปัญหาเอง ส่วนการเรียนรู้ซึ่งกันและกันจะช่วยให้นักเรียนได้แบบอย่างของเจตคติและทักษะต่างๆ และที่สำคัญเป้าหมายในการสอนทักษะชีวิตนั้น เน้นการสร้างให้เด็ก/เยาวชนเกิดทัศนคติหรือเปลี่ยนทัศนคติไปในทางที่ถูกต้องและสามารถผ่านเหตุการณ์ที่ยั่ววยไปได้ โดยมีพฤติกรรมพึงประสงค์ให้เกิดขึ้น ดังนั้นจึงมีความจำเป็นต้องตระหนักและให้ความสำคัญต่อโปรแกรมการศึกษาที่จะต้องมีการสอนทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นด้วยเพราะสิ่งเหล่านี้ล้วนมีความสัมพันธ์ต่อการป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในบุคคล

องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก (WHO. 1997 : 2) กล่าวถึงทักษะชีวิตในแต่ละประเทศ แต่ละวัฒนธรรม โดยธรรมชาติแล้วจะมีความแตกต่างกันไปตามสถานการณ์ แต่ในภาพรวมจะพบว่ามีทักษะพื้นฐานหรือทักษะชีวิตหลัก (Core life skills) อยู่ 10 ประการ ดังนี้

1. การตัดสินใจ (Decision making) เป็นทักษะที่จะช่วยให้บุคคลมีการตัดสินใจในการกระทำต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ คือ มีการประเมินทางเลือก และประเมินผลของการตัดสินใจเลือกทางนั้นๆ
2. การแก้ปัญหา (Problem solving) เป็นทักษะที่จะช่วยให้บุคคลสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ที่ทำให้เกิดภาวะตึงเครียดทางร่างกายและจิตใจของเขาได้
3. ความคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) เป็นส่วนที่จะสนับสนุนการตัดสินใจและแก้ปัญหาเป็นความสามารถนำประสบการณ์มาใช้ในการปรับตัวในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม
4. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) เป็นความสามารถของบุคคลในการวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์ต่างๆ รอบตัว
5. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication) เป็นความสามารถในการใช้คำพูด ท่าทาง เพื่อแสดงความรู้สึกนึกคิดของตนได้อย่างเหมาะสม อีกทั้งสามารถรับรู้ถึงความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่ายได้ด้วย
6. การสร้างสัมพันธภาพ (Interpersonal relationship) เป็นความสามารถของบุคคลในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งจะนำไปสู่การอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุข
7. ความตระหนักในตนเอง (Self-awareness) เป็นความสามารถของบุคคลในการเข้าใจจุดดีและจุดด้อยของตนเอง และเข้าใจในความแตกต่างระหว่างบุคคล
8. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการที่จะเข้าใจถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ไม่ว่าในแง่ของความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ฯลฯ
9. การจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotions) เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ รู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น อีกทั้งรู้วิธีการจัดการกับอารมณ์ ซึ่งจะทำได้สามารถแสดงพฤติกรรมออกมาได้เหมาะสม
10. การจัดการกับความเครียด (Coping with stress) เป็นความสามารถในการรู้ถึงสาเหตุและรู้วิธีผ่อนคลายความเครียด พร้อมทั้งเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่เหมาะสม

แนวคิดและทฤษฎีทักษะชีวิตในแต่ละด้าน

1. การตัดสินใจ

ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับการตัดสินใจ

สำหรับความหมายของการตัดสินใจ มีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

แพตเตอร์สัน (Patterson. 1980 : 107) กล่าวถึงการตัดสินใจว่าหมายถึง การที่บุคคลเข้าไปสู่การเสี่ยง โดยมีการรวบรวมและประเมินข้อมูล มีทางเลือกหลายทางและมีสิ่งประกอบอื่นๆที่สำคัญอันนำไปสู่การตัดสินใจเลือก

วูมิชัย จ่านงค์ (2523 : 3) ได้ให้ความหมายของการตัดสินใจว่าเป็นกระบวนการเลือกในระหว่างทางเลือกต่างๆซึ่งจะเป็นไปตามลำดับขั้นตอนในอันที่จะเลือกสิ่งหนึ่งสิ่งใดออกมาสำหรับนำไปปฏิบัติจริง

รัตน ดอกแก้ว (2539) สรุปความหมายของการตัดสินใจว่า เป็นกระบวนการคิดอย่างมีเหตุผลในการพิจารณาเลือกแนวทางในการปฏิบัติต่อสถานการณ์หนึ่งที่ได้นำไปสู่การปฏิบัติให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ต้องการ โดยกระบวนการดังกล่าวนี้ ได้แก่ การรับรู้ปัญหา การวิเคราะห์สภาพปัญหา การรวบรวมข้อมูล การหาทางเลือก การประเมินทางเลือกต่างๆตามข้อมูลที่มี และตัดสินใจเลือกทางที่ดีที่สุดและเหมาะสมที่สุด

จากความหมายดังกล่าวอาจสรุปได้ว่า การตัดสินใจ หมายถึง กระบวนการคิดและเลือกอย่างมีเหตุผลในระหว่างทางเลือกต่างๆ ซึ่งจะเป็นไปตามลำดับขั้นตอนเพื่อนำไปปฏิบัติจริง

แนวความคิดเกี่ยวกับการตัดสินใจ

ลิทฟิลด์ (Litchfield. 1956 : 3-29) กล่าวว่า การตัดสินใจเป็นวัฏจักรของเหตุการณ์ (Cycles of Events) นับแต่การกำหนดปัญหา การวิเคราะห์ปัญหาจนถึงการวางแผนแก้ไขและการประเมินผล ที่ว่าการตัดสินใจเป็นวัฏจักรของเหตุการณ์นั้นคือ เมื่อนำกระบวนการตัดสินใจไปแก้ปัญหาหนึ่งแล้วมักจะมีปัญหาอื่นติดตามมา ปัญหาที่ติดตามมานี้อาจเกิดขึ้นในช่วงใดช่วงหนึ่งของกระบวนการแก้ปัญหา และปัญหาที่เกิดขึ้นใหม่นี้ก็ต้องอาศัยการแก้ปัญหาที่เป็นกระบวนการเช่นเดียวกัน อย่างไรก็ตามบลอร์ และสกอต (Blau and Scott. N.d.) ได้ชี้ให้เห็นว่าประสบการณ์ที่ได้จากการแก้ปัญหาหนึ่งจะมีประโยชน์ต่อการใช้แก้ปัญหาครั้งต่อไป ดังนั้นแม้ว่ากระบวนการแก้ปัญหาครั้งแรกมีแนวโน้มว่าจะก่อให้เกิดปัญหาอย่างอื่นแทรกซ้อนขึ้นมา แต่ประสบการณ์หรือการเรียนรู้ที่ได้จากการแก้ปัญหาครั้งแรกนั้น นับได้ว่ามีส่วนสำคัญในการแก้ปัญหาใหม่ได้เป็นอย่างดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อปัญหาใหม่มีลักษณะเหมือนหรือคล้ายคลึงกับปัญหาเดิม

ประเภทของการตัดสินใจ

นวลศิริ เปาโรหิตย์ (2528 : 45) ได้แบ่งประเภทของการตัดสินใจไว้ ดังนี้

1. การตัดสินใจที่ผลลัพธ์เป็นที่รู้แน่นอนชัด (Decision with Certainty)
2. การตัดสินใจที่มีการเสี่ยงที่พอคำนวณได้ (Decision with Measured Risk) ผลลัพธ์
3. การตัดสินใจที่ผลลัพธ์ไม่เป็นที่รู้ (Decision with Uncertainty) ไม่สามารถคาดเดาว่าผลลัพธ์จะออกมาเป็นอย่างไร

จ่านงค์ พรายแย้มแข (2529 : 25) ได้แบ่งประเภทของการตัดสินใจไว้ ดังนี้

1. การตัดสินใจรายบุคคล เป็นการตัดสินใจโดยบุคคลคนเดียว บุคคลอาจขอคำแนะนำจากผู้อื่น แต่ความรับผิดชอบต่อการตัดสินใจขึ้นอยู่กับเขาเพียงผู้เดียว
2. การตัดสินใจของกลุ่ม เป็นการตัดสินใจที่มีหลายคนมีส่วนในการกระทำ เป็นการกระจายความรับผิดชอบ สมาชิกในกลุ่มมีความรู้สึกว่ามีผลลัพท์เกิดขึ้น การตัดสินใจนั้นๆเป็นความผิดของกลุ่ม

กระบวนการตัดสินใจ

อาภรณ์พันธ์ จันทรสว่าง (2525 : 156) ได้สรุปขั้นตอนของการตัดสินใจเป็น 4 ขั้นตอน ดังนี้

1. การพิจารณาถึงตัวปัญหา เพื่อดูว่าปัญหาที่แท้จริงคืออะไรแน่
2. การพิจารณาหาทางเลือกต่างๆเพื่อการตัดสินใจ กล่าวคือภายหลังจากที่พบปัญหาแล้วจะต้องพิจารณาหาทางเลือกต่างๆ ที่จะใช้แก้ปัญหาซึ่งย่อมมีหลายวิธี
3. การประเมินผลทางเลือกต่างๆเหล่านั้นเป็นการประเมินผลทางเลือกว่าทางเลือกใดเป็นทางเลือกที่ดีที่สุด คือดีกว่าทางเลือกอื่นๆทั้งหมด
4. การตัดสินใจเลือกทางเลือกต่างๆเหล่านั้น เป็นการประเมินผลทางเลือกว่าทางเลือกใดเป็นทางเลือกที่ดีที่สุด คือดีกว่าทางเลือกอื่นๆทั้งหมด

จากการศึกษาของ ดิงเลจ (นวลศิริ เปาโรหิตย์. 2538 : 45 ; Dinklage. n.d.) พบว่ากลยุทธ์ “ การวางแผนอย่างรอบคอบ ” เป็นวิธีการตัดสินใจที่ดีที่สุด สำหรับขั้นตอนในการใช้กลยุทธ์ การวางแผนอย่างรอบคอบมี 7 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นระบุปัญหาว่าคืออะไร ในขั้นนี้บุคคลต้องทราบเสียก่อนว่าเขาจะต้องตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องใด และจะต้องตระหนักว่าเขามีสิ่งที่ต้องตัดสินใจ
2. ขั้นรวบรวมข้อมูลที่เป็นประโยชน์ ข้อมูลที่พูดถึงมิใช่ข้อมูลทั่วไป แต่จะต้องเป็นข้อมูลที่จะช่วยในการตัดสินใจ ดังนั้นบุคคลต้องรู้ศิลปะแห่งการเข้าใจว่าข้อมูลอะไรที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจ แหล่งข้อมูลใดมาจากไหน นอกจากนี้ข้อมูลบางชนิดได้มาจากภายนอก ส่วนข้อมูลบางชนิดจะต้องแสวงหาเองจากภายใน
3. ขั้นรู้จักทางเลือกที่มีอยู่ จากการรวบรวมข้อมูลในข้อที่ 2 อาจทำให้บุคคลเริ่มมองเห็นทางเลือกของเขาขึ้นมาบ้าง ถ้าทางเลือกไม่มากเขาอาจจะเลือกทางอื่นที่น่าจะเป็นไปได้มาพิจารณาประกอบ และเมื่อได้ทางเลือกพอสมควรแล้วให้เขาเขียนทางเลือกเหล่านั้นลงในกระดาษ
4. ขั้นชั่งน้ำหนักเลือกตัวเลือก ในขั้นนี้ต้องให้บุคคลลองพิจารณาว่าในแต่ละทางเลือกมีผลดี ผลเสียอย่างไร ผลดี ผลเสียในที่นี้หมายถึงที่เกี่ยวกับชีวิตของเขาไม่ใช่ผลดีสำหรับบุคคลอื่น ๆ และให้บุคคลนำผลดี ผลเสียในแต่ละตัวมาชั่งน้ำหนักดูว่าตัวเลือกใดจะมีน้ำหนักดีกว่าตัวเลือกอื่น
5. ขั้นตัดสินใจเลือก ถ้าบุคคลใดทำขั้น 4 เรียบร้อยแล้ว เขาพร้อมที่จะตัดสินใจเลือก ในการเลือกของเขาในขั้นนี้ส่วนใหญ่จะเป็นจากอันดับของตัวเลือกที่ได้เขียนไว้ในขั้นที่ 4 อย่างไรก็ตามเขาอาจจะเลือกได้มากกว่า 1 อันดับ ถ้าการเลือกนั้นเป็นความต้องการของเขา
6. ขั้นดำเนินการ เมื่อได้ตัดสินใจว่าจะทำอย่างไรเรียบร้อยแล้ว บุคคลพร้อมที่จะลงมือดำเนินการตามที่ได้ตัดสินใจไว้ในขั้นที่ 5
7. ขั้นทบทวนการตัดสินใจและผลที่ได้รับ เมื่อได้ทำตามที่ได้ตัดสินใจไปแล้ว บุคคลจะพบว่า การตัดสินใจเลือกของเขาสามารถช่วยหรือไม่ในการแก้ปัญหาจากขั้นที่หนึ่ง ก็พบว่าผลของการตัดสินใจได้ช่วยในการแก้ปัญหา เขาก็จะอยู่กับการตัดสินใจนั้น

กล่าวโดยสรุป กระบวนการตัดสินใจ ประกอบด้วย ขั้นตอนวิเคราะห์ปัญหาหรือสถานการณ์ ขั้นรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้อง ขั้นระบุทางเลือกและประเมินทางเลือก ขั้นตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด

ทฤษฎีการตัดสินใจของเกอแลต (Gelatt 's Decision Making Theory. n.d.)

เป็นทฤษฎีที่แสดงถึงวงจรกระบวนการตัดสินใจ โดยเริ่มจากจุดมุ่งหมายหรือวัตถุประสงค์ และเมื่อบุคคลมีความประสงค์ที่ต้องการจะตัดสินใจบุคคลนั้นก็ประสงค์จะรับข้อสนเทศ โดยเขาจะรวบรวมข้อมูลให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการตัดสินใจของเขาต่อจากนั้นบุคคลก็จะพิจารณาข้อมูลที่ได้รับและ

พยายามนำมาประยุกต์ให้สอดคล้องกับการเลือกพิจารณาความเป็นไปได้ของทางเลือก สำหรับการทำนายผลอาจขึ้นอยู่กับความสำเร็จของประสบการณ์ในอดีตและระดับความปรารถนาของบุคคลนั้น ซึ่งการทำนายผลจะมีประสิทธิภาพหรือไม่เพียงใดขึ้นอยู่กับสิ่ง 2 ประการ คือ ข้อมูลที่รวบรวมมาได้และน้ำหนักในการคาดคะเนอย่างเหมาะสมหรือไม่เหมาะสม

สำหรับขั้นต่อไปเป็นระบบค่านิยมในขั้นนี้บุคคลจะพิจารณาถึงผลที่พึงปรารถนา เขาจะเปรียบเทียบผลที่ได้รับกับลำดับขั้นของค่านิยม เช่น ถ้าเราเลือกวิชาชีพนี้เพื่อต้องการเงินเดือนมาก หรือคาดได้ว่าเราสามารถเรียนจบในสาขาวิชานี้ได้และจะได้มีโอกาสศึกษาต่อ เขาอาจจะต้องตั้งคำถามว่าค่านิยมสูงสุดของเขานั้นคืออะไร ทั้งนี้เพื่อให้การตัดสินใจเลือกของเขาเหมาะสมยิ่งขึ้น

ส่วนขั้นสุดท้ายเป็นการประเมินผลและการเลือกตัดสินใจ ซึ่งจะเป็นผลจากการตัดสินใจได้ในครั้งนั้น โดยได้ผลที่ได้รับเหมาะสมกับจุดมุ่งหมายและข้อมูล หรือตัดสินใจที่จะสำรวจต่อไป โดยวางแผนสำรวจเพื่อให้ได้ข้อมูลใหม่ เพื่อการตัดสินใจครั้งต่อไป

สรุปวงจรกระบวนการตัดสินใจประกอบด้วยขั้นตอนที่สำคัญ ดังนี้

1. จุดมุ่งหมาย บุคคลต้องตัดสินใจเมื่อมีทางเลือกอย่างน้อย 2 ทาง
2. ข้อสนเทศ บุคคลต้องค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับทางเลือกนั้นๆ
3. ความเป็นไปได้ โดยต้องหาความเป็นไปได้ทั้งหมดของกิจกรรม
4. ความเป็นไปได้ของผลที่ได้รับโดยต้องตรวจสอบลำดับความเป็นไปได้ในแต่ละทางเลือก
5. ความน่าจะเป็นของผลที่ได้รับโดยการทำนายความน่าจะเป็นจริงของแต่ละลำดับ
6. ค่านิยมโดยการประเมินความต้องการของบุคคลในแต่ละลำดับ
7. การประเมินผล โดยการประเมินความเหมาะสมและเลือกตัดสินใจ
8. การตัดสินใจ ซึ่งอาจเป็น
 - 8.1 การตัดสินใจสิ้นสุดลง
 - 8.2 การค้นหาข้อสนเทศใหม่

2. การแก้ปัญหา

ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับการแก้ปัญหา

เมื่อคนเรามีปัญหาเกิดขึ้น สิ่งที่จะเกิดขึ้นตามมาก็คือ ความไม่สบายใจ คับข้องใจ ไม่มีความสุข และสิ่งที่จะทำให้สิ่งที่ไม่พึงพอใจเหล่านั้นหมดไปได้ก็คือ การแก้ปัญหา แต่การแก้ปัญหาก็มีหลายวิธี และคนก็เลือกวิธีแก้ปัญหาแตกต่างกันออกไป ทั้งนี้ก็ขึ้นอยู่กับตัวเองและสภาพแวดล้อมของแต่ละคน

สำหรับความหมายของการแก้ปัญหา มีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

เมย์ (May.1970 : 266) กล่าวว่า การแก้ปัญหาเป็นกระบวนการที่ซับซ้อนทางสมองซึ่งเกี่ยวกับการหยั่งเห็น การจินตนาการ การจัดกระทำ และการรวบรวมความคิด

บอร์น เอกสตรานด์ และโดมิโนสกี (Bourne,Ekstran and Dominoski 1971 : 9) กล่าวถึงการแก้ปัญหว่าเป็นกิจกรรมที่เป็นทั้งการแสดงความรู้ ความคิดจากประสบการณ์เดิม และส่วนประกอบของสถานการณ์ที่เป็นปัญหาในปัจจุบันนำมาจัดเรียงใหม่ เพื่อผลของความสำเร็จในจุดมุ่งหมายเฉพาะอย่าง

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2528 : 259) สรุปความหมายของการแก้ปัญหาว่า หมายถึง การใช้ประสบการณ์เดิมจากการเรียนรู้ทั้งทางตรง คือ มีผู้บรมสั่งสอน และทางอ้อม คือ การเรียนรู้ด้วยตนเองมาแก้ปัญหาใหม่ที่ประสบ

ชุมพล พัฒนสุวรรณ (2531 : 17) กล่าวว่า การแก้ปัญหาได้เป็นความสามารถเดี่ยวๆ แต่จะประกอบด้วยกลุ่มของความสามารถหลายๆด้านประกอบกัน เช่น การนึกคิดที่รวดเร็วเกี่ยวกับลักษณะของวัตถุ หรือสถานการณ์ที่กำหนดให้ การจำแนกประเภทวัตถุ การรับรู้ความสัมพันธ์

จากความหมายดังกล่าวอาจสรุปได้ว่า การแก้ปัญหา หมายถึง กระบวนการทำงานของสมองซึ่งต้องอาศัยความรู้และประสบการณ์เดิมมาช่วยในการพิจารณาโครงสร้างของปัญหา ตลอดจนการคิดหาแนวทางปฏิบัติเพื่อให้ปัญหานั้นหมดไป และบรรลุจุดมุ่งหมายที่ต้องการ

รูปแบบวิธีแก้ปัญหา

ชม ภูมิภาค (2523 : 195) ได้เสนอรูปแบบของการแก้ปัญหาออกเป็น 2 วิธี คือ

1. การแก้ปัญหาระดับง่าย การแก้ปัญหาระดับนี้ไม่ต้องพิจารณามาก ไม่มีพิธีรีตองอันยุ่งยากให้ตัดสินใจ และการแก้ปัญหาก็สามารถทำได้ทันทีที่ เช่น วันนี้จะสวมเสื้อสีอะไรไปโรงเรียนดี จะเดินหรือจะขึ้นรถไป เย็นนี้จะทานข้าวกับอะไร เป็นต้น

2. การแก้ปัญหาระดับซับซ้อน เป็นการแก้ปัญหาระดับยาก ต้องใช้เวลา ใช้ความพยายาม ต้องพบกับความเครียดมาก ปัญหาระดับนี้มีทั้งที่คุ้นเคยและไม่คุ้นเคย บางปัญหาก็เป็นปัญหาใหม่

พยอม ตันมณี (2524 : 42) ได้กล่าวถึงการแก้ปัญหาว่า ต้องอาศัยกฎที่ได้เรียนรู้ไปแล้วช่วยแก้ปัญหาที่ค้นพบ การแก้ปัญหาก็อาจแก้ได้โดยการสอน โดยการบอกวิธีให้ อย่างไรก็ตามส่วนประกอบที่ช่วยในการแก้ปัญหาก็คือ การใช้กฎที่ได้เรียนรู้ไปแล้ว ดังนั้นการแก้ปัญหาก็คือ กระบวนการซึ่งผู้เรียนดึงสิ่งที่เรียนรู้ไปแล้วมาใช้ในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ

การิสัน (Garison.1956 : 591) ได้กล่าวถึงวิธีการแก้ปัญหาที่พบว่า

1. การลองทำเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมาย (Continued Activity to Reach the Goal) โดยวิธีเดิมหรือวิธีใหม่ แต่ยังคงมุ่งเพื่อบรรลุจุดประสงค์อย่างจริง

2. การแก้ปัญหาแบบหาทางทดแทนจุดประสงค์เดิม (Setting Forth a Substitute Goal) มีกลวิธีต่างๆ ดังนี้

2.1 การชดเชย (Compensation) เป็นกระบวนการตั้งจุดมุ่งหมายอื่นขึ้นแทนจุดมุ่งหมายเดิมที่พบอุปสรรคขัดขวาง

2.2 การทดแทน (Sublimation) เป็นวิธีการแก้ปัญหาโดยเลือกใช้ภาวะที่สังคมยอมรับ เป็นแบบพฤติกรรมหนึ่งแทนการประพฤติอย่างอื่นที่ตอบสนองความต้องการของตน

2.3 การเลียนแบบ (Identification) คือการเอาตัวเองเข้าไปเกี่ยวข้องกับวัตถุ สภาพบุคคล หรือสถาบันเพื่อให้รู้สึกว่าคุณค่าสำคัญมีค่า เช่น เด็กชายคนหนึ่งไม่สามารถเข้าทีมฟุตบอลของโรงเรียน แต่ก็สามารถพูดถึงทีมฟุตบอลของโรงเรียนว่า “ ทีมของเรา ” และ “ เรา ” จะเป็นผู้นำ

2.4 การแก้ปัญหาล้อมจุดมุ่งหมายเดิม (Falsifying the Goal) คือ การให้เหตุผลเป็นข้ออ้างที่ไม่ใช่เหตุผลที่แท้จริง แต่ใช้ชั่วคราวเพื่อให้ผ่านไปแล้วเกิดความสนใจ เป็นกลวิธีที่เรียกกันทั่วไปว่า “ อยู่นับเปรี๊ยะ มะนาวหวาน ”

2.5 การแก้ปัญหาลอยหนี (Evasion or Withdrawal) คือ ลืมปัญหา และความยุ่งยากที่เกิดกับตนเอง เพื่อจะได้ไม่ต้องแก้ปัญหา

2.6 การแก้ปัญหาย่างใช้เหตุผล (The Rational Approach) คือ การแก้ปัญหโดยใช้วิธีวิทยาศาสตร์ ซึ่งถือว่าการแก้ปัญหาคือดีที่สุด

จากทฤษฎีข้างต้น สรุปได้ว่า เมื่อคนเรามีปัญหาเกิดขึ้นก็จำเป็นต้องแก้ปัญหา เพื่อให้ปัญหานั้นหมดไป ซึ่งการแก้ปัญหานั้นก็มีหลายวิธี และหลายขั้นตอนที่แตกต่างกันออกไป

3. ความคิดสร้างสรรค์

ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับความคิดสร้างสรรค์

สำหรับความหมายของความคิดสร้างสรรค์ มีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

เกทเซล (Getzels.1962 : 455-460) กล่าวว่า ความคิดสร้างสรรค์เป็นลักษณะการคิดที่หาคำตอบหลายๆคำตอบเพื่อตอบสนองสิ่งเร้า ผู้ที่มีอิสระในการตอบสนองจึงจะเกิดความคิดสร้างสรรค์ได้มาก

ทอร์เรนซ์ (Torrance.1962 : 16) ได้ให้ความหมายของความคิดสร้างสรรค์ว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการสร้างความคิดผลิตผลหรือสิ่งแปลกๆใหม่ๆที่ไม่รู้จักมาก่อน ซึ่งสิ่งต่างๆเหล่านี้ อาจเกิดจากการรวบรวมเอาความรู้ต่างๆที่ได้จากประสบการณ์แล้วรวบรวมความคิดเป็นสมมติฐาน แล้วรายงานผลที่ได้รับจากการค้นพบ

วิจิตร วรุตบางกูร (2520 : 39) ได้ให้คำจำกัดความว่า ความคิดสร้างสรรค์เป็นจินตนาการประยุกต์ (Applied Imagination) ที่มนุษย์สร้างขึ้นเพื่อแก้ปัญหาที่ยาก เป็นการรวบรวมจินตนาการจากสิ่งเร้า และทำให้เป็นสิ่งที่มีความหมาย

อารี พันธุ์ณี (2537 : 9) ได้ให้ความหมายของความคิดสร้างสรรค์ว่า เป็นกระบวนการทางสมองที่คิดในลักษณะอเนกมัย อันนำไปสู่การคิดค้นพบสิ่งแปลกใหม่ด้วยการคิด ดัดแปลง ประยุกต์จากความคิดเดิมผสมผสานกันให้เกิดสิ่งใหม่ ซึ่งรวมทั้งการประดิษฐ์คิดค้นตลอดจนวิธีการคิด ทฤษฎี หลักการได้สำเร็จ ความคิดสร้างสรรค์จะเกิดขึ้นได้มิใช่เพียงแต่คิดในสิ่งที่เป็นไปได้ หรือสิ่งที่เป็เหตุเป็นผลเพียงอย่างเดียวเท่านั้น หากแต่ต้องควบคู่กันไปกับความพยายามที่จะสร้างความคิดฝันหรือจินตนาการให้เป็นไปๆได้ หรือที่เรียกว่า จินตนาการประยุกต์นั่นเอง จึงจะทำให้เกิดผลงานจากความคิดสร้างสรรค์ขึ้น

จากความหมายดังกล่าวอาจสรุปได้ว่า ความคิดสร้างสรรค์หมายถึงกระบวนการทางสมองที่คิดในลักษณะอเนกมัย คือ ความคิดหลายทิศทาง หลายแง่ หลายมุม และเป็นความสามารถของบุคคลในการคิดสร้างสรรค์ ผลิตผล หรือสิ่งแปลกใหม่ ซึ่งรวมทั้งการประดิษฐ์ คิดค้นสิ่งต่างๆ และต้องควบคู่กับความพยายามที่จะสร้างความคิดฝัน หรือจินตนาการให้เป็นไปๆได้ จึงจะทำให้เกิดผลงานจากความคิดสร้างสรรค์

ความสำคัญของความคิดสร้างสรรค์

สำหรับความสำคัญของความคิดสร้างสรรค์ มีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

เฮิร์ลอค (Hurlock.1972 : 319) ได้กล่าวถึงคุณค่าของความคิดสร้างสรรค์ว่า ความคิดสร้างสรรค์ให้ความสนุก ความสุข ความพอใจแก่เด็ก และอิทธิพลต่อบุคลิกภาพของเด็กมาก ไม่มีอะไรที่จะทำให้เด็กหัดหู่ได้เท่ากับงานสร้างสรรค์ของเขาถูกตำหนิ หรือถูกดูถูก

ชาญชัย อินทรประวัติ (2518 : 19) ได้ให้ความเห็นว่า ความคิดสร้างสรรค์มีความจำเป็นต่อชีวิต เพราะในการให้การศึกษาแก่เด็ก เราไม่สามารถสอนทุกสิ่งทุกอย่างที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตของเขาได้ เราสอนได้เพียงบางอย่างเท่านั้น เด็กที่มีความคิดสร้างสรรค์จึงมีโอกาสนำความรู้ไปใช้ในการแก้ปัญหาได้ดีกว่า

จากความสำคัญของความคิดสร้างสรรค์ที่กล่าวมานี้ จะเห็นว่า ความคิดสร้างสรรค์เป็นคุณลักษณะที่สำคัญควรได้รับการส่งเสริม และปลูกฝังให้แก่เด็ก เนื่องจากความคิดสร้างสรรค์ช่วยสร้างนิสัยที่ดีให้กับเด็ก ช่วยผ่อนคลายอารมณ์ทั้งยังช่วยให้เด็กได้พัฒนาด้านร่างกาย สติปัญญา เด็กได้สำรวจ ค้นคว้า และทดลอง ซึ่งเป็นผลให้เด็กสามารถนำความรู้ไปใช้ในการแก้ปัญหาในชีวิตได้

ทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์ตามแนวคิดของนักจิตวิทยา กลุ่มจิตวิเคราะห์

ฟรอยด์ (Freud.1938 : 193) จิตแพทย์ชาวเวียนนาเป็นผู้นำกลุ่มจิตวิเคราะห์ ให้ความคิดเห็นว่า ความคิดสร้างสรรค์เกิดจากความขัดแย้งระหว่างแรงขับทางเพศ ซึ่งถูกผลักดันออกมาโดยจิตไร้สำนึกกับความรู้สึกผิดชอบชั่วดีในสังคม ดังนั้นเพื่อให้แรงขับทางเพศได้แสดงออกมาในรูปแบบ หรือพฤติกรรมที่สังคมยอมรับได้ จึงแสดงออกมาในรูปของความคิดสร้างสรรค์ ตัวอย่างเช่น ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นอาจเป็นความขัดแย้งที่ไม่พึงพอใจในสภาพของตน จึงต้องการปรับสภาพเดิมให้เป็นไปตามที่ตนพอใจ เช่น รูจิดา เด็กวัยรุ่นอายุประมาณ 17 ปี ไม่พอใจในสภาพห้องนอนของเธอเพราะมันเรียบ เธอจึงติดตกแต่งด้วยการติดภาพประดับตามฝาผนัง และโยกย้ายเฟอร์นิเจอร์บางชิ้นให้อยู่ในที่ที่เหมาะสมขึ้น เพิ่มแจกันดอกไม้ ติดมาน เป็นต้น

นอกจากนี้ฟรอยด์ยังให้ทรรศนะเพิ่มเติมว่า ความคิดสร้างสรรค์เป็นลักษณะของความไร้แรงจูงใจ ผ่อนคลาย อิสระ หรือลักษณะของความเป็นเด็ก ซึ่งบริสุทธิ์เป็นธรรมชาติ เป็นตามสภาพที่แท้จริง ไม่เสแสร้ง ไม่ดัดแปลง และมีความคิดแจ่มใส บริสุทธิ์ สนุกสนาน ไม่มีความยึดติดต่อสิ่งใดๆ ไม่มีความเครียด

กระบวนการคิดสร้างสรรค์

ออสบอร์น (อาร์ รังสินันท์.2527 : 3 ; อ้างอิงจาก Osborn.1957) ได้ขยายกระบวนการคิดสร้างสรรค์เป็น 7 ขั้นตอน คือ

1. การชี้ถึงปัญหา เป็นการระบุหรือทราบประเด็นปัญหา
2. การเตรียมและรวบรวมข้อมูล เป็นขั้นเตรียมการรวบรวมข้อมูล เพื่อใช้ในการคิดแก้ปัญหา
3. การวิเคราะห์ เป็นขั้นที่ใช้ความคิดพิจารณาและแจกแจงข้อมูล
4. การใช้ความคิด หรือคัดเลือกเพื่อหาทางเลือกต่างๆอย่างละเอียด รอบคอบ
5. การคิดและการทำให้กระจ่าง เป็นขั้นที่ทำให้จิตใจว่าง เพื่อให้เกิดความคิดแวบแล้วกระจ่างขึ้น
6. การสังเคราะห์หรือการรวบรวมส่วนต่างๆเข้าด้วยกัน
7. การประเมินผล เป็นการคัดเลือกคำตอบที่มีประสิทธิภาพที่สุด

ซัลลิแวน (Sullivan.1967 : 33) ได้กล่าวถึงขั้นต่างๆของกระบวนการคิดสร้างสรรค์ ดังนี้

1. ขั้นประสบปัญหา (Puzzlemet) เป็นขั้นซึ่งบุคคลเกิดความรู้สึกว่า มีบางสิ่งบางอย่างเกิดความเข้าใจผิด ไม่แจ่มชัด หรือไม่สามารรถเข้าใจได้
2. ขั้นคิดไตร่ตรองอย่างหนัก (Mental Labor) เป็นขั้นที่บุคคลคิดถึงวิธีการและความรู้ต่างๆที่ได้สะสมไว้ ขั้นนี้สมองทำงานอย่างหนักแต่ก็ยังไม่สามารถแก้ปัญหาได้
3. ขั้นเพาะความคิด (Incubation) เป็นขั้นที่ความคิดหยุดอยู่ขณะหนึ่ง เพื่อย่อยดูว่ามีอะไรเกิดขึ้น
4. ขั้นเกิดความกระจ่าง (Illumination) เป็นขั้นที่เกิดความคิดทะลุปรุโปร่ง หรือเกิดการค้นพบแล้ว
5. ขั้นกลั่นกรองความคิด (Elaboration) เป็นขั้นที่ทำการพิสูจน์ ทบทวนเหตุผลที่ได้จากการกระทำนั้น

วิชัย วงษ์ใหญ่ (2523 : 4) กล่าวว่าความคิดสร้างสรรค์ประกอบด้วยกระบวนการคิด 4 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 กระบวนการของความรู้สึกว่ามีความยุ่งยาก มีปัญหาช่องว่างของข้อมูลที่เกิดขึ้น

(Sensory Problem)

ขั้นที่ 2 กระบวนการของการคาดคะเน หรือการสร้างสมมติฐานเกี่ยวกับปัญหานั้นขึ้นมา

(Formulating Hypothesis)

ขั้นที่ 3 กระบวนการทดสอบการคาดคะเนหรือสมมติฐาน (Testing Guess)

ขั้นที่ 4 กระบวนการของการติดต่อผลลัพธ์ที่ได้มา (Communicating the Results) จากที่กล่าวมาแล้วจะเห็นว่า กระบวนการคิดสร้างสรรค์ประกอบด้วยลำดับขั้นต่างๆ ดังนี้ ขั้นคิด รวบรวมข้อมูล ตั้งสมมติฐาน การใช้ความคิด ตลอดจนนำไปใช้และปรับปรุงให้สมบูรณ์

4. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ

การคิดอย่างมีวิจารณญาณเป็นการคิดที่ต้องอาศัยเหตุผลและข้อมูลที่เชื่อถือได้มาประกอบการตัดสินใจนั้นๆ การคิดอย่างมีวิจารณญาณเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับคนเราเมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆ ที่เป็นปัญหา เพื่อช่วยในการตัดสินใจ เลือกกระทำการต่างๆ ได้ถูกต้องและเหมาะสม การคิดอย่างมีวิจารณญาณเป็นกระบวนการทางสมองที่สลับซับซ้อน

ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

ได้มีผู้ให้ความหมายของการคิดอย่างมีวิจารณญาณ โดยแบ่งได้เป็น 2 กลุ่ม ดังนี้

(1) คำนิยามในความหมายที่กว้าง ได้แก่ การคิดอย่างมีวิจารณญาณในลักษณะที่เป็นกิจกรรมทางสมองที่เป็นกระบวนการคิดโดยทั่วไป (General Thinking Process) หรือเป็นการคิดเพื่อแก้ปัญหา ตัวอย่างคำนิยามกลุ่มนี้ ได้แก่ คำนิยามของดิวี่ (บุซกร ดำรง.2542 : 10 ; Dewey. 1933) ได้เสนอว่า การคิดอย่างมีวิจารณญาณ หมายถึง การคิดใคร่ครวญอย่างไตร่ตรอง ดิวี่ อธิบายขอบเขตของการคิดอย่างมีวิจารณญาณว่า เป็นการคิดที่เริ่มต้นจากสถานการณ์ที่มีความยุ่งยากและสิ้นสุดลงด้วยสถานการณ์ที่มีความชัดเจนส่วนสกินเนอร์(Skinner.1976) ได้ให้ความหมายของการคิดอย่างมีวิจารณญาณว่า ประกอบด้วยกระบวนการและความสามารถ กระบวนการ หมายถึง วิธีการแก้ปัญหาแบบวิทยาศาสตร์และทัศนคติในการแสวงหาความรู้ ส่วนความสามารถ หมายถึง ความรู้ในข้อเท็จจริง หลักการสรุปเป็นกรณีทั่วไป การอนุมาน การยอมรับข้อตกลงเบื้องต้น การนิรนัย การตีความ และการประเมินผล รวมทั้งทักษะทางด้านความเข้าใจ การวิเคราะห์ การสังเคราะห์ และการประเมินผล

(2) คำนิยามในความหมายที่แคบ ได้แก่ การคิดอย่างมีวิจารณญาณในลักษณะที่เป็นการใช้เหตุผลทางตรรกศาสตร์ เป็นการประเมินผลของความคิด ได้มีผู้ให้คำนิยามไว้ ดังนี้ ฮิลการ์ด (Hilgard.1962 : 12) ให้ความหมายของการคิดอย่างมีวิจารณญาณว่า เป็นความสามารถในการตัดสินใจหรือปัญหาว่าสิ่งใดเป็นจริง สิ่งใดเป็นเหตุเป็นผลกัน ส่วนกู๊ด (Good.1973 : 680) ให้ความหมายของการคิดอย่างมีวิจารณญาณว่า เป็นการคิดอย่างรอบคอบตามหลักของการประเมิน และมีหลักฐานอ้างอิงเพื่อหาข้อสรุปที่น่าจะเป็นไปได้ ตลอดจนพิจารณาองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องทั้งหมด โดยใช้กระบวนการทางวิทยาศาสตร์ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม นอกจากนี้เอนนิส (Ennis.1985 : 46) ได้ให้ความหมายของการคิดอย่างมีวิจารณญาณว่า เป็นการคิดพิจารณาไตร่ตรองอย่างมีเหตุผลที่มีจุดมุ่งหมาย เพื่อการตัดสินใจว่าสิ่งใดควรเชื่อ หรือสิ่งใดควรทำ ช่วยให้ตัดสินใจในแต่ละสภาพการณ์ได้ถูกต้อง

จากนิยามการคิดอย่างมีวิจารณญาณดังกล่าว สรุปความหมายได้ว่า การคิดอย่างมีวิจารณญาณหมายถึง กระบวนการคิดไตร่ตรองอย่างรอบคอบเกี่ยวกับข้อมูลที่เป็นปัญหาข้อโต้แย้ง หรือข้อมูลที่คลุมเครือ เพื่อตัดสินใจและนำไปสู่การสรุปอย่างสมเหตุสมผล

ทฤษฎีการคิดอย่างมีวิจารณญาณของวัตสันและเกลเซอร์

กู๊ดวิน วิลสัน (Goodwin Wilson) นักจิตวิทยาและนักการศึกษา และเอดเวิร์ด เกลเซอร์(Edward M. Glaser) นักจิตวิทยาจากมหาวิทยาลัยโคลัมเบีย ได้ให้ความสนใจศึกษาเกี่ยวกับแนวคิด และลักษณะของ

การคิดอย่างมีวิจารณญาณอย่างต่อเนื่องเป็นเวลานาน ได้สรุปแนวคิดสำคัญของการคิดอย่างมีวิจารณญาณว่าประกอบด้วย

1. ทักษะ (Attitude) หมายถึง ความสนใจในการแสวงหาความรู้ ตลอดจนมีนิสัยในการค้นหาหลักฐานมาสนับสนุนสิ่งที่อ้างว่าเป็นจริง
2. ความรู้ (Knowledge) หมายถึง ความสามารถในการอนุมาน (Inference) การสรุปใจความสำคัญ (Abstraction) และการสรุปเป็นกรณีทั่วไป (Generalization) โดยพิจารณาจากหลักฐานและหลักการทางศาสตร์
3. ทักษะ (Skill) หมายถึง ความสามารถที่จะนำทัศนคติ และความรู้ดังกล่าวข้างต้นมาประยุกต์ใช้พิจารณา ตัดสินปัญหาสถานการณ์ต่างๆ หรือข้อสรุปต่างๆได้

แนวคิดเกี่ยวกับการคิดอย่างมีวิจารณญาณของเอนนิส

เอนนิส (Ennis) ให้ความสนใจและเริ่มศึกษาการคิดวิจารณ์มาตั้งแต่ คศ. 1962 เอนนิส กล่าวว่า “ การคิดอย่างมีวิจารณญาณเป็นการคิดหาเหตุผล คิดแบบไตร่ตรอง เป็นการตัดสินใจว่า อะไรควรเชื่อ อะไรควรทำ ” โดยสรุปประเด็นสำคัญเกี่ยวกับการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ดังนี้ (ชาลิณี เอี่ยมศรี.2536)

1. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ เป็นการคิดที่ใช้เหตุผล นั่นคือ สามารถคิดดี เหมาะสม มีเหตุผลที่ดีรองรับ
2. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ เป็นการคิดแบบไตร่ตรองในการตรวจสอบเหตุผลทั้งของตนเอง ผู้อื่น และข้อเท็จจริง
3. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ เป็นการคิดอย่างตั้งใจ มีสติในการค้นหาเหตุผลที่ดี เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้
4. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ เป็นการตัดสินใจว่า อะไรควรเชื่อ หรืออะไรควรปฏิบัติ

ทฤษฎีของเอนนิส ระบุว่า การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ประกอบด้วย ความสามารถ (Ability) และลักษณะ (Dispositions) ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

ความสามารถของการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Ennis.1989 : 14) ประกอบด้วย

1. ความกระจ่างชัดเบื้องต้น (Elementary Clarification) ซึ่งได้แก่
 - 1.1 ถ้ามได้ตรงประเด็น (Focusing on a question)
 - 1.2 วิเคราะห์การอ้างเหตุผล (Analyzing argument)
 - 1.3 ถามและตอบคำถามได้ชัดเจนและท้าทาย (Asking and answering question that clarify and challenge)
2. ข้อมูลสนับสนุน (Basic support) ซึ่งได้แก่
 - 2.1 พิจารณาความน่าเชื่อถือของแหล่งข้อมูล (Judging the credibility of a source)
 - 2.2 มีการสังเกต (Making and judging observations)
3. การสรุปอ้างอิง (Inference)
 - 3.1 การนิรนัย (Making and judging deductions)
 - 3.2 การอุปนัย (Making and judging inductions)
 - 3.3 การตัดสินคุณค่า (Making and judging value Judgement)
4. การกระจ่างชัดขั้นสูง (Advanced Clarification)

4.1 กำหนดปัญหาและอธิบายคำจำกัดความของปัญหา (Defining terms and judging definitions)

4.2 ระบุข้อตกลงเบื้องต้น (Identifying Assumptions)

5. ยุทธวิธีและกลยุทธ์ (Strategies and Tactics)

5.1 การตัดสินใจลงมือกระทำ (Deciding on an action)

5.2 ปฏิกริยากับผู้อื่น (Interacting with others)

ลักษณะ (Norris and Ennis.1989 : 12) ประกอบด้วย

1. ตั้งคำถามหรือค้นหาข้อมูลจากเรื่องที่ให้มา
2. ค้นหาเหตุผล
3. การแสดงออกอย่างมีเหตุผล
4. การอ้างอิงจากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้
5. การทำความเข้าใจเรื่องราวในสถานการณ์ที่เป็นปัญหา
6. การบอกถึงใจความสำคัญ
7. การเก็บ จำความรู้พื้นฐาน
8. การสร้างทางเลือก
9. เปิดใจกว้าง
 - 9.1 ยอมรับ พิจารณาความคิดเห็นผู้อื่น
 - 9.2 ใช้เหตุผลเป็นจุดเริ่มต้น และเป็นเหตุผลที่ได้รับการยอมรับ
 - 9.3 ตัดสินใจด้วยการใช้ข้อมูล และเหตุผลอย่างเพียงพอ
10. มีจุดยืน และสามารถเปลี่ยนจุดยืนได้ เมื่อมีหลักฐานและเหตุผลเพียงพอสนับสนุน
11. ค้นหาเหตุผลให้มาก เพื่อความถูกต้อง
12. จัดการเรื่องต่างๆอย่างมีระเบียบ
13. นำความสามารถคิดอย่างมีวิจารณญาณมาใช้
14. มีความไวต่อความรู้สึก ระดับความรู้ และระดับการอ้างเหตุผลของผู้อื่น

เอนนิส ได้อธิบายการคิดอย่างมีวิจารณญาณว่า เป็นบริบทของการคิดที่เกิดจากการที่ตนได้มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และมีความเกี่ยวข้องกับการอ้างเหตุผล โดยต้องใช้การคิดอย่างมีวิจารณญาณก่อนที่จะตัดสินใจเชื่อ หรือลงมือปฏิบัติตามการอ้างเหตุผลนั้น การคิดอย่างมีวิจารณญาณมีทิศทางหลายทิศทางซึ่งจะหยุด หรือเริ่มต้นใหม่ หรือทำซ้ำๆได้ การคิดอย่างมีวิจารณญาณเริ่มต้นที่การใช้ข้อมูลพื้นฐานไปสิ้นสุดที่การตัดสินใจเชื่อหรือกระทำ การตัดสินใจต้องใช้ข้อมูลพื้นฐานจากเรื่องที่กำลังพิจารณาโดยใช้ความรู้พื้นฐานและใช้ข้อสรุปที่เป็นที่ยอมรับนำมาผสมผสานกับการสรุปอ้างอิง เพื่อนำไปสู่เป้าหมาย

5. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ

ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสาร

สำหรับความหมายของการสื่อสาร มีผู้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

บาร์คเคอร์ (Barker. 1990 : 4) ให้ความหมายของการสื่อสารว่า เป็นกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสองคน ในการที่จะทำงานร่วมกันเพื่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ เพราะการสื่อสารเป็นกระบวนการที่มีการเปลี่ยนแปลง กล่าวคือ การสื่อสารที่สิ้นสุดลงไปแล้วอาจส่งผลต่อเนื่องถึงปัจจุบัน และเป็นสาเหตุให้เกิดความสับสนและเป็นปัญหาได้

คริสเตนเซน และคอคโครว์ (Christensen and Kockrow. 1991 : 35) ให้ความหมายของการสื่อสารว่าเป็นกระบวนการแลกเปลี่ยนข่าวสารจากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง ซึ่งการสื่อสารนั้นจะเป็นการใช้ถ้อยคำหรือไม่ใช้ถ้อยคำก็ได้ ทั้งนี้อาจเป็นการสื่อสารโดยตรง เช่น การเผชิญหน้า หรือทางอ้อม โดยการเขียนหรือการจดบันทึก เป็นต้น

จารุวรรณ เอกอรรถผล (2530 : 22) ให้ความหมายของการสื่อสารว่า คือกระบวนการถ่ายทอดหรือแลกเปลี่ยนข่าวสาร ข้อเท็จจริง ความคิด ความรู้สึก อารมณ์ และทัศนคติ ซึ่งกระบวนการติดต่อสื่อสารที่จะได้ผลดีนั้น ต้องอาศัยความเข้าใจตรงกัน การมีส่วนร่วมและปฏิบัติที่ตอบสนองที่เหมาะสม

ดวงพร คำคุณวัฒน์ และวาสนา จันทน์สว่าง (2536 : 19) กล่าวว่า นอกจากการสื่อสารจะหมายถึง การส่งต่อหรือการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารระหว่างผู้ส่งและผู้รับในสังคมแล้ว การสื่อสารยังเป็นกระบวนการที่ดำเนินไปอย่างมีขั้นตอน และมีความต่อเนื่อง เมื่อการสื่อสารเกิดขึ้นจะมีลักษณะร่วมเกิดขึ้นในหลายขั้นตอน และต้องมีวัตถุประสงค์ในการสื่อสารด้วย

จากความหมายดังกล่าวอาจสรุปได้ว่า การสื่อสารหมายถึง กระบวนการรับส่งเพื่อถ่ายทอดและแลกเปลี่ยน ข่าวสาร ข้อมูล ความรู้สึกนึกคิด จากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่งหรือหลายคน เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน ยังผลให้เกิดความร่วมมือ ความตกลงกัน โดยอาศัยถ้อยคำในการพูดหรือเขียน

กระบวนการของการสื่อสาร

เดวิด เบร์โรว์ (Berlo. 1960) กล่าวไว้ในหนังสือ “ กระบวนการสื่อความหมาย ” (The Process of Communication) ว่า กระบวนการสื่อสาร ประกอบด้วย

1. S = Source หมายถึง ตัวผู้ส่งจะส่งหรือสื่อสารอะไรออกไป ย่อมประกอบไปด้วยแหล่งที่มาหลายประการด้วยกัน เช่น ความชำนาญ ทัศนคติ ความรู้ ระบบของสังคม ตลอดจนประเพณีต่าง ๆ มาควบคุมหรือบัญชาว่าสิ่งใดควรพูดหรือไม่ควรพูด ควรสื่อหรือไม่ควรสื่อออกไป

2. M = Message หมายถึง ข่าวสาร เนื้อหาสาระในการสื่อ (Content) ซึ่งเป็นสิ่งที่ผู้ส่งจะต้องการให้ผู้รับทราบ ข่าวสารนี้อาจเป็นคำพูด ตัวหนังสือ สัญลักษณ์ ฯลฯ โครงสร้าง (Structure) หรือรูปแบบในการส่ง เช่น พูดเป็นข้อๆ พูดแล้วมีการทบทวนเป็นช่วงๆ ฯลฯ ก็รวมอยู่ในหัวข้อนี้ด้วย

3. C = Channel หมายถึง ช่องทางหรือเครื่องรับของผู้รับว่า จะรับทางใดหรือรับก็ทาง ขณะที่ทำการสื่อความ จะเน้นประสาททั้ง 5 เป็นหลัก การเห็น (Seeing) การได้ยิน (Hearing) การสัมผัส (Touching) การสูดดม (Smelling) และการชิมรส (Tasting)

4. R = Receiver หมายถึง ผู้รับซึ่งจะประกอบไปด้วยความชำนาญในการสื่อสาร ทัศนคติ ความรู้ระบบแห่งสังคม และประเพณีนั้นๆเหมือนกันกับผู้ส่ง

ปัจจุบัน นอกจากกระบวนการของการสื่อสารทั้ง 4 องค์ประกอบที่กล่าวมาแล้ว ยังมีองค์ประกอบ “ การย้อนกลับของข่าวสาร ” เพิ่มมาด้วย โดยมีรายละเอียด ดังนี้

การย้อนกลับของข่าวสาร (Message Feedback) หมายถึง การตอบสนองของผู้รับต่อข่าวสารหรือข้อมูลที่ได้รับมาซึ่งมีอยู่หลายรูปแบบ ทั้งที่เป็นความพอใจหรือไม่พอใจ ปฏิบัติตามได้หรือไม่ปฏิบัติตามไม่ได้ มีการโต้ตอบอย่างรุนแรงหรืออยู่เฉยๆ เป็นต้น การป้อนกลับของข่าวสารนอกจากจะมาในรูปของการตอบสนองแล้ว ยังมาในรูปของการประเมินผลว่า ผู้ส่งประสบความสำเร็จในการส่งหรือไม่อีกด้วย ซึ่งการป้อนกลับประเภทหลังนี้จะนำมาซึ่งการปรับปรุงหรือพัฒนาการสื่อสาร ถ้าการป้อนกลับนั้นมีประสิทธิภาพ

ประเภทของการสื่อสาร

การสื่อสารของมนุษย์จำแนกได้ 2 ประเภท ดังนี้

1. การสื่อสารโดยใช้วาจา (Verbal Communication) หมายถึง การสื่อความหมายโดยทั่วไป ที่อาศัยคำสัญลักษณ์ เลขจำนวน หรือภาษาทางคณิตศาสตร์ก็ได้
2. การสื่อความหมายโดยไม่ใช้ถ้อยคำภาษา (Non-Verbal Communication) หมายถึง การสื่อความหมายที่ใช้สัญลักษณ์อย่างอื่น นอกเหนือจากคำ เลขจำนวน หรือวรรคตอน

นอกจากจะมีกระบวนการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพแล้ว ยังต้องมีการรับรู้ถึงความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่ายด้วย โดยผู้วิจัยได้เสนอแนวคิด “ Life Positions ” ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

เอริก เบิร์น (Berne. 1976) ได้จำแนก “ Life Positions ” ออกเป็น 4 แบบ ดังนี้

1. I ' m OK, you ' re OK.

หมายถึง การพูด การแสดงท่าทีที่กระทำออกมาครั้งใดก็ไม่ทำให้ใครเสีย มีแต่ทำให้คนสบายใจ ซึ่งการพูดหรือการแสดงออกเช่นนี้ เป็นสิ่งที่คนในโลกนี้ ควรจะพูดกัน

2. I ' m OK, you ' re not OK.

หมายถึง การพูด หรือแสดงออกมาครั้งใดผู้พูดหรือผู้แสดงออกจะอยู่ในตำแหน่งที่เหนือกว่า ดีกว่า แต่คู่สนทนาขาดทุน หรือมีความรู้สึกไม่สบายใจทันที

3. I ' m not OK, you ' re OK.

หมายถึง การพูดที่พูด หรือแสดงออกมาครั้งใด ผู้พูดหรือผู้แสดงออกจะเป็นฝ่ายขาดทุน หรือเป็นฝ่ายเสียทันที แต่คู่สนทนาจะได้รับการยกย่องหรือได้รับเกียรติ

4. I ' m not OK, you ' re not OK.

หมายถึง การพูด หรือแสดงออกมาครั้งใดหาคนโชคดียังไม่ได้เลย เสียความรู้สึกทั้งผู้ฟังและผู้พูด

กล่าวโดยสรุป ควรใช้แบบที่ 1 เพราะการพูด หรือแสดงออกแบบนี้ ทำให้เป็นที่รักของทุกคน ใครๆก็ชอบ ใครๆก็อยากคุยด้วย แต่ในความเป็นจริงแล้วอารมณ์ของคนเราในบางครั้งก็ทำให้เราพลั้งเผลอไป ดังนั้นเราต้องจัดการกับอารมณ์ให้ดี ซึ่งจะกล่าวถึงในทักษะชีวิตด้านต่อไป

6. การสร้างสัมพันธภาพ

ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพ

สวินีย์ ตันติพัฒนานนท์ (2522 : 57) กล่าวว่า สัมพันธภาพ หมายถึง การที่บุคคล 2 คนหรือมากกว่า 2 คนทำความรู้จักติดต่อกันโดยมีวัตถุประสงค์อย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งอาจเป็นเดือน ปี หรือตลอดชีวิต ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับชีวิตและลักษณะสัมพันธภาพ

พีไลรัตน์ ทองอุไร (2529 : 57) กล่าวว่า สัมพันธภาพ หมายถึง การทำให้เกิดการมีปฏิสัมพันธ์กัน เพื่อให้เป็นกระบวนการระหว่างบุคคลขึ้น โดยพยายามทำให้การมีปฏิสัมพันธ์นั้น เกิดการยอมรับซึ่งกันและกัน

จากความหมายดังกล่าวอาจสรุปได้ว่าสัมพันธภาพ หมายถึง พฤติกรรมการแสดงปฏิสัมพันธ์โต้ตอบระหว่างบุคคล ทั้งภาษาท่าทางและถ้อยคำ เพื่อให้บรรลุจุดประสงค์ร่วม โดยใช้ความอดทนและควบคุมอารมณ์ในการอยู่ร่วมกันและมีน้ำใจช่วยเหลือ เพื่อให้เกิดการยอมรับซึ่งกันและกัน

แนวคิดเกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพ

ในการอยู่ร่วมกัน บุคคลต้องมีความอดทนและต้องเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคลซึ่ง ชิกเกอร์ริง (Chickering. 1968 : 94) ได้ศึกษาสัมพันธภาพระหว่างบุคคล กล่าวว่า สัมพันธภาพระหว่างบุคคลนั้นขึ้นอยู่กับ

1. ความรู้สึกเกี่ยวกับความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น
2. คุณภาพของสัมพันธภาพ

ความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น

ความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น หมายถึง ความรู้สึกที่บุคคลสามารถยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่นและมีใจกว้าง (Chickering. 1986 : 94) ซึ่งการยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่นนี้เป็นองค์ประกอบสำคัญของการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

นอกจากนี้ วิจิตร อวระกุล (2526 : 20) กล่าวว่า บุคคลย่อมมีความแตกต่างกันมากบ้าง น้อยบ้าง และการเข้าใจถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล จะทำให้บุคคลเข้าใจได้ และมีความอดทนในความสัมพันธ์

วิจิตร อวระกุล (2526 : 20) ได้กล่าวถึงความแตกต่างของบุคคล ดังนี้

1. รูปร่าง หน้าตา ท่าทาง (Appearance) บุคคลย่อมเลือกเกิดไม่ได้ บางคนสูง บางคนต่ำ บางคนขาว บางคนดำ เป็นต้น แต่มนุษย์เป็นคนเสมอกันทั้งหมด ดังนั้นไม่ควรมีอคติในรูปร่าง หน้าตา ท่าทาง และการแต่งกายของบุคคลในการมีสัมพันธภาพ

2. อารมณ์ (Emotion) บุคคลมีอารมณ์ต่างกัน บางคนอารมณ์เย็น บางคนอารมณ์ร้อน โมโห โกรธง่าย การแสดงออกต่างกันทำให้บุคลิกต่างกัน

3. นิสัย (Habit) บางคนนิสัยดี ขยันขันแข็ง ซื่อสัตย์สุจริต แต่บางคนนิสัยใจคอร้าย ไร้ใจไม่ได้ คดโกง เป็นต้น

4. ทักษะ (Attitude) หรือท่าทีความรู้สึกที่แสดงออกต่างกันเป็นรายบุคคลหรือกลุ่ม

5. พฤติกรรม (Behavior) ของมนุษย์ต่างกันสุดจะพรรณนา

6. ความถนัด (Aptitude) บุคคลมีความถนัดตามธรรมชาติแตกต่างกัน ถ้าได้ทำงานที่ถนัดจะทำได้ดี แต่ถ้าทำงานที่ไม่ถนัด นอกจากจะทำได้ไม่ดีแล้ว ยังทำให้กลุ่มใจ หนักใจ

7. ความสามารถ (Ability) บุคคลมีความสามารถแตกต่างกัน เช่น ด้านร่างกายแข็งแรงไม่เท่ากัน ผู้ชายแข็งแรงกว่าผู้หญิง แต่ผู้หญิงทำงานละเอียดเรียบร้อยกว่าผู้ชาย

8. สุขภาพ (Health) บุคคลย่อมมีสุขภาพแข็งแรง อ่อนแอไม่เท่ากัน

9. รสนิยม (Taste) บุคคลมีรสนิยมแตกต่างกัน ไม่ควรดูถูกเหยียดหยามกัน

10. สังคม (Social) สังคมของบุคคลนั้นแตกต่างกัน ทุกคนมีโลกและสังคมของตนเอง

ในการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ไม่ควรให้ความแตกต่างของบุคคลอื่น เป็นเครื่องกีดขวางความสัมพันธ์ เพราะทำให้เกิดอคติ เกิดอารมณ์ขัดแย้งในความไม่เหมือนตนเอง บุคคลต้องพยายามเข้าใจ เปิดใจกว้าง และระลึกว่าความเป็นคนของแต่ละบุคคลต้องได้รับความเคารพนับถือ ควรมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น (วิจิตร อวระกุล. 2526 : 24-25)

กล่าวโดยสรุปว่า ความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น บุคคลต้องยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่นเช่น รูปร่าง ท่าทาง อารมณ์ ทักษะ เป็นต้น มีความเข้าใจในความแตกต่างของบุคคล ไม่อคติ เปิดใจกว้าง และมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น

คุณภาพของสัมพันธภาพ

คุณภาพของสัมพันธภาพ หมายถึง ความรู้สึกจากการพึ่งตนเองหรือพึ่งบุคคลอื่นไปสู่การพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ได้แก่ การไว้วางใจ การให้ความช่วยเหลือสนับสนุน ตลอดจนการให้ และการรับ (Chickering. 1969 : 94)

บุคคลจะมีความสัมพันธ์สนิทสนมกันได้ ต้องมีพื้นฐานของความไว้วางใจเกิดขึ้นก่อน ความไว้วางใจจะทำให้บุคคลเกิดความอบอุ่นใจ กล้าแสดงความคิดเห็น ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การมีความไว้วางใจต้องมีการพัฒนาเป็นขั้นตอน ไม่ใช่ไปสู่จุดสูงสุดเลยภายในครั้งเดียว ความไว้วางใจจะถูกสร้างขึ้น ถ้าบุคคลมีความรู้สึกว่าคุณได้รับการสนับสนุนและยอมรับ มีการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน ซึ่งจะก่อให้เกิดความไว้วางใจกันมากขึ้น (อรุณีประภา หอมเศรษฐี. 2529 : 53-54) สำหรับบุคคลที่ให้ความสำคัญกับการวิพากษ์วิจารณ์มากเกินไป จะเป็นบุคคลที่ไม่มีความไว้วางใจ และชอบตำหนิติเตียนผู้อื่น ถ้าบุคคลเรียนรู้ที่จะไว้วางใจบุคคลอื่น จะทำให้บุคคลนั้นไม่มองตนเองอยู่เหนือกว่าหรือต่ำกว่าคนอื่น แต่จะนับถือบุคคลอื่นว่าเป็นบุคคลคนหนึ่ง หรือเป็นเพื่อน มิใช่ศัตรูคู่แข่ง (ชูชัย สมิทธิไกร. 2528 : 87-88)

ส่วนการให้การช่วยเหลือสนับสนุน เป็นการให้ความช่วยเหลือต่อบุคคลอื่น ขณะเดียวกันต้องไม่เป็นการทำร้ายตนเอง หรือมีลักษณะที่คอยตอบสนองความต้องการของผู้อื่นเสมอ พยายามที่จะทำอะไรเพื่อผู้อื่นแต่ฝ่ายเดียว ซึ่งจะทำให้บุคคลนั้นเหนื่อยอ่อนทั้งกายและใจ กลายเป็นบุคคลที่ห่างเหินกับตนเอง แต่ถ้าเราเป็นตัวของตัวเองและรู้วิธีสร้างความสมดุลระหว่างความต้องการของตนเองและของบุคคลอื่น ถึงแม้เราจะช่วยเหลือบุคคลอื่นในยามที่บุคคลอื่นมีปัญหา แต่เราก็จะไม่แก้ปัญหานั้นทั้งหมด เพราะเรามีความเชื่อมั่นว่า บุคคลนั้นสามารถรับผิดชอบตนเองได้ นอกจากนี้ ในการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ไม่มีใครที่จะเป็น “ ผู้รับ ” หรือ “ ผู้ให้ ” อยู่ฝ่ายเดียวได้ ควรพึ่งพาอาศัยกัน ซึ่งเป็นพฤติกรรมสังคมที่ต้องมีการตอบสนองกันอยู่ตลอดเวลา พฤติกรรมสังคมนี้เป็นศิลปะที่เรียนรู้ได้ แต่จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับพื้นฐานอันละเอียดอ่อนในจิตใจของแต่ละบุคคล บางคนมีความละเอียดอ่อนมากสามารถรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้ไว และสามารถให้สิ่งที่ผู้อื่นต้องการได้ถูกต้องตามกาลเทศะ ผลที่เกิดขึ้นคือ ความพอใจอันนำไปสู่มิตรภาพ แต่บางคนพื้นฐานจิตใจไม่ละเอียดนัก จึงไม่สามารถอ่านความรู้สึกหรือความต้องการของอีกฝ่ายได้ การตอบสนองจึงอาจไม่ตรงกันหรือไม่ถูกต้อง ผลที่เกิดขึ้นคือ ความไม่พึงพอใจอันนำไปสู่ความขัดแย้ง นอกจากนี้ปัจจัยที่แฝงอยู่และเป็นเครื่องเสริมให้มิตรภาพดำเนินไปอย่างราบรื่นคือ ความจริงใจที่เกิดขึ้นทั้งผู้ให้และผู้รับ (กิตยวดี บุญเชื้อ. 2522 : 114)

สรุปได้ว่า คุณภาพของสัมพันธภาพ ควรมีลักษณะของการพึ่งพาซึ่งกันและกัน กล่าวคือ มีความไว้วางใจ กล้าเปิดเผยตนเอง ไม่ให้ความสำคัญกับการวิพากษ์วิจารณ์มากเกินไป ให้ความช่วยเหลือสนับสนุน มีความเป็นตัวของตัวเอง เป็นทั้งผู้ให้และผู้รับ อันจะนำไปสู่สัมพันธภาพที่ดี

7. ความตระหนักในตนเอง

ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับความตระหนักในตนเอง

บาร์ออน (Bar-on. 1992) กล่าวว่า ความตระหนักในตนเอง เป็นความสามารถภายในตนในการเข้าใจภาวะอารมณ์ของตน กล้าแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกของตน และมีสติ

สโลเวย์ และเมเยอร์ (Goleman. 1995 ; citing Salovey & Mayer. 1990) กล่าวว่า ความตระหนักในตนเอง เป็นการรับรู้และเข้าใจความรู้สึกนึกคิด และอารมณ์ของตนตามความเป็นจริงและสามารถควบคุมอารมณ์ และความรู้สึกของตนเองได้

โกลแมน (Goleman. 1995 : 43-44) กล่าวว่า ความตระหนักในตนเอง เป็นการตระหนักถึงความรู้สึก ความโน้มเอียงของตนเอง หยั่งรู้ความเป็นไปได้ของตนเอง และความพร้อมต่างๆ ประกอบด้วย การรู้เท่าทันอารมณ์ตนเอง การรู้จุดเด่น จุดด้อยของตน มีความมั่นใจในตนเองสามารถจัดการกับความรูสึกภายในตนเองได้

จากความหมายดังกล่าวอาจสรุปได้ว่า ความตระหนักในตนเอง หมายถึงการเข้าใจในความรู้สึกของตนเอง การมีสติ การเข้าใจและมีจุดมุ่งหมายของชีวิต ทั้งระยะสั้นและระยะยาว ตลอดจนรู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเองอย่างไม่ลำเอียง และเข้าข้างตนเอง

ซึ่งเมื่อผู้วิจัยได้ศึกษาเพิ่มเติมพบว่า ยังมีแนวคิดที่สอดคล้องกับความตระหนักในตนเอง ได้แก่

แนวคิดเกี่ยวกับสติ

ท่านปัญญานันทภิกขุ (เทอดศักดิ์ เดชคง ; อ้างอิงจาก ท่านปัญญานันทภิกขุ. 2543 : 130) ได้กล่าวปาฐกถาธรรมในหัวข้อเกี่ยวกับสติว่า เป็นธรรมะที่ใช้แก้ปัญห การมีสติ หมายถึง การรู้สึกตัวได้ทันทั่วทั้งตัวฉันนี้เป็นอย่างไร มีเหตุผลและปัจจัยเป็นมาอย่างไร คนที่มีความทุกข์กังวลใจอยู่ ก็ต้องกำหนดความรู้ตัวในความกังวลใจ แล้วจึงมองไปยังสาเหตุเพื่อแก้ปัญห หากขาดสติแล้วบุคคลย่อมเปรียบเหมือนติดอยู่ในวังวน ไม่อาจหาทางออกได้เลย ถ้าคุณโกรธใครสักคนแต่ไม่รู้ตัวก็อาจเก็บกดไว้ในใจจนเกิดโรคทางกาย ถ้าระบายไปหาผู้อื่นก็อาจเกิดการกระทบกระทั่งอย่างไม่มีเหตุผล

เทอดศักดิ์ เดชคง (2543 : 131-132) ได้แบ่งสติเป็น 2 ด้าน ดังนี้

1. สติในข้อดี รู้ว่าตนเองมีความสามารถในด้านใดเป็นพิเศษ การรู้ว่าตนเองมีความสามารถจะสร้างความภาคภูมิใจ แต่ก็ต้องไม่ให้มากเกินไป จนเกิดความอวดดี ทะนงตน เพราะการมีสติรู้ตัวในข้อดีนี้ก็ต้องการความจริง โดยคงไว้ซึ่งความอ่อนน้อมถ่อมตน

2. สติในข้อเสีย รู้ว่าตนเองมีจุดด้อยเรื่องอะไรบ้าง เมื่อทราบแล้วก็ง่ายต่อการปรับปรุงให้ดีขึ้น

กล่าวโดยสรุปว่า การมีสติคือการเข้าใจในตนเอง รู้ถึงจุดดีจุดด้อยของตน คิดอย่างรอบคอบมองไปถึงเหตุก่อนตัดสินใจทำอะไร เพราะฉะนั้นคนเราควรยอมรับทั้งข้อดีและข้อเสียของตนและมุ่งมั่นแก้ไขให้ผ่านอุปสรรคนั้นไป

8. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

บาร์ออน (Bar-on. 1992) กล่าวว่า ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นความสามารถในการตระหนักถึงความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น มีน้ำใจ เอื้ออาทร ห่วงใยผู้อื่น

สโลเวย์ และเมเยอร์ (Goleman. 1995 ; citing Salovey & Mayer. 1990) กล่าวว่า ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นการรับรู้อารมณ์และความต้องการของผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

โกลแมน (Goleman. 1995 : 43-44) กล่าวว่า ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นการตระหนักถึงความต้องการ ความรู้สึก และความห่วงใยของผู้อื่น

จากความหมายดังกล่าวอาจสรุปได้ว่า ความเห็นอกเห็นใจ หมายถึงการเข้าอกเข้าใจในความรู้สึกของผู้อื่น และแสดงออกอย่างเหมาะสม สามารถเอาใจเขามาใส่ใจเรา

กระบวนการฝึกฝนทักษะความเห็นอกเห็นใจ

การเห็นอกเห็นใจเป็นสิ่งที่สามารถเรียนรู้และฝึกฝนได้ และอาจเป็นการดีมากถ้าได้มีการสอนตั้งแต่ยังเด็ก ให้พวกเขาเข้ากับผู้อื่น รู้ว่าคนรอบข้างรู้สึกอย่างไร และตอบสนองอย่างถูกต้อง

เทอดศักดิ์ เดชคง (2543 : 29-30) ได้แบ่งขั้นตอนสำคัญไว้ 3 อย่าง ดังนี้

1. การอ่านอารมณ์และความรู้สึก ต้องพยายามแปลความหมายทั้งสีหน้าและท่าทางของคนรอบข้าง และถ้าให้ดีต้องลองถามทดสอบดูว่าเราคาดเดาถูกต้องไหม
2. การฝึกเอาใจเขามาใส่ใจเรา คือการคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่นโดยสมมติว่าเราอยู่ในสถานการณ์นั้นๆด้วย
3. การตอบสนองที่สอดคล้องกัน หมายถึงพฤติกรรมหรือการกระทำ ควรเป็นไปในทิศทางที่เอื้ออำนวยแสดงออกถึงความเข้าใจเห็นใจ

9. การจัดการกับอารมณ์

ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับอารมณ์

รูบิน (Rubin. 1981) สรุปความหมายของอารมณ์ว่า เป็นสิ่งสะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยาที่เกิดขึ้นในร่างกายของคน เป็นความรู้สึกตามความรู้สึกของเรา อันเกิดจากประสบการณ์ที่ได้รับ หรืออาจหมายถึงการแสดงออกของบุคคลในแต่ละคน ขณะที่คนเราทุกคนจะมีอารมณ์แตกต่างกัน หรือเปลี่ยนแปลงไปตามสภาวะภายนอกที่มามีผลกระทบ

ซิลเวอร์แมน, โรเบิร์ต อี (1986 : 29) กล่าวว่า อารมณ์คือภาวะที่อินทรีย์ (Organism) ถูกเร้าทำให้เกิดปฏิกิริยาขึ้นได้ และมีก็แสดงออกมาได้ 3 อย่าง คือ 1) แบบที่เกิดขึ้นเอง เช่น รู้สึกโกรธ กลัว ดีใจ 2) พฤติกรรมที่เป็นผลต่อเนื่อง เช่น เมื่อเวลาดีใจก็หัวเราะ ยิ้มแย้มแจ่มใส 3) เกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เช่น หน้าแดง ปากสั่น

จากความหมายดังกล่าวอาจสรุปได้ว่า อารมณ์เป็นความรู้สึกอย่างหนึ่งที่มีทั้งทางบวกและทางลบ การแสดงออกซึ่งพฤติกรรมทางอารมณ์จะแสดงออกทางร่างกาย ซึ่งจะด้วยวิธีการใดนั้นขึ้นอยู่กับประสบการณ์และการเรียนรู้ของบุคคลแต่ละคนที่แตกต่างกันออกไป การแสดงออกทางอารมณ์บางอย่างโดยปราศจากการควบคุม อาจก่อให้เกิดผลเสียตามมา ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ แสดงออกให้เห็นถึงความสามารถในการปรับตัวต่อการดำเนินชีวิต

พัฒนาการทางอารมณ์ของวัยรุ่น

ศรีธรรม ธนะภูมิ (2535) กล่าวว่า เด็กวัยรุ่นจะมีความพยายามควบคุมอารมณ์มากขึ้นเพราะรู้ตัวว่าตนไม่ใช่เด็กแล้ว แต่ก็ยังไม่ทิ้งนิสัยเดิมที่เดี๋ยว จึงยังมีลักษณะหุนหันพลันแล่น อารมณ์วู่วาม ขาดความรอบคอบ เป็นวัยที่เริ่มมีอุดมคติ ชอบให้พรรคพวกหรือคนอื่นเห็นว่าตนมีความสำคัญ ชอบความเด่นดัง และจากการที่วัยรุ่นยังขาดประสบการณ์ทำให้เกิดความไม่แน่ใจว่าพฤติกรรมควรแสดงออกในรูปใดจึงจะเหมาะสม จึงชอบมองดูบุคคลอื่น เพื่อลอกเลียนแบบเอาอย่าง ดังนั้นในวัยรุ่นกลุ่มเพื่อนจึงมีอิทธิพลมาก บางครั้งทำให้แสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมออกมา วัยรุ่นต้องการความเข้าใจจากผู้ใหญ่อย่างมาก ถ้าพ่อแม่ไม่เข้าใจเด็กจะรู้สึกว่าพึ่งพ่อแม่ไม่ได้และไปหาที่พึ่งอื่นแทน ดังนั้นพ่อแม่ต้องวางตัวแบบเป็นเพื่อนกับวัยรุ่น มีลักษณะทำที่ยืดหยุ่นแต่มั่นคง เข้าใจในตัวเด็ก ให้ความเป็นกันเองพร้อมที่จะรับฟัง ปัญหาความขัดแย้งระหว่างวัยรุ่นกับผู้ใหญ่ก็จะลดน้อยลงหรือหมดไป

กระบวนการจัดการกับอารมณ์

การจัดการกับอารมณ์เป็นทักษะที่เรียนรู้และฝึกฝนได้ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2541) ได้เสนอขั้นตอนการจัดการกับอารมณ์ ดังนี้

1. การสำรวจอารมณ์ หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะนั้น เช่น มือสั่น ใจสั่น เป็นต้น
 2. การคาดการณ์ผลดีผลเสียของการแสดงอารมณ์นั้นออกมา
 3. การจัดการกับอารมณ์ด้วยวิธีการต่างๆ เช่น การหายใจเข้าออกยาวๆ การนับเลข 1-10 ซ้ำๆ หรือนับต่อไปเรื่อยๆ จนกว่าอารมณ์จะสงบลง เป็นต้น
 4. การสำรวจความรู้สึกของตนอีกครั้ง และการชื่นชมกับการที่ตนเองสามารถจัดการกับอารมณ์ได้
- จะเห็นได้ว่า การจัดการกับอารมณ์เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ การรู้จักเข้าใจอารมณ์ของตนและผู้อื่น อีกทั้งวิธีจัดการกับอารมณ์จะทำให้สามารถแสดงอารมณ์ออกมาได้อย่างเหมาะสม

10. การจัดการกับความเครียด

ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับการจัดการกับความเครียด

โมนาท และลาซารัส (Monat and Lazarus. 1977 : 360) ให้ความหมายของการจัดการกับความเครียดว่า เป็นกลไกทุกอย่างที่บุคคลใช้ เพื่อจัดการกับสิ่งที่มาคุกคามต่อความมั่นคงทางจิตใจ เพื่อให้บุคคลสามารถทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

กาแลนด์ และบุช (Garland and Bush. 1982 : 6) ให้ความหมายของการจัดการกับความเครียดว่า เป็นกระบวนการที่บุคคลพยายามระงับ แบ่งเบา หรือขจัดความเครียด หรือสิ่งที่มาคุกคามที่อาจจะประกอบด้วยพฤติกรรมที่เปิดเผย หรือไม่เปิดเผยก็ได้

จากความหมายดังกล่าวอาจสรุปได้ว่า การจัดการกับความเครียดหมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้ เพื่อจัดการกับสิ่งที่มาคุกคามต่อความมั่นคงทางจิตใจ ซึ่งจะแสดงออกมาในรูปแบบของพฤติกรรมแบบต่างๆ ที่พยายามระงับ แบ่งเบา หรือขจัดความเครียดนั้น เพื่อให้บุคคลสามารถทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

พฤติกรรมในการจัดการกับความเครียด

ลาซารัส และฟอล์คแมน (เพ็ญศรี วรสัมปติ 2537 ; อ้างอิงจาก Lazarus and Folkman. 1984 : 150-153) ได้แบ่งพฤติกรรมในการจัดการกับความเครียดเป็น 2 แบบ ดังนี้

1. พฤติกรรมในการจัดการกับความเครียดที่มุ่งแก้ปัญหา (Problem-Focused Forms of Coping)

กลวิธีของพฤติกรรมในการจัดการกับความเครียดที่มุ่งแก้ปัญหานี้จะคล้ายกับกลวิธีที่ใช้สำหรับการแก้ปัญหาทางวิทยาศาสตร์ ได้แก่ การหาข้อมูลเพิ่มเติม การวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้น การจัดการกับปัญหาอย่างทันท่วงที การยอมรับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง รวมทั้งการนำเอาประสบการณ์ที่เคยใช้ได้ผลในอดีตมาร่วมแก้ไขปัญหาลงแล้วประเมินดูคุณค่า และผลตอบแทนที่จะได้รับ เพื่อที่จะเลือกวิธีการแก้ปัญหาที่ดีที่สุดมาใช้ แต่จะแตกต่างจากการแก้ปัญหาโดยทั่วไปคือ การแก้ปัญหามุ่งเน้นไปที่สิ่งแวดล้อมเพียงอย่างเดียว แต่กลวิธีพฤติกรรมในการจัดการกับความเครียดจะมุ่งเน้นไปที่การแก้ปัญหาสิ่งแวดล้อมและตนเองโดยตรง เช่น การปรับสิ่งแวดล้อมให้มีความเหมาะสม การเปลี่ยนแรงจูงใจหรือความคิดเพื่อที่จะระบายหรือลดระดับของอัตราการลง ค้นหาทางเลือกที่พอใจ พัฒนาพฤติกรรมใหม่ที่ได้มาตรฐาน หรือเรียนรู้ทักษะและการปฏิบัติตนใหม่ๆ ซึ่งพฤติกรรมในการจัดการกับความเครียดที่มุ่งแก้ปัญหานี้จะแตกต่างกันไปตามชนิดของปัญหาที่ได้รับ

2. พฤติกรรมการจัดการกับความเครียดที่มุ่งแก้ไขอารมณ์ (Emotional-Focused Forms of Coping) เป็นวิธีการที่บุคคลพยายามที่จะจัดการกับอารมณ์และความรู้สึกต่างๆที่เกิดขึ้น อันเนื่องจากสถานการณ์ที่ตึงเครียด โดยมีได้มุ่งแก้ไขที่ปัญหาหรือสาเหตุ แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้

2.1 เพื่อลดความตึงเครียด ซึ่งคนส่วนมากจะเลือกใช้วิธีนี้ เพื่อลดหรือบรรเทาความไม่สบายใจ ซึ่งเกิดจากความเครียดให้น้อยลง เป็นการใช้กระบวนการทางความคิดที่จะแสดงพฤติกรรมออกมาด้วยวิธีการต่างๆ เช่น การปฏิเสธ การหลีกเลี่ยงปัญหา การเหมินเฉย การเพ้อฝัน การติดสิ่งเสพติด การโยนความผิดให้ผู้อื่น การหาแรงสนับสนุนทางสังคม รวมทั้งการผ่อนคลาย เช่น การออกกำลังกาย การนั่งสมาธิ เป็นต้น

2.2 เพื่อเพิ่มความตึงเครียด ซึ่งคนส่วนน้อยจะเลือกใช้วิธีนี้ เป็นการใช้กระบวนการทางความคิดเช่นกัน เพื่อเพิ่มอารมณ์ตึงเครียดให้ตนเอง เพราะบางคนต้องการรู้สึกแย่ที่สุด ก่อนที่จะรู้สึกดีขึ้น เพื่อที่จะบรรเทาความต้องการแรกในประสบการณ์ที่เขามีความตึงเครียดอย่างฉับพลันและในที่สุดจะมีการดำเนินตัวเองหรือผู้อื่น ในรูปของการลงโทษตัวเองบางคนก็ต้องการทำเพื่อผลักดันตัวเองไปสู่การกระทำ รูปแบบของพฤติกรรมการจัดการกับความเครียดในกลุ่มนี้ เช่น การแสดงความโกรธ การทำอะไรที่เสี่ยงอันตรายมาก เป็นต้น

สรุปได้ว่า วิธีการจัดการกับความเครียดของลาซารัส และฟอล์คแมน (Lazarus and Folkman, 1984 : 150-153) ดังกล่าวข้างต้น แม้จะกล่าวว่าเป็นวิธีการจัดการกับความเครียดของคนปกติแต่เมื่อพิจารณาแล้วจะเห็นว่า วิธีที่มีประโยชน์คือวิธีที่มุ่งแก้ปัญห ส่วนวิธีที่มุ่งแก้ไขอารมณ์โดยการลดความตึงเครียดซึ่งมี 2 วิธีนั้น มีทั้งวิธีที่มีประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย การนั่งสมาธิ เป็นต้น แต่ก็มีอีกวิธีที่เกิดโทษ เช่น การปฏิเสธ การพึ่งยาเสพติด เป็นต้น ดังนั้นจึงควรเลือกปฏิบัติอย่างถูกวิธี

2. เอกสารเกี่ยวกับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

ความหมายของแรงสนับสนุนทางสังคม

คอบบ์ (Cobb, 1976 : 300) ให้ความหมายของแรงสนับสนุนทางสังคมว่า เป็นการที่บุคคลได้รับข้อมูลซึ่งทำให้รู้สึกว่าตนมีบุคคลที่ให้ความรัก ความเอาใจใส่ เห็นคุณค่ายกย่องและยอมรับว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และแบ่งแรงสนับสนุนทางสังคมออกเป็นการสนับสนุนด้านอารมณ์ (Emotional support) การสนับสนุนความรู้สึกมีคุณค่า (Esteem support) และการสนับสนุนให้มีส่วนร่วมทางสังคม (socially support)

แมกไควร์ (Mcquire, 1983 : 51) กล่าวว่า แรงสนับสนุนทางสังคมไม่ใช่การรักษาโดยตรง แต่เป็นความรู้สึก เป็นเจตคติ เป็นกิริยาที่แสดงออกมาถึงความสนใจเมตตากรุณาที่ได้รับจากเพื่อน ญาติพี่น้อง เพื่อนร่วมงาน เมื่อบุคคลเหล่านั้นมารวมกัน หรือประสานกัน โดยมีจุดประสงค์ในการให้ความช่วยเหลือ ก็จะเป็นการเกิดเครือข่ายของการสนับสนุนทางสังคม

บราวน์ (Brown, 1986 : 5) กล่าวว่า แรงสนับสนุนทางสังคมนั้นเป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งประกอบด้วยการสนับสนุน 4 ด้าน ดังนี้

1. การสนับสนุนด้านความรัก การเห็นคุณค่า การได้รับการดูแล ความไว้วางใจ ความรู้สึกเป็นห่วง และการยอมรับฟังความคิดเห็น
2. การได้รับการช่วยเหลือด้านการเงิน สิ่งของ แรงงาน
3. การได้รับความช่วยเหลือด้านข้อมูลข่าวสาร ซึ่งเป็นข้อมูลเกี่ยวกับข้อแนะนำซึ่งสามารถนำไปใช้ในการแก้ปัญหา

4. การได้รับการสนับสนุนด้านการประเมินค่า เป็นการให้ข้อมูลเกี่ยวกับการเรียนรู้ตัวเอง หรือประเมินตัวเอง การให้ข้อมูลย้อนกลับตลอดจนเปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็น

มอสส์ (Pender. 1987 : 396 ; citing Moss. 1973) ให้ความหมายของแรงสนับสนุนทางสังคมว่าเป็นการบอกถึงความรู้สึกของการเป็นเจ้าของ การได้รับการยอมรับและเป็นที่ต้องการ ได้รับความรัก การยอมรับนับถือและให้คุณค่า และตนเองปฏิบัติต่อบุคคลอื่นเช่นเดียวกัน

สมจิต หนูเจริญกุล (2531 : 47) กล่าวว่า แรงสนับสนุนทางสังคมเป็นการปฏิบัติการช่วยเหลือในด้านร่างกายและจิตใจ การแนะนำ หรือการให้ความรู้แก่บุคคลอื่น ตลอดจนการจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมเพื่อช่วยการส่งเสริมพัฒนาการของแต่ละบุคคล

จากความหมายดังกล่าวอาจสรุปได้ว่า แรงสนับสนุนทางสังคมเป็นปฏิสัมพันธ์อย่างมีจุดหมายระหว่างบุคคลที่แสดงออกถึงความสนใจ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดความรู้สึกผูกพัน เชื่อว่ามีคนรักและสนใจ มีคนยกย่องและมองเห็นคุณค่า เป็นส่วนหนึ่งของสังคม เป็นความพอใจต่อความจำเป็นพื้นฐานทางสังคมที่ได้รับจากการติดต่อสัมพันธ์กับกลุ่มคนในสังคม

การสนับสนุนทางสังคมแบ่งเป็น 3 ระดับ การสนับสนุนทางสังคมที่อยู่ในระดับที่เล็กที่สุดคือ การสนับสนุนทางสังคมที่เกิดขึ้นภายใต้ระบบหรือระบบย่อย (Subsystem) เป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคคลอื่น การสนับสนุนทางสังคมที่อยู่ในระดับถัดมาคือ การสนับสนุนทางสังคมที่เกิดขึ้นในระดับระบบ (System) เป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับกลุ่มบุคคลที่อยู่ในสังคมเดียวกันหรือระหว่างบุคคลกับองค์กรต่างๆที่ทำหน้าที่ให้ความช่วยเหลือ ส่วนการสนับสนุนทางสังคมที่อยู่ในระดับใหญ่ที่สุดคือ การสนับสนุนที่เกิดขึ้นเหนือระบบ (Supra -system) เป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสังคมอื่นที่อยู่ในชุมชน (ภาวดีมโนหาญ 2536 : 16 ; อ้างอิงมาจาก Phillips. 1991) การสนับสนุนทางสังคมที่เกิดขึ้นในระดับระบบจะมีลักษณะไม่เป็นทางการ ต่างจากการสนับสนุนทางสังคมที่บุคคลได้รับจากองค์กรต่างๆ หรือกลุ่มบุคคลในสังคมอื่นๆซึ่งจะมีลักษณะเป็นทางการ แต่ถ้านำการสนับสนุนทางสังคมออกตามแหล่งที่ให้การสนับสนุน จะแบ่งได้ 2 ชนิดคือ การสนับสนุนทางสังคมที่มาจากบุคคลในครอบครัว และภายนอกครอบครัว ในการวิจัยครั้งนี้ จะศึกษาถึงแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

เคน (Kane. 1988 : 18-24) กล่าวว่า ครอบครัวเป็นระบบเปิดที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา จะมีการประสานสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัวด้วยกันและระหว่างบุคคลในครอบครัวกับบุคคลภายนอกครอบครัวหรือองค์กรต่างๆอยู่เสมอ การสนับสนุนทางสังคมที่บุคคลในครอบครัวได้รับมาจากบุคคลในครอบครัวตนเองและบุคคลภายนอกครอบครัว ประกอบไปด้วยการช่วยเหลือในด้านสิ่งของและบริการ การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ และการให้ข้อมูลข่าวสาร ถ้าการสนับสนุนทางสังคมที่บุคคลได้รับจากบุคคลอื่นๆในครอบครัวไม่เพียงพอ บุคคลจะมีการประสานสัมพันธ์กับบุคคลภายนอกครอบครัวหรือองค์กรต่างๆ เพื่อรับการสนับสนุนทางสังคมที่ต้องการ

การสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยสำคัญสองประการคือ ลักษณะของครอบครัว (Family characteristic) และลักษณะของปฏิสัมพันธ์ของครอบครัว (Interactional characteristic) โดยลักษณะของครอบครัวจะเป็นข้อมูลทั่วไปของครอบครัว พิจารณาได้จากจำนวนสมาชิกในเครือข่ายสังคม (Social network) ของครอบครัว ชนิดของความสัมพันธ์ในเครือข่ายสังคมของครอบครัว ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวและเครือข่ายของครอบครัว ความยืดหยุ่นของโครงสร้างครอบครัว ความคล้ายคลึงกันระหว่างครอบครัว และเครือข่ายสังคมของครอบครัว พื้นฐานความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวและเครือข่าย

สังคมของครอบครัว และระยะพัฒนาการของครอบครัว ส่วนลักษณะปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัวเป็นองค์ประกอบสำคัญที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการและแนวทางของการสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วยความถี่ของปฏิสัมพันธ์ คุณภาพของข่าวสารที่มีอิทธิพลต่อประสิทธิภาพของการให้คำแนะนำและการตอบสนองที่บุคคลในครอบครัวอาจได้รับจากเครือข่ายสังคมของครอบครัว คุณภาพและความเชื่อถือได้ของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัว และระหว่างบุคคลในครอบครัวกับเครือข่ายสังคมของครอบครัว

(Kane. 1988 : 18-24)

กิตติพัฒน์ นนทปัทมดุษย์ (2529 : 27-28) กล่าวว่า ครอบครัวที่มีคุณภาพในการตระหนักถึงคุณค่าของความสัมพันธ์ในสมาชิกครอบครัว ประกอบด้วย การสนับสนุนทางสังคม 6 ประการ ดังนี้

1. การชื่นชมคุณค่าของคนในครอบครัว การแสดงความพึงพอใจ ชื่นชม การตระหนักถึงคุณค่าซึ่งกันและกัน เปรียบเสมือนพื้นฐานของความอบอุ่น และความมั่นคงในครอบครัว ยิ่งไปกว่านั้นยังเป็นการหล่อหลอมสมาชิกของสังคม

2. การมีเวลาอยู่ร่วมกัน ร่วมทำกิจกรรมที่ทุกคนพอใจ เช่น การรับประทานอาหาร การสนุกสนานรื่นเริง การออกกำลังกาย การทัศนศึกษา ร่วมกัน เป็นต้น

3. การมีพันธะต่อความสุขและสวัสดิภาพของครอบครัวร่วมกัน คนในครอบครัวรู้สึกเป็นพันธะที่ต้องส่งเสริมให้สมาชิกคนอื่นในครอบครัวมีความสุข ห่วงใยกันอย่างแท้จริง

4. การติดต่อสื่อสารระหว่างกันเป็นอย่างดี ครอบครัวทั่วไปมักมีปัญหา คือ ไม่ค่อยมีเวลาพูดคุยกัน สมาชิกในครอบครัวควรเป็นผู้ฟังที่ดี มีความไว้วางใจต่อกัน ร่วมรับรู้ความรู้สึกของกันและกัน พยายามหาทางเลือกทางแก้ไขที่ดีสำหรับทุกคน

5. การมีศรัทธาต่อศาสนาอย่างแรงกล้า การมีกิจกรรมทางศาสนา ร่วมกัน ทำให้สมาชิกในครอบครัวมีสติ มีความอดทนร่วมกัน มีการให้อภัยต่อผู้อื่นสูง ระวังความโกรธได้เร็ว และรู้จักช่วยเหลือผู้อื่นในสังคม ซึ่งเป็นพื้นฐานของความรับผิดชอบต่อสังคมส่วนรวมด้วย

6. การมีสมรรถนะจัดการกับวิกฤตการณ์ในครอบครัวได้ดี เป็นการสกัดกั้นและป้องกันปัญหาสังคมได้ดี จะทำให้สมาชิกในครอบครัวเกิดความมั่นใจ และไว้วางใจต่อกัน

สำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้ยึดหลักแนวคิดการสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวของคอปป์ เชฟเฟอร์ และคนอื่นๆ เพราะเมื่อพิจารณาในแต่ละด้านจะเห็นว่าครอบคลุมการตอบสนองต่อความจำเป็นพื้นฐานด้านความรู้ ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ดังนี้

1. การสนับสนุนด้านอารมณ์ หมายถึง การได้รับความรัก ความใกล้ชิดสนิทสนม การดูแลเอาใจใส่ ความผูกพัน เชื้อมั้น มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

2. การสนับสนุนด้านการมีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม หมายถึง การมีกิจกรรมร่วมกันในสังคม มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

3. การสนับสนุนด้านสิ่งของ การเงิน และแรงงาน หมายถึง การได้รับความช่วยเหลือโดยตรงต่อความจำเป็นด้านเงินทอง สิ่งของเครื่องใช้ และแรงงาน

4. การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร หมายถึง การได้รับข้อมูลข่าวสาร หรือคำแนะนำต่างๆ ที่ใช้ในการแก้ปัญหาในชีวิตได้

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างทักษะชีวิตกับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

คาเวน (Cavan. 1959 : 136-146) ได้ทำการศึกษาพบว่า ครอบครัวเป็นแหล่งที่มาของแรงสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญ ในช่วงที่สมาชิกในครอบครัวพบกับเหตุการณ์วิกฤต โดยครอบครัวจะให้ความ

ช่วยเหลือทางการเงิน ให้กำลังใจ ให้ความสนับสนุนทางอารมณ์ ทำให้บุคคลสามารถจัดการกับเหตุการณ์วิกฤต และความเครียดก็จะน้อยลง

กรอนลันด์ (พวงสร้อย วรกุล 2522 : 29 ; อ้างอิงจาก Gronlund. 1959) ได้ทำการศึกษาพบว่า เมื่อเด็กเข้าโรงเรียนจนสู่วัยผู้ใหญ่ ประสบการณ์ทางสังคมย่อมกว้างขวางออกไปตามลำดับ หากทุกสิ่งได้พัฒนาไปตามปกติ กล่าวคือ ครอบครัวได้ให้การเอาใจใส่ดูแลอย่างดีแล้ว เด็กก็จะแสดงพฤติกรรมและปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมในการสร้างสัมพันธ์กับเพื่อน ทำให้เด็กมีความสุขซึ่งจะทำให้เด็กมีความปรารถนาที่จะมีความสัมพันธ์กับคนอื่นเพิ่มขึ้น และมีทัศนคติที่ดีต่อคนทั่วไป ประสบการณ์การเข้าสังคมจะมากขึ้น เมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่จะสามารถมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

เพอลิน (Pearlin. 1978 : 2-21) ได้ทำการศึกษากับกลุ่มสมรสพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุดของกลุ่มสมรส ได้แก่ การได้รับแรงสนับสนุนซึ่งกันและกัน การสื่อสารระหว่างกันด้วยความรู้สึกที่ดี การใช้เหตุผลตัดสินปัญหา ตามลำดับ ส่วนปัจจัยที่ส่งผลต่อการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพน้อยที่สุดของกลุ่มสมรส ได้แก่ ความมั่งร่ำรวยต่อกัน ความไม่เชื่อใจกัน การตำหนิติเตียนซึ่งกันและกัน ตามลำดับ

ซูลส์ (สุกิจ ภูรัก 2539 : 32 ; อ้างอิงจาก Suls. 1982) ได้ทำการศึกษาพบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับภาวะเครียด และการจัดการกับความเครียด โดยพบว่าญาติ หรือเพื่อนสามารถให้ความเห็นใจ ความเอาใจใส่ การแสดงออกซึ่งความรัก ซึ่งเป็นสิ่งมีค่าที่ช่วยให้ผู้ป่วยมีกำลังใจต่อสู้กับความเจ็บป่วย และสามารถรับฟังข่าวสารข้อมูลจากแพทย์และพยาบาลได้มากกว่าผู้ป่วยที่ไม่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม

ลินเซย์, ด็อด และเชน (Lindsey, Dodd and Chen. 1985 : 150) ได้ทำการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวที่เพียงพอ จะสามารถจัดการกับปัญหาในภาวะวิกฤตได้ด้วย ความมั่นใจ และปรับตัวได้เหมาะสมตามการเปลี่ยนแปลงของภาวะสุขภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าเป็นการสนับสนุนทางสังคมที่ได้รับจากกลุ่มสมรส

ซาเวจ (Savage. 1987 : 49) ได้ศึกษาถึงผลของการสนับสนุนทางสังคมที่มีส่วนช่วยแก้ปัญหาความเครียดในการบริหารงานของผู้บริหารจำนวน 280 คน ในมหาวิทยาลัยขนาดใหญ่ในภาคตะวันตกเฉียงใต้ของประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่าครอบครัวเป็นแหล่งที่มาของการสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญในช่วงที่ผู้บริหารประสบปัญหาอันนำไปสู่ความเครียดนั้น หากได้รับการสนับสนุนทางด้านอารมณ์โดยการให้กำลังใจ จะทำให้ผู้บริหารมีกำลังใจที่จะต่อสู้กับแรงกดดันต่างๆ ความเครียดก็จะลดน้อยลง

วิลเลย์ (Willey. 1990 : 79-95) ได้ทำการศึกษาผลกระทบจากโรคมะเร็งและประสบการณ์ของผู้ป่วยที่ได้รับกำลังใจจากสังคม ผลการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับกำลังใจและแรงสนับสนุนทางสังคมสูง จะสามารถจัดการกับปัญหาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจดีกว่าผู้ที่ได้รับกำลังใจและแรงสนับสนุนทางสังคมต่ำ

เดวิด และคนอื่นๆ (David. and others. 1992 : 542-557) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคม และการจัดการกับความเครียดในวัยรุ่นตอนต้น กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ วัยรุ่นตอนต้นจำนวน 166 คน (อายุเฉลี่ย 13.5 ปี) ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนรัฐบาลในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น 3 แห่งทางชนบทในภาคตะวันออกเฉียงใต้ของประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการจัดการกับความเครียด

วูดร็อฟฟ์ (Woodroffe. 1993 : 2324 - A - 2325 -A) ได้วิจัยเรื่องความต้องการการสนับสนุนทางสังคมของผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยโรคเอดส์ ณ ศูนย์สุขศึกษาสำหรับผู้ป่วยโรคเอดส์ในเมืองบัลติมอร์ ผลการวิจัยพบว่า ผู้ป่วยที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวและเพื่อนสนิทจะกล้าที่จะเผชิญความจริง

พูดคุยและมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นมากขึ้น โดยด้านการสนับสนุนทางสังคมที่ผู้ป่วยต้องการมากที่สุด ได้แก่ การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ การสนับสนุนทางด้านข่าวสาร ตามลำดับ

ลาคคอฟี (Lackovi. 1996 : 705) ได้ทำการศึกษาพบว่า การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากพ่อแม่และคู่สมรสจะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้ว่างงาน โดยพบว่าคู่สมรสที่ช่วยผู้ว่างงานจัดการสร้างกิจกรรมและเวลาในแต่ละวัน จะช่วยให้ผู้ว่างงานมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูงขึ้นได้

สุชา จันท์เอน และสุรางค์ จันท์เอน (2529 : 156 - 157) ได้ทำการศึกษาพบว่า เด็กที่เติบโตมาจากครอบครัวที่ขาดความสมบูรณ์ ขาดแรงสนับสนุนอย่างเต็มที่ ซึ่งเป็นผลมาจากการตาย การหย่าร้าง พ่อแม่แยกกันอยู่ และสภาพปัญหาต่างๆภายในครอบครัว จะทำให้เด็กขาดความรักและความอบอุ่นที่ควรจะได้รับ เป็นคนมีปมด้อยในตนเอง เมื่อโตขึ้นอาจจะประสบปัญหาด้านการปรับตัวและการสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น

ภัทรพงศ์ ประกอบผล (2533 : 76) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการจัดการกับความเครียดของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยโรคเรื้อรัง 3 ประเภท คือ 1. โรคปอดเรื้อรัง 2. โรคไตเรื้อรัง 3. โรคหัวใจเรื้อรัง ซึ่งได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังชนิดนั้นนานกว่า 3 เดือนขึ้นไป และรับไว้ทำการรักษาเป็นผู้ป่วยในแผนกอายุรศาสตร์สามัญ ของโรงพยาบาลศิริราช รวม 8 หอผู้ป่วย มีอายุตั้งแต่ 20 ปีขึ้นไป เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของผู้ป่วยเรื้อรัง ซึ่งดัดแปลงมาจากแบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคมของคอบบ์ (Cobb.) ร่วมกับเชฟเฟอร์และคนอื่นๆ (Schaefer. and others. n.d.) และแบบสอบถามพฤติกรรมการจัดการกับความเครียดที่สร้างจากแนวคิดของลาซารัส

(Lazarus.) ผลการศึกษาพบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการจัดการกับความเครียด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

รุ่งทิพย์ โพธิ์ชุ่ม (2544 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาพบว่า พยาบาลส่วนใหญ่มีวิธีการจัดการกับความเครียดแตกต่างกัน แต่วิธีที่พบบ่อยที่สุดคือ การแสวงหาแหล่งสนับสนุนทางสังคม รองลงมาคือการแก้ไขปัญหา และการยอมรับ ตามลำดับ

จากผลการวิจัยทั้งต่างประเทศและในประเทศที่ประมวลมานี้ พบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมีผลอย่างมากต่อทักษะชีวิตรายด้าน ดังนั้นผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานในการศึกษาครั้งนี้ไว้ว่า นิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมากมีทักษะชีวิตรายด้านสูงกว่านิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องระหว่างทักษะชีวิตกับปัจจัยทางชีวสังคม

ทักษะชีวิตกับเพศ

แมนกัส และวูดเวิร์ด (Mangus and Woodward. 1949 : 154) ได้ทำการศึกษาธรรมชาติของจิตใจและภาวะทางอารมณ์ โดยใช้ California Mental Health Analysis พบว่าเด็กชายมีความแตกต่างจากเด็กหญิงในด้านความคงที่ทางอารมณ์

ฟาร์แรก (นิภา พงศ์วิรัตน์ 2520 : 11; อ้างอิงจาก Farrag. 1960 : 113) ได้ทำการเปรียบเทียบปัญหาการปรับตัวของนักเรียนอียิปต์ในระดับเกรด 10 , 11 และ 12 ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนหญิงมีปัญหาการปรับตัวมากกว่านักเรียนชาย

ชอปเลอร์ และเบทสัน (Schopler and Bateson. 1965 : 247-254) ได้ศึกษาพบว่า ผู้หญิงจะช่วยเหลือบุคคลที่มีลักษณะพึงพาสูง แต่ผู้ชายจะช่วยเหลือบุคคลที่มีลักษณะพึ่งพาต่ำ

ฮอนสไตน์ (Hornstein. 1968 : 226) ได้ทำการศึกษาระดับความเห็นอกเห็นใจ พบว่าผู้ชายและผู้หญิงมีระดับความเห็นอกเห็นใจไม่แตกต่างกัน

บอนด์ (Bond. 1969 : 3454) ได้ทำการศึกษากับนักศึกษามหาวิทยาลัยพบว่า ผู้หญิงมีความเห็นอกเห็นใจและช่วยเหลือบุคคลอื่นมากกว่าผู้ชาย

เนเบอร์ (Nabors. 1975 : 3241) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบความสามารถในการแก้ปัญหาของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาที่ได้รับการสอนโดยเครื่องคอมพิวเตอร์ และเด็กที่ได้รับการสอนตามหลักสูตรเดิม ผลการวิจัยปรากฏว่า ไม่พบว่าเพศชายหรือเพศหญิงมีความสามารถในการแก้ปัญหาแตกต่างกัน ซึ่งเบอร์นิง (Berning. 1979 : 3753) ได้วิจัยสนับสนุนเนเบอร์ พบว่าเพศชายและเพศหญิงไม่มีความแตกต่างกันในการพัฒนาทักษะการแก้ปัญหา

โฟล์คแมน และลาซารัส (Folkman and Lazarus. 1980) ได้วิเคราะห์การจัดการกับความเครียดกับสิ่งรบกวนในชีวิตประจำวันช่วง 1 ปี ในกลุ่มชายและหญิงวัยกลางคนในชุมชน จำนวน 100 คน ใช้เครื่องมือวัด Ways of Coping โดยแบ่งกลวิธีการจัดการกับความเครียดเป็น 2 วิธี คือแบบมุ่งแก้ไขปัญหาและแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ ผลการศึกษาพบว่า สิ่งรบกวนในชีวิตประจำวัน 4 ประเภท คือด้านสุขภาพ การทำงาน ครอบครัว และอื่นๆ ปัญหาด้านสุขภาพจะใช้การจัดการกับความเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ การทำงานจะใช้การจัดการกับความเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา ส่วนสถานการณ์ต่างๆจะใช้การจัดการกับความเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา ด้านเพศจะมีความแตกต่างในด้านการจัดการความเครียด เพศชายจะใช้กลวิธีการจัดการกับความเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหามากกว่าเพศหญิง โดยเฉพาะปัญหาเกี่ยวกับงานและสถานการณ์

ริกจิโอ (Riggio. 1989 : 16) ทำการศึกษาทักษะทางสังคมโดยใช้ Social Skills Inventory พบว่าเพศหญิงและเพศชายมีทักษะทางสังคมแตกต่างกัน โดยเพศหญิงจะมีคะแนนมากกว่าเพศชาย ในด้านความไวในการรับรู้ทางสังคม และการแสดงออกทางสังคม ในขณะที่เพศชายจะมีคะแนนมากกว่าเพศหญิงในด้านการควบคุมอารมณ์

ครอมบี้ (Crombie. 1995 : 8) ได้ทำการศึกษาพบว่า เพศหญิงมีแนวโน้มที่จะให้ความสำคัญกับการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่นรอบข้างมากกว่าเพศชาย ทั้งทางด้านภาษาท่าทาง การสื่อสาร รวมถึงการแสดงพฤติกรรมต่างๆ

โอเวอร์ฮอลเซอร์ (Overholser. 1995 : 19-28) ได้ทำการศึกษาความตระหนักในคุณค่าของตนเอง พบว่าวัยรุ่นชายมีความตระหนักในคุณค่าของตนเองสูงกว่าเพศหญิง เพราะการประสบความสำเร็จของเพศชายจะถูกมองว่า เกิดจากความสามารถ แต่ถ้าเป็นเพศหญิงจะถูกมองว่าเกิดจากความพยายามหรือความโชคดี

โรเซนทาล (เทอดศักดิ์ เดชคง 2543 : 44 ; อ้างอิงจาก Rosenthal. 1995) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจ โดยได้สร้างแบบทดสอบที่เรียกว่า PONS (Profile of Nonverbal Sensitivity) ซึ่งเป็นการตรวจสอบความสามารถในการจับความรู้สึกของผู้อื่น โดยสังเกตจากท่าทาง สีหน้าอย่างใดอย่างหนึ่งของตัวละครในวิดีโอ อารมณ์ต่างๆที่แสดงมีความหลากหลายตั้งแต่โกรธจัดไปจนสีหน้าขอโทษ สำนึกผิด หรือจากเกลียดไปสู่อารมณ์รัก ได้ทดสอบกับอาสาสมัคร จำนวน 7,000 คน ผลการศึกษาพบว่า เพศหญิงมีความสามารถอ่านอารมณ์ ปรับภาวะทางอารมณ์ และมีความเห็นอกเห็นใจมากกว่าเพศชาย

สเทน (Stein. 1997 : 5345) ได้ทำการศึกษาความแตกต่างทางเพศที่ส่งผลต่อความรู้สึกเห็นอกเห็นใจของนักศึกษาปริญญาทางด้านจิตวิทยาคลินิกพบว่า เพศหญิงจะมีระดับความเห็นอกเห็นใจสูงกว่าเพศชาย

ถวิล ธาราโกชน (2520 : 61-62) ได้ศึกษาพัฒนาการของความสามารถในการคิดหาเหตุผลเชิงตรรกวิทยา ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 424 คน พบว่า ความแตกต่างในด้านเพศ นัก

เรียนเพศหญิงและเพศชายมีความสามารถในการคิดหาเหตุผลเชิงตรรกวิทยาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วิยะดา วิจักขณา (2521 : 26-27) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแบบการคิดกับผลการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ ในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 155 คน พบว่านักเรียนหญิงมีการคิดแบบโยงความสัมพันธ์มากกว่านักเรียนชาย และนักเรียนชายมีการคิดแบบจำแนกประเภทมากกว่านักเรียนหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กุลวรรณ วิทยาวงศจุ (2526 : 101) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการศึกษาพบว่าวัยรุ่นหญิงมีสัมพันธภาพในครอบครัวสูงกว่าวัยรุ่นชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พัชรา พันธุ์พัฒนกุล (2527) ได้ศึกษาเรื่องการเปรียบเทียบสัมพันธภาพภายในครอบครัวของนักเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร และจังหวัดพะเยา ผลที่ได้พบว่า นักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานครและจังหวัดพะเยา มีสัมพันธภาพในครอบครัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคะแนนเฉลี่ยสัมพันธภาพในครอบครัวของนักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานครจะต่ำกว่าของนักเรียนวัยรุ่นในจังหวัดพะเยา และเมื่อเปรียบเทียบตามเพศพบว่า วัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิงมีสัมพันธภาพในครอบครัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคะแนนเฉลี่ยสัมพันธภาพในครอบครัวของนักเรียนหญิงสูงกว่านักเรียนชาย

อนุรักษ์ บัณฑิตยชาติ (2542 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาความตระหนักในคุณค่าของตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนพิบูลวิทยาลัย อำเภอเมือง จังหวัดลพบุรี โดยใช้แบบวัดความตระหนักในคุณค่าของตนเองของ Coopersmith (The Coopersmith Self-Esteem Inventories, School Form) พบว่านักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีความตระหนักในคุณค่าของตนเองไม่แตกต่างกัน

จากผลการวิจัยทั้งต่างประเทศและในประเทศที่ประมวลมานี้พบว่าเพศมีผลอย่างมากต่อทักษะชีวิตรายด้าน ดังนั้นผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานในการศึกษาครั้งนี้ว่า นิสิตหญิงมีทักษะชีวิตรายด้านสูงกว่านิสิตชาย

ทักษะชีวิตกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

✓ กิลล์ (Gill. 1962 : 144-149) ได้ทำการศึกษาพบว่า เด็กที่เรียนดีจะมีความสามารถในการปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ โดยเฉพาะด้านการจัดการกับความกังวลใจ

✓ ดีเซนา (สุรศักดิ์ อัครอารีสุข 2544 : 47 ; อ้างอิงจาก Desena. 1964) ได้ทำการศึกษาลักษณะของนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ปานกลาง และต่ำ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยพะเยา ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะสามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้ดีกว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง และต่ำ

เฟลด์ฮูเซน เดนนี่ และแคนดอน (Feldhusen, Deny and Candon. 1965 : 40-45) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความคิดสร้างสรรค์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ สังคม และการอ่านของนักเรียน เกรด 7 และเกรด 8 จำนวน 273 คน ผลการศึกษาพบว่า ความยืดหยุ่นในการคิดและการริเริ่ม มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ของวิชาต่างๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

✓ คาร์เรย์ (Carey. 1967 : 2095-A) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความคิดสร้างสรรค์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความสามารถในการเขียน ความสามารถด้านสติปัญญาของเด็กเกรด 6 โดยใช้แบบทดสอบความคิดสร้างสรรค์ของ มินเนโซตา ผลการศึกษาพบว่า ความคิดยืดหยุ่นและความคิดริเริ่มมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

✓ริงเนสส์ (Ringness. 1968 : 140) ได้ทำการศึกษาพบว่า คนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะมีการปรับตัวทางด้านอารมณ์ให้เข้ากับสิ่งต่างๆ ได้ดีกว่าคนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ซึ่งอาจเป็นเพราะว่าคนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงได้รับรางวัลในสังคม มีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและคนอื่นในโรงเรียน

✓เปอร์กี (Purkey. 1970 : 25) ได้ทำการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ หรือนักเรียนที่ประสบความล้มเหลวทางการเรียน จะมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ซึ่งสอดคล้องกับ มอริสสัน และคนอื่น ๆ (Morrison and others. 1973 : 412-415) ที่พบว่ากลุ่มที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่านักเรียนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง

✓เนเบอร์ (Nabor. 1975 : 3241-A) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบความสามารถในการแก้ปัญหาและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนในระดับเกรด 5 และเกรด 6 โดยใช้แบบทดสอบ

Iowa Test of Education Progress : Science วัดความสามารถในการแก้ปัญหา ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะมีความสามารถในการแก้ปัญหาดีกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

ฮอลโลเวล (Hollowell. 1977 : 57) ได้ทำการวิจัยเพื่อศึกษากระบวนการคิดแก้ปัญหาทางวิทยาศาสตร์ 7 ขั้นตอน คือความเข้าใจในปัญหา การระลึกถึงข้อเท็จจริง การรวบรวมข้อเท็จจริงที่เป็นปัญหา การตรวจสอบผลที่เป็นคำตอบ การตรวจสอบดูว่าวิธีการคิดแก้ปัญหานั้นถูกต้องหรือไม่ การคัดค้านหรือการยอมรับวิธีการคิดแก้ปัญหา พบว่านักเรียนที่แก้ปัญหาได้สำเร็จมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักเรียนที่แก้ปัญหาไม่สำเร็จ

กรอส และคณะ (Gross et al. 1987 : 317) ได้ทำการศึกษาพบว่า ความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเกรดเฉลี่ยสะสม (GPA) ของนักศึกษาพยาบาล

โคคินดา (อรรถพรณ ลีอนุชวรัชชัย 2538 : 47 ; อ้างอิงจาก Kokinda. 1989) ได้ทำการศึกษาความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พบว่าความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

✓เกนคาร์โล (Gaincarlo. 1997 : 5963) ได้ทำการศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จำนวน 393 คน พบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสามารถทำนายความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณได้ดีที่สุดมากกว่าลักษณะบทบาททางเพศ การศึกษาของบิดามารดา และอาชีพของบิดามารดา

พวงสร้อย วรกุล (2522 : 65-67) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานครและจังหวัดสงขลา ไม่พบความแตกต่างในการปรับตัวของนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน แต่เมื่อพิจารณาปัญหาการปรับตัวในแต่ละด้านพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวกับสภาพภายในโรงเรียนแตกต่างกับนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

X กุลวรรณ วิทยาวงศ์รุจิ (2526 : 101) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการศึกษาพบว่าเด็กวัยรุ่นที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะมีสัมพันธภาพในครอบครัว และการปรับตัวดีกว่าเด็กวัยรุ่นที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

✓จันทร์เพ็ญ ธนาศุกรกุล (2526 : 149) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความคิดสร้างสรรค์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผลการศึกษาพบว่า ความคิดสร้างสรรค์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .4852

พวงแก้ว โคจรานนท์ (2530 : 89 - 90) ได้ทำการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะมีทักษะทางสังคมสูงกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ทั้งทางด้านภาษาท่าทาง การสื่อสาร รวมถึงการแสดงพฤติกรรมต่างๆ

/ ศันสนีย์ นาคะสนธิ์ (2545 : 46) ได้ทำการศึกษาทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เป็นรายด้าน โดยแบ่งเป็นด้านการแสดงออกทางสังคม ความไวในการรับรู้ทางสังคม การควบคุมทางสังคม พบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำมีทักษะทางสังคมไม่แตกต่างกัน

จากผลการวิจัยทั้งต่างประเทศและในประเทศที่ประมวลมานี้ พบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีผลอย่างมากต่อทักษะชีวิตรายด้าน ดังนั้นผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานในการศึกษาครั้งนี้ว่า นิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีทักษะชีวิตรายด้านสูงกว่านิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

ทักษะชีวิตกับคณะวิชา

เนื่องจากยังไม่มีงานวิจัยทางด้านทักษะชีวิตและคณะวิชาโดยตรง ผู้วิจัยจึงขอนำเสนองานวิจัยที่เกี่ยวข้องมากที่สุด ดังนี้

สืบพงษ์ จินดาพล (2533 : 57) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบปัญหาด้านการเรียน และการปรับตัวของนิสิตคณะวิทยาศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ และคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นิสิตภาคปกติ และนิสิตภาคสมทบ หลักสูตร 4 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 และปีที่ 2 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา ปีการศึกษา 2532 จำนวน 531 คน เป็นชาย 134 คน หญิง 397 คน ผลการศึกษาพบว่า นิสิตคณะวิทยาศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ และคณะศึกษาศาสตร์ มีปัญหาทางด้านการเรียน และการปรับตัวไม่แตกต่างกัน

บุษยา ม่วงประเสริฐ (2535 : 117-118) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบบุคลิกภาพของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยนเรศวร โดยการประมวลงานวิจัยครั้งนี้จะนำเสนอเฉพาะผลการศึกษาเกี่ยวกับนิสิตชั้นปีที่ 1 เนื่องจากสอดคล้องกับการวิจัย กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร ปีการศึกษา 2534 จำนวน 254 คน เป็นชาย 75 คน หญิง 179 คน ผลการศึกษาเปรียบเทียบคะแนนบุคลิกภาพของนิสิตคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ทั้ง 15 ด้าน พบว่า

ด้านความเป็นระเบียบ นิสิตที่เรียนในคณะศึกษาศาสตร์มีมากกว่านิสิตที่เรียนในคณะวิทยาศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ด้านการแสดงออก นิสิตที่เรียนในคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์มีมากกว่านิสิตที่เรียนในคณะวิทยาศาสตร์ และคณะศึกษาศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ด้านการพึ่งตนเอง นิสิตที่เรียนในคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์มีมากกว่านิสิตที่เรียนในคณะวิทยาศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ด้านการผูกมิตรกับผู้อื่น นิสิตที่เรียนในคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ และคณะศึกษาศาสตร์ มีมากกว่านิสิตที่เรียนในคณะวิทยาศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ด้านความเข้าใจตนเองและผู้อื่น นิสิตที่เรียนในคณะศึกษาศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์มีมากกว่านิสิตที่เรียนในคณะวิทยาศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ด้านการขอความช่วยเหลือ นิสิตที่เรียนในคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ และคณะศึกษาศาสตร์มีมากกว่านิสิตที่เรียนในคณะวิทยาศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

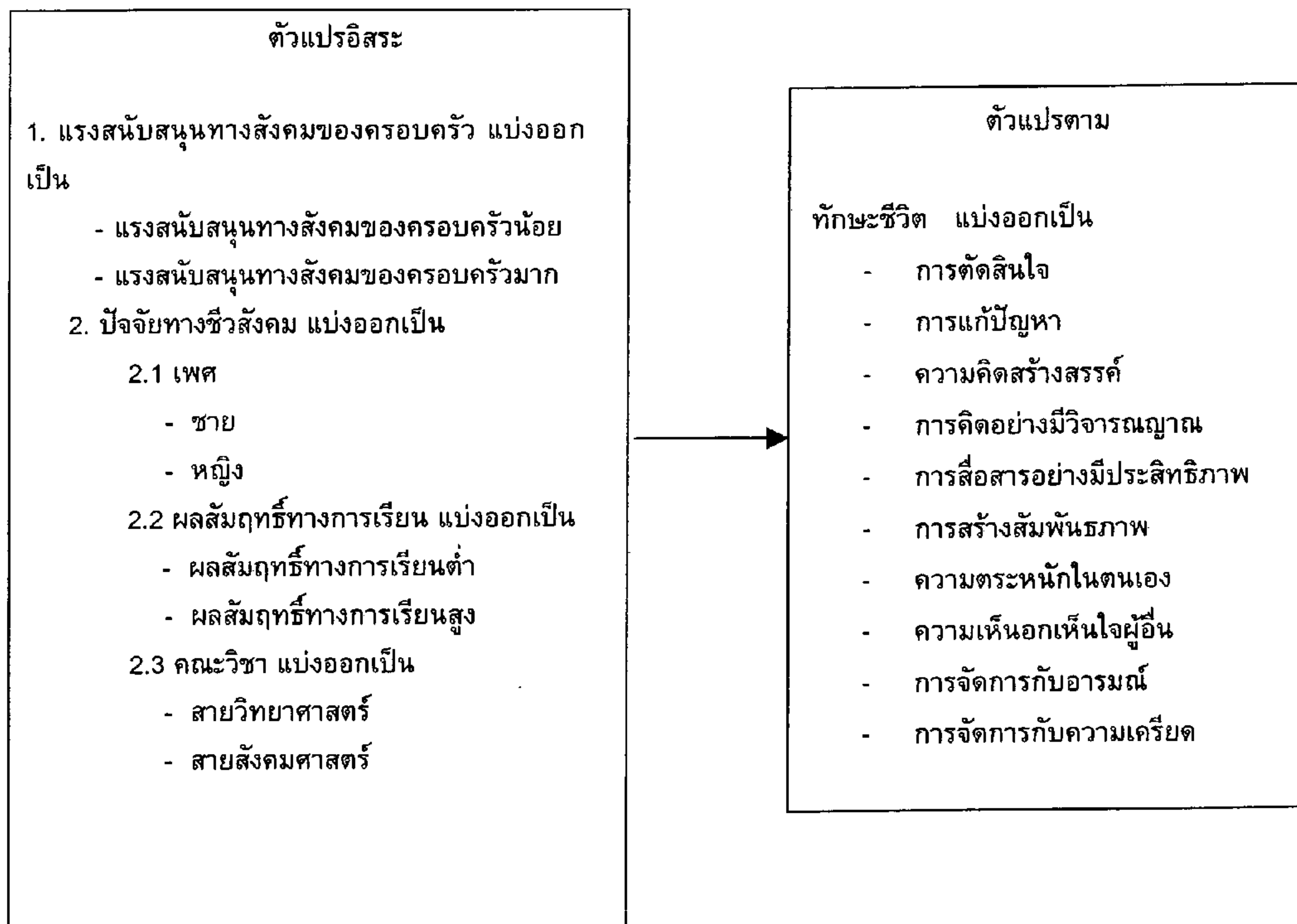
ด้านความอดทน นิสิตที่เรียนในคณะวิทยาศาสตร์มีมากกว่านิสิตที่เรียนในคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ และคณะศึกษาศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ด้านการคบเพื่อนต่างเพศ นิสิตที่เรียนในคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์มีมากกว่านิสิตที่เรียนในคณะศึกษาศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สำหรับด้านสัมฤทธิ์ผล ด้านการเป็นผู้ตาม ด้านการยอมรับโทษ ด้านการก้าวร้าว ด้านการมีอำนาจเหนือผู้อื่น ด้านการช่วยเหลือผู้อื่น และด้านการเปลี่ยนแปลงไม่มีความแตกต่างกัน

จากผลการวิจัยทั้งต่างประเทศและในประเทศที่ประมวลมานี้ พบว่านิสิตที่ศึกษาอยู่ในคณะที่ต่างกัน มีทักษะชีวิตแตกต่างกัน แต่ยังไม่สามารถแยกได้ว่านิสิตที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาใดมีทักษะชีวิตมากกว่ากัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานในการศึกษาครั้งนี้ว่า นิสิตที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาที่ต่างกันมีทักษะชีวิตรายด้านแตกต่างกัน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



สมมติฐานในการวิจัย

1. นิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมากมีทักษะชีวิตรายด้านสูงกว่านิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อย
2. นิสิตหญิงมีทักษะชีวิตรายด้านสูงกว่านิสิตชาย
3. นิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีทักษะชีวิตรายด้านสูงกว่านิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ
4. นิสิตที่ศึกษาอยู่ในคณะวิทยาศาสตร์และคณะวิทยาศาสตร์มีทักษะชีวิตรายด้านแตกต่างกัน
5. ทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตมีความสัมพันธ์กัน

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ภาคปกติ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 2,786 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ภาคปกติ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 290 คน เป็นนิสิตชาย 147 คน หญิง 143 คน ซึ่งได้มาโดยใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เป็นแบบสอบถามจำนวน 3 ฉบับ ได้แก่

1. แบบสอบถามปัจจัยทางชีวสังคม มีลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบข้อคำถามเลือกตอบตามที่กำหนดให้

ตัวอย่างแบบสอบถาม

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามปัจจัยทางชีวสังคม

เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และคณะวิชา

ตัวอย่างแบบสอบถามปัจจัยทางชีวสังคม

1. เพศ

() ชาย

() หญิง

2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

3. คณะวิชา

() สายวิทยาศาสตร์ ได้แก่ คณะวิทยาศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์ คณะทันตแพทยศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์

และคณะวิศวกรรมศาสตร์

() สายสังคมศาสตร์ ได้แก่ คณะสังคมศาสตร์

คณะมนุษยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ คณะพลศึกษา และคณะศิลปกรรมศาสตร์

2. แบบสอบถามทักษะชีวิต ประกอบด้วยแบบสอบถามย่อยๆ คือ

2.1 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ มีลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

(1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

(2) จัดแปลงแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณของ

ปริญญา อรรถยุกติ (2543) ซึ่งมีลักษณะแบบสอบถามเป็นการตอบถูก-ผิด จำนวน 10 ข้อ

2.2 การสร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ มีลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

(1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ

(2) สร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ จำนวน 8 ข้อ โดยนำข้อมูลที่ได้ในข้อ

(1) มาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม สร้างให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการและให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ

2.3 การสร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา มีลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

(1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา

(2) สร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา จำนวน 8 ข้อ โดยนำข้อมูลที่ได้ในข้อ

(1) มาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม สร้างให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการและให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ

2.4 การสร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ มีลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

(1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์

(2) สร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ จำนวน 8 ข้อ โดยนำข้อมูลที่ได้

ในข้อ (1) มาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม สร้างให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการและให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ

2.5 การสร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ มีลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

(1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ

ภาพ

(2) สร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ จำนวน 10 ข้อ โดย

นำข้อมูลที่ได้ในข้อ (1) มาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม สร้างให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการและให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ

2.6 การสร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพ มีลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

(1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพ

(2) สร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพ จำนวน 10 ข้อ โดยนำข้อมูล

ที่ได้ในข้อ (1) มาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม สร้างให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการและให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ

2.7 การสร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความตระหนักในตนเอง มีลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

(1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านความตระหนักในตนเอง

(2) สร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความตระหนักในตนเอง จำนวน 10 ข้อ โดยนำข้อมูลที่ได้ในข้อ (1) มาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม สร้างให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการและให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ

2.8 การสร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

(1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

(2) สร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จำนวน 10 ข้อ โดยนำข้อมูลที่ได้ในข้อ (1) มาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม สร้างให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการและให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ

2.9 การสร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์ มีลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

(1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์

(2) สร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์ จำนวน 10 ข้อ โดยนำข้อมูลที่ได้ในข้อ (1) มาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม สร้างให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการและให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ

2.10 การสร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการจัดการกับความเครียด มีลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

(1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิตด้านการจัดการกับความเครียด

(2) สร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการจัดการกับความเครียด จำนวน 10 ข้อ โดยนำข้อมูลที่ได้ในข้อ (1) มาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม สร้างให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการและให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ

การหาคุณภาพของแบบสอบถามทักษะชีวิต

การหาคุณภาพของแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

1. แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพ แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านความตระหนักในตนเอง แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น แบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์ และแบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการกับความเครียด ผู้วิจัยหาคุณภาพ ดังต่อไปนี้

1.1 นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญ 3 คน คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประณต เต่าจิม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ลัดดาวัลย์ เกษมเนตร และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วัฒนา ศรีสัตย์วาจา ตรวจสอบความเหมาะสมทั้งทางด้านเนื้อหาและภาษาที่ใช้ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ปฏิบัติการ แล้วนำแบบสอบถามมาปรับปรุงแก้ไขก่อนจะนำไปใช้

1.2 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนิสิตชั้นปีที่ 1 ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 60 คน นำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25 % เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ แล้วเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยแต่ละข้อด้วยการใช้ t-test และเลือกเฉพาะข้อที่ค่า t มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มาใช้ในการวิจัย จำนวนทั้งหมด 62 ข้อ ซึ่งแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณมีค่า t ตั้งแต่ 1.82 ถึง 2.46 จำนวน 10 ข้อ แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ มีค่า t ตั้งแต่ 1.75 ถึง 3.33 จำนวน 5 ข้อ แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการแก้

ปัญหามีค่า t ตั้งแต่ 2.50 ถึง 3.87 จำนวน 4 ข้อ แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์มีค่า t ตั้งแต่ 2.61 ถึง 3.13 จำนวน 4 ข้อ แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพมีค่า t ตั้งแต่ 1.83 ถึง 2.71 จำนวน 6 ข้อ แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพมีค่า t ตั้งแต่ 1.79 ถึง 2.29 จำนวน 5 ข้อ แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความตระหนักในตนเองมีค่า t ตั้งแต่ 1.78 ถึง 2.61 จำนวน 7 ข้อ แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมีค่า t ตั้งแต่ 1.78 ถึง 3.57 จำนวน 6 ข้อ แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์มีค่า t ตั้งแต่ 1.82 ถึง 3.75 จำนวน 7 ข้อ แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการจัดการกับความเครียดมีค่า t ตั้งแต่ 1.75 ถึง 2.38 จำนวน 8 ข้อ

1.3 นำแบบสอบถามที่คัดเลือกไว้ในข้อ 1.2 มาหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ซึ่งแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.7992 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.8103 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.5217 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.6882 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.6771 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.8547 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความตระหนักในตนเองมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.3885 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.6438 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.7992 และแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการจัดการกับความเครียดมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.6993

ตัวอย่างแบบสอบถาม

ฉบับที่ 2 แบบสอบถามทักษะชีวิต

แบ่งเป็น 10 ตอน

ตอนที่ 1 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามฉบับนี้มีสถานการณ์กำหนดให้ 1 สถานการณ์ มีข้อคำถาม 10 ข้อ
2. ให้ท่านอ่านสถานการณ์ที่กำหนดให้ แล้วพิจารณาตอบคำถามแต่ละข้อ โดยกาเครื่องหมาย $\checkmark$ หน้าข้อที่เห็นว่าถูก และกาเครื่องหมาย $\times$ หน้าข้อที่เห็นว่าผิด
3. ในสถานการณ์ที่กำหนดให้จะมีคำตอบที่ถูกต้องหรือใช้ก็ข้อก็ได้
4. โปรดตอบทุกข้อ

สถานการณ์ตัวอย่าง : เราจำเป็นต้องประหยัดเวลาในการเดินทางไปอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ดังนั้นเราควรเดินทางโดยเครื่องบิน

จากสถานการณ์ที่กำหนดให้ ข้อสรุปที่น่าจะเป็นไปได้ต่อไปนี้ถูกหรือผิด

- 1. ผู้พูดเลือกเดินทางโดยเครื่องบินเพื่อประหยัดเวลาในการไปหาดใหญ่
- 2. ผู้พูดไม่สามารถเดินทางไปจังหวัดสงขลาได้

ข้อความซึ่งเป็นเงื่อนไขในการเดินทางต่อไปนี้ถูกหรือผิด

..... 3. การเดินทางโดยเครื่องบินใช้เวลาในการเดินทางน้อยกว่าการเดินทางโดยวิธีอื่นๆ

..... 4. การเดินทางไปอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา เดินทางได้เฉพาะเครื่องบิน

ข้อสรุปซึ่งเป็นผลจากความสัมพันธ์ของสถานการณ์ที่กำหนดให้ต่อไปนี้ ถูกหรือผิด

..... 5. ผู้พูดยอมเสียค่าใช้จ่ายแพงในการเดินทางครั้งนี้

..... 6. ผู้พูดไม่ยอมเดินทางไปจังหวัดสงขลา

หากสถานการณ์ที่กำหนดให้เป็นความจริงทั้งหมด ข้อสรุปที่มีเหตุผลต่อไปนี้ถูกหรือผิด

..... 7. ผู้พูดมีความจำเป็นต้องเดินทางไปจังหวัดสงขลา กับบุคคลอื่นโดยด่วน

..... 8. ผู้พูดกลัวการเดินทางโดยอากาศ

หากพิจารณาตามเหตุผลที่นำมาในข้อความต่อไปนี้เป็นหลัก ข้อความต่อไปนี้ถูกหรือผิด

..... 9. ข้าพเจ้าเห็นด้วยกับการเดินทางโดยเครื่องบิน เพราะค่าใช้จ่ายถูกมาก

..... 10. ข้าพเจ้าไม่เห็นด้วยกับการเดินทางโดยเครื่องบิน เพราะค่าใช้จ่ายแพงมาก

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อที่ตอบถูกได้ 4 คะแนน ข้อที่ตอบผิดได้ 1 คะแนน

ตอนที่ 2 - ตอนที่ 10 แบบสอบถามด้านการตัดสินใจ การแก้ปัญหา ความคิดสร้างสรรค์ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพ ความตระหนักในตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การจัดการกับอารมณ์ และการจัดการกับความเครียด

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วพิจารณาเลือกเฉพาะที่ตรงกับตัวของท่านมากที่สุด โดยขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องใดช่องหนึ่งทางขวามือเพียงข้อเดียวในแต่ละข้อความ โปรดตอบทุกข้อ

จริงที่สุด หมายถึง ท่านเห็นด้วยกับข้อความนั้นอย่างเต็มที่
 ค่อนข้างจริง หมายถึง ท่านเห็นด้วยกับข้อความนั้นเป็นส่วนใหญ่
 ค่อนข้างไม่จริง หมายถึง ท่านเห็นด้วยกับข้อความนั้นเพียงบางส่วน
 ไม่จริงเลย หมายถึง ท่านไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้นโดยสิ้นเชิง

ข้อที่	ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริงเลย
0	ด้านการตัดสินใจ การตัดสินใจในเรื่องใดก็ตาม ข้าพเจ้าจะต้องทราบปัญหาหรือ สาเหตุที่ต้องตัดสินใจก่อนเสมอ				
0	ด้านการแก้ปัญหา ข้าพเจ้ามีความตั้งใจที่จะแก้ปัญหา				
0	ด้านความคิดสร้างสรรค์ ข้าพเจ้ามักใช้ประสบการณ์เดิมที่ดี มาประกอบในการทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด				

ข้อที่	ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริงเลย
0	ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ข้าพเจ้ามักพูดกับผู้อื่นด้วยวาจาสุภาพ ไพเราะ				
0	ด้านการสร้างสัมพันธภาพ ข้าพเจ้าเข้ากับเพื่อนในกลุ่มได้เป็น อย่างดี				
0	ด้านความตระหนักในตนเอง ข้าพเจ้ารู้จักข้อดีและข้อเสียของตนเอง อย่างแท้จริง				
0	ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ข้าพเจ้ารู้สึกเห็นใจเพื่อน เมื่อเขาเล่า ความทุกข์ของเขาให้ข้าพเจ้าฟัง				
0	ด้านการจัดการกับอารมณ์ ข้าพเจ้ามีอาการมือสั่น ใจสั่น ทำอะไร ไม่ถูก เมื่อรู้สึกโกรธมาก				
0	ด้านการจัดการกับความเครียด ข้าพเจ้าเชื่อว่าการดื่มสุราสามารถช่วย ลดความเครียดได้				

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความทางบวกให้คะแนน ดังนี้

จริงที่สุด	ให้ 4 คะแนน
ค่อนข้างจริง	ให้ 3 คะแนน
ค่อนข้างไม่จริง	ให้ 2 คะแนน
ไม่จริงเลย	ให้ 1 คะแนน

ข้อความทางลบให้คะแนนตรงกันข้าม

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนนทักษะชีวิตรายด้าน

ผู้วิจัยกำหนดความหมายของคะแนนเฉลี่ยของคำตอบ โดยแปลความหมายตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ดังต่อไปนี้

- 1.00 - 2.00 หมายถึง มีทักษะชีวิตรายด้านอยู่ในระดับต่ำ
- 2.01 - 3.00 หมายถึง มีทักษะชีวิตรายด้านอยู่ในระดับปานกลาง
- 3.01 - 4.00 หมายถึง มีทักษะชีวิตรายด้านอยู่ในระดับสูง

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

ใช้แบบสอบถามของ เสาวลักษณ์ พิพัฒนาเวชกิจ (2539) ซึ่งใช้แนวคิดของคอบบ์ (Cobb. 1976 : 300) โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 16 ข้อ

การหาคุณภาพของแบบสอบถาม

แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยนำมาจากแบบสอบถามของ เสาวลักษณ์ พิพัฒนาเวชกิจ ซึ่งได้หาค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ และหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามแล้ว โดยได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ .9293 ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะได้นำแบบสอบถามนี้มาหาค่าความเชื่อมั่นอีกครั้ง โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (α - coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.4188

ตัวอย่างแบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วพิจารณาเลือกเฉพาะที่ตรงกับตัวของท่านมากที่สุด โดยขีดเครื่องหมาย $\sqrt$ ลงในช่องใดช่องหนึ่งทางขวามือเพียงข้อเดียวในแต่ละข้อความ โปรดตอบทุกข้อ

- มากที่สุด หมายถึง ข้อความในประโยคนั้นตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นมากที่สุด
 มาก หมายถึง ข้อความในประโยคนั้นตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นเป็นส่วนมาก
 ปานกลาง หมายถึง ข้อความในประโยคนั้นตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นปานกลาง
 น้อย หมายถึง ข้อความในประโยคนั้นตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นเล็กน้อย
 น้อยที่สุด หมายถึง ข้อความในประโยคนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นเลย

ข้อที่	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
0	การสนับสนุนด้านอารมณ์					
0	ท่านมีคนที่วางใจได้และสามารถพูดคุยปัญหาต่างๆได้					
0	การมีส่วนร่วมและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม					
0	คนในครอบครัวสนับสนุนท่านในการทำกิจกรรมต่างๆ					
0	การช่วยเหลือด้านการเงิน สิ่งของ แรงงาน และบริการ					
0	เมื่อท่านไม่สบาย คนในครอบครัวจะคอยช่วยเหลือดูแล					
0	การช่วยเหลือด้านข้อมูล ข่าวสาร					
0	คนในครอบครัวให้คำแนะนำและเสนอแนะแนวทางที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของท่าน					

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความทางบวกให้คะแนน ดังนี้

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

ข้อความทางลบให้คะแนนตรงกันข้าม

เกณฑ์การแปลความหมายของคะแนน

ผู้วิจัยกำหนดความหมายจากคะแนนเฉลี่ยของคำตอบ โดยแปลความหมายตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ดังต่อไปนี้

ผู้ที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อย หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนน้อยกว่าคะแนนเฉลี่ยลงไป

ผู้ที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมาก หมายถึง ผู้ที่ได้คะแนนมากกว่าคะแนนเฉลี่ยขึ้นไป

วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามทั้ง 3 ฉบับไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง
2. ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ในการตอบแบบสอบถามทุกฉบับ แล้วให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด และนำมาวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ในการวิเคราะห์ค่าสถิติเพื่อตอบคำถามการวิจัย โดยมีขั้นตอนในการวิเคราะห์ ดังนี้

1. หาระดับทักษะชีวิตรายด้านและรวมทุกด้าน โดยใช้ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
2. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม โดยใช้ t-test เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 1, 2, 3 และ 4
3. หาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้าน โดยใช้ Pearson Product-Moment Coefficient of Correlation เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 5

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์และแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูลของการวิจัยครั้งนี้ เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันในการแปลความหมาย และเพื่อสะดวกต่อการนำเสนอข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean)
S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน t – distribution
p	แทน	ค่าระดับการมีนัยสำคัญทางสถิติ
*	แทน	ค่าความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
L1	แทน	ทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ
L2	แทน	ทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา
L3	แทน	ทักษะชีวิตด้านความอดสร้างสรรค์
L4	แทน	ทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ
L5	แทน	ทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
L6	แทน	ทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพ
L7	แทน	ทักษะชีวิตด้านความตระหนักในตนเอง
L8	แทน	ทักษะชีวิตด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
L9	แทน	ทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์
L10	แทน	ทักษะชีวิตด้านการจัดการกับความเครียด

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมาย

การเสนอผลการวิเคราะห์และแปลความหมาย ผู้วิจัยแบ่งออกเป็น 4 ตอน คือ

ตอนที่ 1 เป็นการนำเสนอจำนวนกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งจำแนกตามตัวแปรต่างๆ ดังต่อไปนี้คือ เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน คณะวิชา แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

ตอนที่ 2 เป็นการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนทักษะชีวิตรายด้าน ซึ่งจำแนกตามตัวแปรต่างๆ ดังต่อไปนี้คือแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และคณะวิชา เพื่อหาระดับของทักษะชีวิต

ตอนที่ 3 เป็นการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการเปรียบเทียบทักษะชีวิต ซึ่งจำแนกตามตัวแปรต่างๆ ดังต่อไปนี้คือแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และคณะวิชา

ตอนที่ 4 เป็นการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของกลุ่มตัวอย่าง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 การนำเสนอจำนวนกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งจำแนกตามตัวแปรต่างๆ ดังต่อไปนี้คือ เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน คณะวิชา แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

ตาราง 1 แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งจำแนกตามตัวแปรต่างๆ ดังต่อไปนี้คือ เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน คณะวิชา แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
กลุ่มตัวอย่าง นิสิตชั้นปีที่ 1	290	100.0
1. เพศ		
- ชาย	147	50.7
- หญิง	143	49.3
รวม	290	100.0
2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน		
- ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ	142	49.0
- ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง	148	51.0
รวม	290	100.0
3. คณะวิชา		
- สายวิทยาศาสตร์	128	44.1
- สายสังคมศาสตร์	162	55.9
รวม	290	100.0
4. แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว		
- แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อย	164	56.5
- แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมาก	126	43.5
รวม	290	100.00

จากตาราง 1 แสดงให้เห็นว่านิสิตชั้นปีที่ 1 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคั้งนี้มีจำนวน 290 คน จำแนกตามตัวแปรเพศพบว่า เป็นนิสิตชาย ร้อยละ 50.7 เป็นนิสิตหญิง ร้อยละ 49.3 จำแนกตามตัวแปรผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่า เป็นนิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ ร้อยละ 49.0 เป็นนิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ร้อยละ 51.0 เมื่อจำแนกตามตัวแปรคณะวิชาพบว่า เป็นนิสิตสายวิทยาศาสตร์ ร้อยละ 44.1 เป็นนิสิตสายสังคมศาสตร์ ร้อยละ 55.9 และเมื่อจำแนกตามตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

พบว่า เป็นนิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อย ร้อยละ 56.5 เป็นนิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมาก ร้อยละ 43.5

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 ซึ่งจำแนกตามตัวแปรต่างๆ ดังต่อไปนี้คือแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และคณะวิชา เพื่อหาระดับทักษะชีวิต

เกณฑ์ในการจัดระดับทักษะชีวิตรายด้าน แบ่งได้ตามเกณฑ์คะแนนเฉลี่ย ดังนี้

- 1.00 - 2.00 คะแนน หมายถึง มีทักษะชีวิตอยู่ในระดับต่ำ
- 2.01 - 3.00 คะแนน หมายถึง มีทักษะชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง
- 3.01 - 4.00 คะแนน หมายถึง มีทักษะชีวิตอยู่ในระดับสูง

ตาราง 2 แสดงระดับทักษะชีวิตที่ได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนทักษะชีวิตรายด้าน ของนิสิตชั้นปีที่ 1

ทักษะชีวิต	$\bar{X}$	S.D.	ระดับทักษะชีวิต
ด้านการตัดสินใจ	3.13	1.54	ระดับสูง
ด้านการแก้ปัญหา	2.91	1.57	ระดับปานกลาง
ด้านความคิดสร้างสรรค์	2.82	1.79	ระดับปานกลาง
ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ	3.36	2.67	ระดับสูง
ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ	3.05	1.99	ระดับสูง
ด้านการสร้างสัมพันธภาพ	3.35	1.81	ระดับสูง
ด้านความตระหนักในตนเอง	3.17	2.41	ระดับสูง
ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	3.15	2.10	ระดับสูง
ด้านการจัดการกับอารมณ์	3.17	2.36	ระดับสูง
ด้านการจัดการกับความเครียด	3.01	1.91	ระดับสูง

จากตาราง 2 แสดงให้เห็นว่านิสิตชั้นปีที่ 1 มีทักษะชีวิตทุกด้านอยู่ในระดับสูง ยกเว้นทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา และด้านความคิดสร้างสรรค์ที่อยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 3 แสดงระดับทักษะชีวิตที่ได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนทักษะชีวิตรายด้าน ของนิสิตชั้นปีที่ 1 ซึ่งจำแนกตามแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

ทักษะชีวิต	นิสิตชั้นปีที่ 1					
	ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อย N = 164			ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมาก N = 126		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับทักษะชีวิต	$\bar{X}$	S.D.	ระดับทักษะชีวิต
ด้านการตัดสินใจ	3.07	1.59	ระดับสูง	3.20	1.37	ระดับสูง
ด้านการแก้ปัญหา	2.89	1.56	ระดับปานกลาง	2.94	1.56	ระดับปานกลาง
ด้านความคิดสร้างสรรค์	2.79	1.66	ระดับปานกลาง	2.88	1.94	ระดับปานกลาง
ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ	3.51	2.76	ระดับสูง	3.39	2.55	ระดับสูง
ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ	3.01	1.91	ระดับสูง	3.10	2.10	ระดับสูง
ด้านการสร้างสัมพันธภาพ	3.27	1.64	ระดับสูง	3.45	1.92	ระดับสูง
ด้านความตระหนักในตนเอง	3.13	2.38	ระดับสูง	3.22	2.40	ระดับสูง
ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	3.05	1.83	ระดับสูง	3.28	2.17	ระดับสูง
ด้านการจัดการกับอารมณ์	3.01	2.48	ระดับสูง	3.06	2.22	ระดับสูง
ด้านการจัดการกับความเครียด	3.03	1.64	ระดับสูง	3.25	2.13	ระดับสูง

จากตาราง 3 แสดงให้เห็นว่านิสิตชั้นปีที่ 1 ทั้งในกลุ่มที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อยกับกลุ่มที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมากมีทักษะชีวิตทุกด้านอยู่ในระดับสูง ยกเว้นทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา และด้านความคิดสร้างสรรค์ที่อยู่ในระดับปานกลาง และยังพบว่านิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมากมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตในแต่ละด้านอยู่ในระดับเดียวกันกับนิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อยทุกด้าน

ตาราง 4 แสดงระดับทักษะชีวิตที่ได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนทักษะชีวิตรายด้าน ของนิสิตชั้นปีที่ 1 ซึ่งจำแนกตามเพศ

ทักษะชีวิต	นิสิตชั้นปีที่ 1					
	ชาย N = 147			หญิง N = 143		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ทักษะชีวิต	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ทักษะชีวิต
ด้านการตัดสินใจ	3.08	1.51	ระดับสูง	3.18	1.54	ระดับสูง
ด้านการแก้ปัญหา	2.89	1.70	ระดับปานกลาง	2.94	1.44	ระดับปานกลาง
ด้านความคิดสร้างสรรค์	2.85	1.81	ระดับปานกลาง	2.83	1.76	ระดับปานกลาง
ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ	3.43	2.83	ระดับสูง	3.48	2.51	ระดับสูง
ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ	3.01	1.96	ระดับสูง	3.08	2.01	ระดับสูง
ด้านการสร้างสัมพันธภาพ	3.29	1.84	ระดับสูง	3.42	1.72	ระดับสูง
ด้านความตระหนักในตนเอง	3.02	2.61	ระดับสูง	3.22	2.16	ระดับสูง
ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	3.08	2.15	ระดับสูง	3.22	1.97	ระดับสูง
ด้านการจัดการกับอารมณ์	3.02	2.23	ระดับสูง	3.01	2.49	ระดับสูง
ด้านการจัดการกับความเครียด	3.02	1.75	ระดับสูง	3.33	1.84	ระดับสูง

จากตาราง 4 แสดงให้เห็นว่านิสิตชั้นปีที่ 1 ทั้งในกลุ่มชายกับกลุ่มหญิงมีทักษะชีวิตทุกด้านอยู่ในระดับสูง ยกเว้นทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา และด้านความคิดสร้างสรรค์ที่อยู่ในระดับปานกลาง และยังพบด้วยว่านิสิตหญิงมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตในแต่ละด้านอยู่ในระดับเดียวกันกับนิสิตชายทุกด้าน

ตาราง 5 แสดงระดับทักษะชีวิตที่ได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนทักษะชีวิตรายด้าน ของนิสิตชั้นปีที่ 1 ซึ่งจำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ทักษะชีวิต	นิสิตชั้นปีที่ 1					
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ			ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับทักษะชีวิต	$\bar{X}$	S.D.	ระดับทักษะชีวิต
ด้านการตัดสินใจ	3.11	1.51	ระดับสูง	3.14	1.57	ระดับสูง
ด้านการแก้ปัญหา	2.90	1.61	ระดับปานกลาง	2.91	1.54	ระดับปานกลาง
ด้านความคิดสร้างสรรค์	2.97	1.84	ระดับปานกลาง	2.98	1.75	ระดับปานกลาง
ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ	3.52	2.46	ระดับสูง	3.39	2.84	ระดับสูง
ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ	3.01	1.99	ระดับสูง	3.06	1.99	ระดับสูง
ด้านการสร้างสัมพันธภาพ	3.36	1.66	ระดับสูง	3.33	1.94	ระดับสูง
ด้านความตระหนักในตนเอง	3.15	2.34	ระดับสูง	3.18	2.49	ระดับสูง
ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	3.16	2.28	ระดับสูง	3.14	1.92	ระดับสูง
ด้านการจัดการกับอารมณ์	3.06	2.39	ระดับสูง	3.02	2.34	ระดับสูง
ด้านการจัดการกับความเครียด	3.06	1.94	ระดับสูง	3.19	1.85	ระดับสูง

จากตาราง 5 แสดงให้เห็นว่านิสิตชั้นปีที่ 1 ทั้งในกลุ่มที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกับกลุ่มที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีทักษะชีวิตทุกด้านอยู่ในระดับสูง ยกเว้นทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา และด้านความคิดสร้างสรรค์ที่อยู่ในระดับปานกลาง และยังพบว่านิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตในแต่ละด้านอยู่ในระดับเดียวกันกับนิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำทุกด้าน

ตาราง 6 แสดงระดับทักษะชีวิตที่ได้จากค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนทักษะชีวิตรายด้าน ของนิสิตชั้นปีที่ 1 ซึ่งจำแนกตามคณะวิชา

ทักษะชีวิต	นิสิตชั้นปีที่ 1					
	สายวิทยาศาสตร์			สายสังคมศาสตร์		
	N = 128			N = 162		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับทักษะชีวิต	$\bar{X}$	S.D.	ระดับทักษะชีวิต
ด้านการตัดสินใจ	3.18	1.62	ระดับสูง	3.08	1.44	ระดับสูง
ด้านการแก้ปัญหา	2.96	1.67	ระดับปานกลาง	2.87	1.48	ระดับปานกลาง
ด้านความคิดสร้างสรรค์	2.99	1.68	ระดับปานกลาง	2.95	1.83	ระดับปานกลาง
ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ	3.26	3.19	ระดับสูง	3.52	2.14	ระดับสูง
ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ	3.03	1.92	ระดับสูง	3.06	2.05	ระดับสูง
ด้านการสร้างสัมพันธภาพ	3.28	1.79	ระดับสูง	3.41	1.77	ระดับสูง
ด้านความตระหนักในตนเอง	3.17	2.39	ระดับสูง	3.16	2.43	ระดับสูง
ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	3.09	2.07	ระดับสูง	3.20	2.08	ระดับสูง
ด้านการจัดการกับอารมณ์	3.05	2.05	ระดับสูง	3.01	2.57	ระดับสูง
ด้านการจัดการกับความเครียด	3.05	1.84	ระดับสูง	3.19	1.94	ระดับสูง

จากตาราง 6 แสดงให้เห็นว่านิสิตชั้นปีที่ 1 ทั้งในกลุ่มสายวิทยาศาสตร์กับกลุ่มสายสังคมศาสตร์มีทักษะชีวิตทุกด้านอยู่ในระดับสูง ยกเว้นทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา และด้านความคิดสร้างสรรค์ที่อยู่ในระดับปานกลาง และยังพบว่านิสิตสายสังคมศาสตร์มีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตในแต่ละด้านอยู่ในระดับเดียวกันกับนิสิตสายวิทยาศาสตร์

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบทักษะชีวิต ซึ่งจำแนกตามตัวแปรต่างๆ ดังต่อไปนี้คือแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และคณะวิชา

3.1 เปรียบเทียบทักษะชีวิตของนิสิต ซึ่งจำแนกตามแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว เพื่อทดสอบ สมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่า นิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมากมีทักษะชีวิตรายด้านสูงกว่านิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อย
ผลแสดงไว้ในตาราง 7

ตาราง 7 เปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 จำแนกตามแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

ทักษะชีวิต	แรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว	N	$\bar{X}$	S.D.	t	p
ด้านการตัดสินใจ	มาก	126	15.00	1.40	3.62*	.00
	น้อย	164	14.39	1.59		
ด้านการแก้ปัญหา	มาก	126	10.77	1.56	1.08	.14
	น้อย	164	10.57	1.56		
ด้านความคิดสร้างสรรค์	มาก	126	11.48	1.94	1.42	.08
	น้อย	164	11.17	1.66		
ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ	มาก	126	32.90	2.55	-1.86*	.03
	น้อย	164	34.10	2.76		
ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ	มาก	126	17.59	2.10	2.37*	.01
	น้อย	164	17.02	1.91		
ด้านการสร้างสัมพันธภาพ	มาก	126	16.25	1.92	4.11*	.00
	น้อย	164	15.36	1.64		

ตาราง 7 (ต่อ)

ทักษะชีวิต	แรงสนับสนุนทางสังคม ของครอบครัว	N	$\bar{X}$	S.D.	t	p
ด้านความตระหนักในตนเอง	มาก	126	21.51	2.40	2.10*	.02
	น้อย	164	20.91	2.38		
ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	มาก	126	18.71	2.17	5.80*	.00
	น้อย	164	17.29	1.83		
ด้านการจัดการกับอารมณ์	มาก	126	20.36	2.22	1.59	.06
	น้อย	164	19.91	2.48		
ด้านการจัดการกับความเครียด	มาก	126	25.00	2.13	3.81*	.00
	น้อย	164	23.24	1.64		

จากตาราง 7 แสดงให้เห็นว่านิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมากมีทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพ ความตระหนักในตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการจัดการกับความเครียดสูงกว่านิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนทักษะชีวิตในด้านอื่นๆไม่แตกต่างกัน

3.2 เปรียบเทียบทักษะชีวิตของนิสิต ซึ่งจำแนกตามเพศ เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่า นิสิตหญิงมีทักษะชีวิตรายด้านสูงกว่านิสิตชาย
ผลแสดงไว้ในตาราง 8

ตาราง 8 เปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 จำแนกตามเพศ

ทักษะชีวิต	เพศ	N	$\bar{X}$	S.D.	t	p
ด้านการตัดสินใจ	หญิง	143	14.89	1.59	2.76*	.01
	ชาย	147	14.39	1.51		
ด้านการแก้ปัญหา	หญิง	143	10.75	1.44	1.14	.13
	ชาย	147	10.54	1.70		
ด้านความคิดสร้างสรรค์	หญิง	143	11.21	1.76	-.88	.19
	ชาย	147	11.40	1.81		
ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ	หญิง	143	33.83	2.51	.82	.21
	ชาย	147	33.31	2.83		
ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ	หญิง	143	17.50	2.07	1.90*	.03
	ชาย	147	17.05	1.96		
ด้านการสร้างสัมพันธภาพ	หญิง	143	16.09	1.72	3.07*	.00
	ชาย	147	15.45	1.84		
ด้านความตระหนักในตนเอง	หญิง	143	21.48	2.16	2.27*	.01
	ชาย	147	20.84	2.61		
ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	หญิง	143	18.31	1.97	3.35*	.00
	ชาย	147	17.50	2.15		

ตาราง 8 (ต่อ)

ทักษะชีวิต	เพศ	N	$\bar{X}$	S.D.	t	p
ด้านการจัดการกับอารมณ์	หญิง	143	20.02	2.49	-.54	.30
	ชาย	147	20.17	2.23		
ด้านการจัดการกับความเครียด	หญิง	143	25.52	1.87	5.85*	.00
	ชาย	147	22.77	1.75		

จากตาราง 8 แสดงให้เห็นว่านิสิตหญิงมีทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพ ความตระหนักในตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการจัดการกับความเครียด สูงกว่านิสิตชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนทักษะชีวิตในด้านอื่นๆไม่แตกต่างกัน

3.3 เปรียบเทียบทักษะชีวิตของนิสิต ซึ่งจำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ที่ว่า นิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีทักษะชีวิตรายด้านสูงกว่านิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

ผลแสดงไว้ในตาราง 9

ตาราง 9 เปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ทักษะชีวิต	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	N	$\bar{X}$	S.D.	t	p
ด้านการตัดสินใจ	สูง	148	14.70	1.57	.73	.24
	ต่ำ	142	14.57	1.51		
ด้านการแก้ปัญหา	สูง	148	10.65	1.54	.08	.47
	ต่ำ	142	10.63	1.61		
ด้านความคิดสร้างสรรค์	สูง	148	11.37	1.75	.66	.26
	ต่ำ	142	11.23	1.84		
ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ	สูง	148	32.93	2.84	-2.08*	.02
	ต่ำ	142	34.23	2.46		
ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ	สูง	148	17.39	1.99	1.04	.15
	ต่ำ	142	17.15	1.99		
ด้านการสร้างสัมพันธภาพ	สูง	148	15.71	1.94	-.54	.30
	ต่ำ	142	15.82	1.66		
ด้านความตระหนักในตนเอง	สูง	148	21.24	2.49	.61	.27
	ต่ำ	142	21.07	2.34		

ตาราง 9 (ต่อ)

ทักษะชีวิต	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	N	$\bar{X}$	S.D.	t	p
ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	สูง	148	17.83	1.92	-.60	.28
	ต่ำ	142	17.98	2.28		
ด้านการจัดการกับอารมณ์	สูง	148	20.03	2.34	-.46	.33
	ต่ำ	142	20.16	2.39		
ด้านการจัดการกับความเครียด	สูง	148	24.52	1.85	2.42*	.01
	ต่ำ	142	23.44	1.94		

จากตาราง 9 แสดงให้เห็นว่านิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมี
วิจารณญาณ และการจัดการกับความเครียดสูงกว่านิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำอย่างมีนัยสำคัญทาง
สถิติที่ระดับ .05 ส่วนทักษะชีวิตในด้านอื่นๆไม่แตกต่างกัน

3.4 เปรียบเทียบทักษะชีวิตของนิสิต ซึ่งจำแนกตามคณะวิชา เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 4 ที่ว่า
นิสิตที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาสายวิทยาศาสตร์และคณะวิชาสายสังคมศาสตร์มีทักษะชีวิตรายด้านแตกต่างกัน
ผลแสดงไว้ในตาราง 10

ตาราง 10 เปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 จำแนกตามคณะวิชา

ทักษะชีวิต	คณะวิชา	N	$\bar{X}$	S.D.	t	p
ด้านการตัดสินใจ	สายวิทยาศาสตร์	128	14.89	1.62	2.51*	.01
	สายสังคมศาสตร์	162	14.44	1.44		
ด้านการแก้ปัญหา	สายวิทยาศาสตร์	128	10.86	1.67	2.11*	.04
	สายสังคมศาสตร์	162	10.47	1.48		
ด้านความคิดสร้างสรรค์	สายวิทยาศาสตร์	128	11.62	1.68	2.69*	.01
	สายสังคมศาสตร์	162	11.06	1.83		
ด้านการคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ	สายวิทยาศาสตร์	128	32.69	2.14	-2.38*	.02
	สายสังคมศาสตร์	162	34.26	3.19		
ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ	สายวิทยาศาสตร์	128	17.18	1.92	-.70	.48
	สายสังคมศาสตร์	162	17.35	2.05		
ด้านการสร้างสัมพันธภาพ	สายวิทยาศาสตร์	128	15.40	1.79	-3.12*	.00
	สายสังคมศาสตร์	162	16.06	1.77		
ด้านความตระหนักในตนเอง	สายวิทยาศาสตร์	128	21.20	2.39	.23	.82
	สายสังคมศาสตร์	162	21.13	2.43		
ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	สายวิทยาศาสตร์	128	17.51	2.07	-2.89*	.00
	สายสังคมศาสตร์	162	18.22	2.08		

ตาราง 10 (ต่อ)

ทักษะชีวิต	คณะวิชา	N	$\bar{X}$	S.D.	t	p
ด้านการจัดการกับอารมณ์	สายวิทยาศาสตร์	128	20.32	2.05	1.44	.15
	สายสังคมศาสตร์	162	19.92	2.57		
ด้านการจัดการกับความเครียด	สายวิทยาศาสตร์	128	23.38	1.94	-2.44*	.02
	สายสังคมศาสตร์	162	24.48	1.84		

จากตาราง 10 แสดงให้เห็นว่านิสิตที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาสายวิทยาศาสตร์และคณะวิชาสายสังคมศาสตร์มีทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ การแก้ปัญหา ความคิดสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสร้างสัมพันธภาพ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการจัดการกับความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนิสิตสายวิทยาศาสตร์มีทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ การแก้ปัญหา และความคิดสร้างสรรค์สูงกว่านิสิตสายสังคมศาสตร์ และนิสิตสายสังคมศาสตร์มีทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสร้างสัมพันธภาพ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการจัดการกับความเครียดสูงกว่านิสิตสายวิทยาศาสตร์

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของ
นิสิต

ผลแสดงไว้ในตาราง 11

ตาราง 11 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1

ทักษะ ชีวิต	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10
L1	1.00	.327*	.250*	.065	.312*	.106	.361*	.151*	.253*	.166*
L2		1.00	.223*	.161*	.414*	.056	.350*	.146*	.340*	.071
L3			1.00	.015	.208*	.104	.390*	.079	.207*	-.059
L4				1.00	.185*	.133*	.139*	.062	.124*	.030
L5					1.00	.276*	.417*	.285*	.353*	.299*
L6						1.00	.304*	.447*	.247*	.392*
L7							1.00	.267*	.328*	.308*
L8								1.00	.233*	.315*
L9									1.00	.276*
L10										1.00

จากตาราง 11 แสดงให้เห็นว่าทักษะชีวิตในแต่ละด้าน ส่วนใหญ่ต่างก็มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัย
สำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังต่อไปนี้

1. การตัดสินใจ (L1) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) และการสร้างสัมพันธภาพ (L6)
2. การแก้ปัญหา (L2) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการสร้างสัมพันธภาพ (L6) และการจัดการกับความเครียด (L10)
3. ความคิดสร้างสรรค์ (L3) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ (L1) การแก้ปัญหา (L2) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์ (L9)
4. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (L2) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์ (L9)
5. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์ (L9) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน
6. การสร้างสัมพันธภาพ (L6) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการตัดสินใจ (L1) การแก้ปัญหา (L2) และความคิดสร้างสรรค์ (L3)
7. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นความคิดสร้างสรรค์ (L3) และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)
8. การจัดการกับความเครียด (L10) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการแก้ปัญหา (L2) ความคิดสร้างสรรค์ (L3) และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)

โดยภาพรวมจะพบว่าทักษะชีวิตด้านที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การสร้างสัมพันธภาพ (L6) กับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) รองลงมาคือการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) กับความตระหนักในตนเอง (L7) และการแก้ปัญหา (L2) กับการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ตามลำดับ

ตาราง 12 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อย

ทักษะ										
ชีวิต	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10
L1	1.00	.408*	.303*	.097	.376*	.077	.365*	.069	.277*	.227*
L2		1.00	.232*	.180*	.502*	.051	.358*	.080	.279*	.145
L3			1.00	.057	.265*	.019	.346*	.021	.217*	.006
L4				1.00	.247*	.197*	.146	.098	.224*	-.005
L5					1.00	.096	.382*	.234*	.336*	.272*
L6						1.00	.218*	.414*	.204*	.338*
L7							1.00	.198*	.331*	.350*
L8								1.00	.299*	.303*
L9									1.00	.254*
L10										1.00

จากตาราง 12 แสดงให้เห็นว่าทักษะชีวิตในแต่ละด้าน ส่วนใหญ่ต่างก็มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังต่อไปนี้

1. การตัดสินใจ (L1) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8)
2. การแก้ปัญหา (L2) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการสร้างสัมพันธภาพ (L6) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) และการจัดการกับความเครียด (L10)
3. ความคิดสร้างสรรค์ (L3) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ (L1) การแก้ปัญหา (L2) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์(L9)
4. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (L2) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) และการจัดการกับอารมณ์ (L9)
5. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการสร้างสัมพันธภาพ (L6)
6. การสร้างสัมพันธภาพ (L6) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ(L4) ความตระหนักในตนเอง (L7) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) การจัดการกับอารมณ์(L9) และการจัดการกับความเครียด (L10)
7. ความตระหนักในตนเอง (L7) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ(L4)

8. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) ความตระหนักในตนเอง (L7) การจัดการกับอารมณ์ (L9) และการจัดการกับความเครียด (L10)

9. การจัดการกับอารมณ์ (L9) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน

10. การจัดการกับความเครียด (L10) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการแก้ปัญหา (L2) ความคิดสร้างสรรค์ (L3) และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)

โดยภาพรวมจะพบว่าทักษะชีวิตด้านที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การแก้ปัญหา (L2) กับการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) รองลงมาคือ การสร้างสัมพันธภาพ (L6) กับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) และการตัดสินใจ (L1) กับการแก้ปัญหา (L2) ตามลำดับ

ตาราง 13 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมาก

ทักษะชีวิต	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10
L1	1.00	.186*	.151	.093	.168	.034	.306*	.127	.164	.011
L2		1.00	.218*	.167	.303*	.060	.348*	.217*	.416*	-.024
L3			1.00	-.013	.128	.139	.409*	.106	.181*	-.150
L4				1.00	.155	.139	.163	.137	.002	.132
L5					1.00	.423*	.444*	.288*	.358*	.288*
L6						1.00	.362*	.399*	.281*	.382*
L7							1.00	.319*	.296*	.241*
L8								1.00	.127	.214*
L9									1.00	.298*
L10										1.00

จากตาราง 13 แสดงให้เห็นว่าทักษะชีวิตในแต่ละด้าน ส่วนใหญ่ต่างก็มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังต่อไปนี้

1. การตัดสินใจ (L1) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (L2) และความตระหนักในตนเอง (L7)
2. การแก้ปัญหา (L2) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ (L1) ความคิดสร้างสรรค์ (L3) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) และการจัดการกับอารมณ์(L9)
3. ความคิดสร้างสรรค์ (L3) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (L2) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์(L9)
4. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) ไม่มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านใดเลย
5. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (L2) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) ความตระหนักในตนเอง (L7) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) การจัดการกับอารมณ์ (L9) และการจัดการกับความเครียด (L10)
6. การสร้างสัมพันธภาพ (L6) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) การจัดการกับอารมณ์(L9) และการจัดการกับความเครียด (L10)
7. ความตระหนักในตนเอง (L7) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)
8. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (L2) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับความเครียด (L10)

9. การจัดการกับอารมณ์ (L9) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการตัดสินใจ (L1) ความคิดสร้างสรรค์ (L3) และความตระหนักในตนเอง (L7)

10. การจัดการกับความเครียด (L10) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) ความตระหนักในตนเอง (L7) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) และการจัดการกับอารมณ์ (L9)

โดยภาพรวมจะพบว่าทักษะชีวิตด้านที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) กับความตระหนักในตนเอง (L7) รองลงมาคือ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) กับการสร้างสัมพันธภาพ (L6) และการแก้ปัญหา (L2) กับการจัดการกับอารมณ์ (L9) ตามลำดับ

ตาราง 14 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชาย

ทักษะชีวิต	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10
L1	1.00	.383*	.312*	.110	.371*	.128	.403*	.160	.265*	.233*
L2		1.00	.234*	.208*	.471*	.113	.366*	.197*	.348*	.124
L3			1.00	.102	.148	.170*	.403*	.203*	.221*	.017
L4				1.00	.277*	.216*	.244*	.105	.168*	.031
L5					1.00	.181*	.380*	.216*	.280*	.198*
L6						1.00	.333*	.411*	.418*	.351*
L7							1.00	.351*	.455*	.369*
L8								1.00	.217*	.241*
L9									1.00	.365*
L10										1.00

จากตาราง 14 แสดงให้เห็นว่าทักษะชีวิตในแต่ละด้าน ส่วนใหญ่ต่างก็มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังต่อไปนี้

1. การตัดสินใจ (L1) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8)
2. การแก้ปัญหา (L2) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการสร้างสัมพันธภาพ (L6) และการจัดการกับความเครียด (L10)
3. ความคิดสร้างสรรค์ (L3) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) และการจัดการกับความเครียด (L10)
4. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (L2) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์ (L9)
5. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นความคิดสร้างสรรค์ (L3)
6. การสร้างสัมพันธภาพ (L6) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการตัดสินใจ (L1) และการแก้ปัญหา (L2)
7. ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์ (L9) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน
8. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการตัดสินใจ (L1) และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)
10. การจัดการกับความเครียด (L10) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการแก้ปัญหา (L2) ความคิดสร้างสรรค์ (L3) และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)

โดยภาพรวมจะพบว่าทักษะชีวิตด้านที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การแก้ปัญหา (L2) กับการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) รองลงมาคือ ความตระหนักในตนเอง (L7) กับการจัดการกับอารมณ์ (L9)

และการสร้างสัมพันธภาพ (L6) กับการจัดการกับอารมณ์(L9) ตามลำดับ

ตาราง 15 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตหญิง

ทักษะชีวิต	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10
L1	1.00	.252*	.212*	.003	.230*	.028	.284*	.084	.259*	.017
L2		1.00	.222*	.091	.342*	-.045	.314*	.056	.344*	-.029
L3			1.00	-.080	.285*	.052	.401*	-.040	.193*	-.105
L4				1.00	.074	.019	-.016	-.010	.085	-.002
L5					1.00	.349*	.448*	.331*	.430*	.356*
L6						1.00	.228*	.448*	.100	.370*
L7							1.00	.108	.210*	.186*
L8								1.00	.273*	.306*
L9									1.00	.250*
L10										1.00

จากตาราง 15 แสดงให้เห็นว่าทักษะชีวิตในแต่ละด้าน ส่วนใหญ่ต่างก็มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังต่อไปนี้

1. การตัดสินใจ (L1) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (L2) ความคิดสร้างสรรค์ (L3) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์(L9)
2. การแก้ปัญหา (L2) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ (L1) ความคิดสร้างสรรค์ (L3) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์(L9)
3. ความคิดสร้างสรรค์ (L3) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ (L1) การแก้ปัญหา (L2) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์(L9)
4. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) ไม่มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านใดเลย
5. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)
6. การสร้างสัมพันธภาพ (L6) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) และการจัดการกับความเครียด (L10)
7. ความตระหนักในตนเอง (L7) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8)
8. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) การจัดการกับอารมณ์(L9) และการจัดการกับความเครียด (L10)
9. การจัดการกับอารมณ์(L9) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) และการสร้างสัมพันธภาพ (L6)
10. การจัดการกับความเครียด (L10) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) ความตระหนักในตนเอง (L7) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

(L8) และการจัดการกับอารมณ์ (L9)

โดยภาพรวมจะพบว่าทักษะชีวิตด้านที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) กับความตระหนักในตนเอง (L7) และการสร้างสัมพันธภาพ (L6) กับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) รองลงมาคือการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) กับการจัดการกับอารมณ์ (L9)

ตาราง 16 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

ทักษะชีวิต	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10
L1	1.00	.301*	.329*	.022	.320*	.097	.339*	.152	.225*	.130
L2		1.00	.270*	.121	.390*	.100	.439*	.127	.372*	.038
L3			1.00	-.041	.238*	.072	.418*	.228*	.278*	-.070
L4				1.00	.197*	.123	.097	.071	.028	.039
L5					1.00	.287*	.377*	.254*	.303*	.251*
L6						1.00	.299*	.412*	.324*	.369*
L7							1.00	.317*	.398*	.325*
L8								1.00	.267*	.148
L9									1.00	.278*
L10										1.00

จากตาราง 16 แสดงให้เห็นว่าทักษะชีวิตในแต่ละด้าน ส่วนใหญ่ต่างก็มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังต่อไปนี้

- 1. การตัดสินใจ (L1) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (L2) ความคิดสร้างสรรค์ (L3) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์(L9)
- 2. การแก้ปัญหา (L2) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ (L1) ความคิดสร้างสรรค์ (L3) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์(L9)
- 3. ความคิดสร้างสรรค์ (L3) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) และการจัดการกับความเครียด (L10)
- 4. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) ไม่มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านใดเลย ยกเว้นการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5)
- 5. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน
- 6. การสร้างสัมพันธภาพ (L6) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) และการจัดการกับอารมณ์(L9) และการจัดการกับความเครียด (L10)
- 7. ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์ (L9) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)
- 8. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ (L3) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์ (L9)
- 9. การจัดการกับความเครียด (L10) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์ (L9)

โดยภาพรวมจะพบว่าทักษะชีวิตด้านที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การแก้ปัญหา (L2) กับความตระหนักในตนเอง (L7) รองลงมาคือ ความคิดสร้างสรรค์ (L3) กับความตระหนักในตนเอง (L7) และการสร้างสัมพันธภาพ (L6) กับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) ตามลำดับ

ตาราง 17 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง

ทักษะชีวิต										
ชีวิต	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10
L1	1.00	.353*	.171*	.112	.302*	.117	.378*	.155	.283*	.193*
L2		1.00	.174*	.202*	.440*	.018	.267*	.170*	.307*	.106
L3			1.00	.078	.174*	.135	.364*	-.097	.136	-.059
L4				1.00	.192*	.138	.185*	.049	.205*	.056
L5					1.00	.273*	.452*	.329*	.407*	.366*
L6						1.00	.311*	.493*	.184*	.432*
L7							1.00	.219*	.266*	.289*
L8								1.00	.193*	.533*
L9									1.00	.288*
L10										1.00

จากตาราง 17 แสดงให้เห็นว่าทักษะชีวิตในแต่ละด้าน ส่วนใหญ่ต่างก็มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังต่อไปนี้

1. การตัดสินใจ (L1) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8)
2. การแก้ปัญหา (L2) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการสร้างสัมพันธภาพ (L6) และการจัดการกับความเครียด (L10)
3. ความคิดสร้างสรรค์ (L3) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (L2) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) และความตระหนักในตนเอง (L7)
4. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (L2) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) และความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์ (L9)
5. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) และความตระหนักในตนเอง (L7) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน
6. การสร้างสัมพันธภาพ (L6) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) การจัดการกับอารมณ์ (L9) และการจัดการกับความเครียด (L10)
7. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการตัดสินใจ (L1) ความคิดสร้างสรรค์ (L3) และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)

8. การจัดการกับอารมณ์ (L9) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นความคิดสร้างสรรค์ (L3)

9. การจัดการกับความเครียด (L10) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการแก้ปัญหา (L2) ความคิดสร้างสรรค์ (L3) และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)

โดยภาพรวมจะพบว่าทักษะชีวิตด้านที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) กับการจัดการกับความเครียด (L10) รองลงมาคือ การสร้างสัมพันธภาพ (L6) กับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) และการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) กับความตระหนักในตนเอง (L7) ตามลำดับ

ตาราง 18 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตสายวิทยาศาสตร์

ทักษะชีวิต	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10
L1	1.00	.351*	.126	.119	.148	.145	.352*	.144	.200*	.225*
L2		1.00	.079	.238*	.374*	-.005	.207*	.101	.233*	.082
L3			1.00	.027	.131	-.053	.235*	.029	.029	-.058
L4				1.00	.212*	.195*	.189*	.071	.136	.172
L5					1.00	.303*	.421*	.261*	.359*	.304*
L6						1.00	.256*	.479*	.254*	.380*
L7							1.00	.198*	.307*	.345*
L8								1.00	.353*	.314*
L9									1.00	.415*
L10										1.00

จากตาราง 18 แสดงให้เห็นว่าทักษะชีวิตในแต่ละด้าน ส่วนใหญ่ต่างก็มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังต่อไปนี้

1. การตัดสินใจ (L1) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (L2) ความตระหนักในตนเอง (L7) การจัดการกับอารมณ์ (L9) และการจัดการกับความเครียด (L10)
2. การแก้ปัญหา (L2) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์ (L9)
3. ความคิดสร้างสรรค์ (L3) ไม่มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านใดเลย ยกเว้นความตระหนักในตนเอง (L7)
4. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (L2) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) และความตระหนักในตนเอง (L7)
5. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการตัดสินใจ (L1) และความคิดสร้างสรรค์ (L3)
6. การสร้างสัมพันธภาพ (L6) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการตัดสินใจ (L1) การแก้ปัญหา (L2) และความคิดสร้างสรรค์ (L3)
7. ความตระหนักในตนเอง (L7) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน
8. ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) การสร้างสัมพันธภาพ (L6) และความตระหนักในตนเอง (L7) การจัดการกับอารมณ์ (L9) และการจัดการกับความเครียด (L10)
9. การจัดการกับอารมณ์ (L9) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นความคิดสร้างสรรค์ (L3) และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)
10. การจัดการกับความเครียด (L10) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการแก้ปัญหา (L2) ความคิดสร้างสรรค์ (L3) และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)

โดยภาพรวมจะพบว่าทักษะชีวิตด้านที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การสร้างสัมพันธภาพ (L6) กับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) รองลงมาคือ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) กับความตระหนักในตนเอง (L7) และการจัดการกับอารมณ์ (L9) กับการจัดการกับความเครียด (L10) ตามลำดับ

ตาราง 19 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตสายสังคมศาสตร์

ทักษะ										
ชีวิต	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	L8	L9	L10
L1	1.00	.279*	.322*	.057	.469*	.129	.374*	.212*	.282*	.164*
L2		1.00	.317*	.111	.468*	.156*	.479*	.234*	.413*	.098
L3			1.00	.053	.276*	.275*	.506*	.165*	.296*	-.023
L4				1.00	.158*	.010	.101	.001	.154	.169*
L5					1.00	.251*	.417*	.298*	.359*	.290*
L6						1.00	.356*	.391*	.279*	.374*
L7							1.00	.330*	.343*	.289*
L8								1.00	.190*	.288*
L9									1.00	.220*
L10										1.00

จากตาราง 19 แสดงให้เห็นว่าทักษะชีวิตในแต่ละด้าน ส่วนใหญ่ต่างก็มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังต่อไปนี้

- 1. การตัดสินใจ (L1) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) และการสร้างสัมพันธภาพ (L6)
- 2. การแก้ปัญหา (L2) และความคิดสร้างสรรค์ (L3) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) และการจัดการกับความเครียด (L10)
- 3. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4) ไม่มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านใดเลย ยกเว้นประสิทธิภาพ (L5) และการจัดการกับความเครียด (L10)
- 4. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน
- 5. การสร้างสัมพันธภาพ (L6) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการตัดสินใจ (L1) และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)
- 6. ความตระหนักในตนเอง (L7) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) และการจัดการกับอารมณ์ (L9) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (L4)
- 7. การจัดการกับความเครียด (L10) มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการแก้ปัญหา (L2) และความคิดสร้างสรรค์ (L3)

โดยภาพรวมจะพบว่าทักษะชีวิตด้านที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ ความคิดสร้างสรรค์ (L3) กับความตระหนักในตนเอง (L7) รองลงมาคือ การแก้ปัญหา (L2) กับความตระหนักในตนเอง (L7) และการตัดสินใจ (L1) กับการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ตามลำดับ

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับทักษะชีวิตของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร โดยจำแนกตามตัวแปรด้านแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และคณะวิชา ซึ่งสรุปขั้นตอนและผลการวิจัยได้ ดังนี้

ความมุ่งหมายของวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตรที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวแตกต่างกัน
3. เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตรที่มีปัจจัยทางชีวสังคมแตกต่างกัน
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

สมมติฐานในการวิจัย

1. นิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมากมีทักษะชีวิตรายด้านสูงกว่านิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อย
2. นิสิตหญิงมีทักษะชีวิตรายด้านสูงกว่านิสิตชาย
3. นิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีทักษะชีวิตรายด้านสูงกว่านิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ
4. นิสิตที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาสายวิทยาศาสตร์และคณะวิชาสายสังคมศาสตร์มีทักษะชีวิตรายด้านแตกต่างกัน
5. ทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตมีความสัมพันธ์กัน

วิธีการดำเนินการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่าง
กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร จำนวน 290 คน ซึ่งได้มาโดยใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
 - 2.1 แบบสอบถามปัจจัยทางชีวสังคม เป็นแบบสอบถามให้เลือกตอบเกี่ยวกับเพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และคณะวิชา
 - 2.2 แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามของเสาวลักษณ์ พิพัฒนาเวชกิจ (2539) มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ จำนวน 16 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 1.79 ถึง 4.73 ได้ค่าความเชื่อมั่น .9293 ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาหาค่าความเชื่อมั่นอีกครั้งได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .4188

2.3 แบบสอบถามทักษะชีวิต เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ จำนวน 52 ข้อ ยกเว้นแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ซึ่งได้ดัดแปลงมาจากแบบสอบถามที่วิทยาลัย อรรถยุกติ (2543) สร้างขึ้น มีลักษณะเป็นข้อคำถามเลือกตอบ จำนวน 10 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 3.50 ถึง 9.52 ได้ค่าความเชื่อมั่น .6580 ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาหาค่าความเชื่อมั่นอีกครั้งได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .7992 ส่วนแบบสอบถามทักษะชีวิตอีก 9 ด้านมีค่าอำนาจจำแนกรายข้อในแต่ละด้าน ดังนี้ แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ จำนวน 5 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 1.75 ถึง 3.33 ได้ค่าความเชื่อมั่น .8103 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา จำนวน 4 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 2.50 ถึง 3.87 มีค่าความเชื่อมั่น .5217 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ จำนวน 4 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 2.61 ถึง 3.13 มีค่าความเชื่อมั่น .6882 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ จำนวน 6 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 1.83 ถึง 2.71 มีค่าความเชื่อมั่น .6771 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพ จำนวน 5 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 1.79 ถึง 2.29 มีค่าความเชื่อมั่น .8547 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความตระหนักในตนเอง จำนวน 7 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 1.78 ถึง 2.61 มีค่าความเชื่อมั่น .3885 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จำนวน 6 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 1.78 ถึง 3.57 มีค่าความเชื่อมั่น .6438 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์ จำนวน 7 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 1.82 ถึง 3.75 มีค่าความเชื่อมั่น .7992 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการจัดการกับความเครียด จำนวน 8 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกรายข้อระหว่าง 1.75 ถึง 2.38 มีค่าความเชื่อมั่น .6993

3. วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามทั้ง 3 ฉบับ ไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง

3.2 ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ในการตอบแบบสอบถามทุกฉบับ แล้วให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด และนำมาวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ในการวิเคราะห์ค่าสถิติเพื่อตอบคำถามการวิจัย โดยมีขั้นตอนในการวิเคราะห์ ดังนี้

4.1 หาระดับทักษะชีวิตรายด้านโดยใช้ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

4.2 เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม โดยใช้ t-test เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 1, 2, 3 และ 4

4.3 หาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้าน โดยใช้ Pearson Product-Moment Coefficient of Correlation เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 5

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยสรุปได้ ดังนี้

1. การหาระดับทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตของนิสิตชั้นปีที่ 1 ทั้งโดยรวม และกลุ่มย่อยซึ่งจำแนกตามตัวแปรด้านแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และคณะวิชา ตามลำดับ ผลการศึกษาพบว่า นิสิตชั้นปีที่ 1 ทั้งโดยรวมและกลุ่มย่อยมีทักษะชีวิตอยู่ในระดับสูง ยกเว้นทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา และด้านความคิดสร้างสรรค์ที่อยู่ในระดับปานกลาง

2. การเปรียบเทียบทักษะชีวิตของนิสิตชั้นปีที่ 1 โดยจำแนกตามตัวแปรด้านแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และคณะวิชา ตามลำดับ

2.1 นิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมากมีทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพ ความตระหนักในตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการจัดการกับความเครียดสูงกว่านิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนทักษะชีวิตในด้านอื่นๆไม่แตกต่างกัน

2.2 นิสิตหญิงมีทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพ ความตระหนักในตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการจัดการกับความเครียดสูงกว่านิสิตชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนทักษะชีวิตในด้านอื่นๆไม่แตกต่างกัน

2.3 นิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการจัดการกับความเครียดสูงกว่านิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนทักษะชีวิตในด้านอื่นๆไม่แตกต่างกัน

2.4 นิสิตที่ศึกษาอยู่ในคณะวิทยาศาสตร์และคณะวิทยาศาสตร์มีทักษะชีวิตแตกต่างกันในด้านการตัดสินใจ การแก้ปัญหา ความคิดสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสร้างสัมพันธภาพ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการจัดการกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนิสิตสายวิทยาศาสตร์มีทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ การแก้ปัญหา และความคิดสร้างสรรค์สูงกว่านิสิตสายสังคมศาสตร์ และนิสิตสายสังคมศาสตร์มีทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การสร้างสัมพันธภาพ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และการจัดการกับความเครียดสูงกว่านิสิตสายวิทยาศาสตร์

3. การหาความสัมพันธ์ระหว่างทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 ผลการศึกษาพบว่า ทักษะชีวิตในแต่ละด้านต่างก็มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังต่อไปนี้

3.1 การตัดสินใจมีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการสร้างสัมพันธภาพ

3.2 การแก้ปัญหามีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการสร้างสัมพันธภาพ และการจัดการกับความเครียด

3.3 ความคิดสร้างสรรค์มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ การแก้ปัญหา การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ความตระหนักในตนเอง และการจัดการกับอารมณ์

3.4 การคิดอย่างมีวิจารณญาณมีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพ ความตระหนักในตนเอง และการจัดการกับอารมณ์

3.5 การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ความตระหนักในตนเอง และการจัดการกับอารมณ์มีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน

3.6 การสร้างสัมพันธภาพมีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการตัดสินใจ การแก้ปัญหา และความคิดสร้างสรรค์

3.7 ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นความคิดสร้างสรรค์ และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

3.8 การจัดการกับความเครียดมีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิตทุกด้าน ยกเว้นการแก้ปัญหาคิดสร้างสรรค์ และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

โดยภาพรวมจะพบว่าทักษะชีวิตด้านที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การสร้างสัมพันธภาพ (L6) กับความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (L8) รองลงมาคือ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) กับความตระหนักในตนเอง (L7) และการแก้ปัญหา (L2) กับการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (L5) ตามลำดับ

อภิปรายผล

จากการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับทักษะชีวิตของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ผู้วิจัยแยกอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ ดังนี้

1. ระดับทักษะชีวิตรายด้านของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ผลการศึกษาพบว่า นิสิตมีทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ด้านการสร้างสัมพันธภาพ ด้านความตระหนักในตนเอง ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ด้านการจัดการกับอารมณ์ และด้านการจัดการกับความเครียด อยู่ในระดับสูง ส่วนทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา และด้านความคิดสร้างสรรค์ อยู่ในระดับปานกลางทั้งในกลุ่มรวมและกลุ่มย่อยซึ่งแยกตามตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว เพศ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และคณะวิชา

ผลที่ได้เช่นนี้ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากค่านิยมในสังคมที่ถือว่า นิสิตที่สอบเข้าเรียนในระดับอุดมศึกษาได้นั้น เป็นบุคคลที่มีความสามารถเป็นที่ยอมรับและได้รับความเชื่อถือจากบุคคลรอบข้าง ไม่ว่าจะเป็นบิดา มารดา เพื่อน และบุคคลสำคัญของตนส่งผลให้นิสิตเกิดความรู้สึกชื่นชมในความสามารถของตนเองอันเป็นการส่งเสริมพัฒนาการของตนเองอีกระดับหนึ่ง (ภานิดา ภูโตนา. 2539) ผู้วิจัยจะได้แยกอภิปรายทักษะชีวิตเป็นรายด้าน ดังนี้

ทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ ด้านการแก้ปัญหา ด้านความคิดสร้างสรรค์ และด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการวัดความสามารถทางพุทธิปัญญา (Cognitive Domain) ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ทางปัญญาของคนไทยมีลักษณะที่สอนให้จำมากกว่าสอนให้คิดเป็น และการเรียนรู้ของนักเรียนนักศึกษาไทยส่วนใหญ่ผ่านทางโรงเรียน ซึ่งจะทำให้เด็กเอาความรู้ต่างๆมาจดจำเพื่อนำไปใช้โดยไม่ได้ผ่านกระบวนการคิดวิเคราะห์ (อุทุมพร จามรมาน. 2538) แต่ในปัจจุบันกระทรวงศึกษาธิการได้มีนโยบายปฏิรูปการศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ซึ่งได้เริ่มใช้แล้ว รวมถึงแนวทางการเรียนรู้ตลอดชีวิตที่ได้เริ่มให้ศึกษาไปพอสมควร เหตุผลเหล่านี้จึงน่าจะมีส่วนทำให้นิสิตมีระดับทักษะชีวิตรายด้านเหล่านี้อยู่ในระดับสูงและปานกลาง

ทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ด้านการสร้างสัมพันธภาพ ด้านความตระหนักในตนเอง และด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น พบว่านิสิตมีคะแนนทักษะชีวิตรายด้านเหล่านี้อยู่ในระดับสูง ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการค้นหาตัวเองและกระตือรือร้นต่อการเรียนรู้ในโลกกว้าง จึงต้องปรับตัวให้เข้ากับสังคม ซึ่งสอดคล้องกับที่ ยุวดี เทียรชมประสิทธิ์ (2536 : 42 - 43) กล่าวว่า พัฒนาการทางสังคมของวัยรุ่นจะเป็นวัยที่มีความเข้าใจในตนเองและผู้อื่นได้มากขึ้น เข้าใจอกกับกิริยา และการแสดงออกของผู้อื่นได้อย่างรวดเร็ว มีความสามารถในการติดต่อสื่อสารให้ผู้อื่นรับรู้และเข้าใจความคิดของตนได้ มีทักษะทางภาษาเพิ่มขึ้น รู้จักสรุปใจความสำคัญ แสดงความคิดเห็น และความเชื่อถือของตนเองให้ผู้อื่นเข้าใจได้ รู้จักส่วนรวมมากขึ้นในการติดต่อกับผู้อื่น รู้จักรับฟังและมีสมาธิในการฟังมากขึ้น

ทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์ และด้านการจัดการกับความเครียด พบว่านิสิตมีคะแนนทักษะชีวิตรายด้านเหล่านี้อยู่ในระดับสูง ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากค่านิยมในสังคมต่อนิสิตที่สอบเข้าเรียนในมหาวิทยาลัยได้ซึ่งจะเกิดการคิดวิเคราะห์เองของนิสิตประการหนึ่ง และอีกประการหนึ่งอาจจะเกิดจากพื้นฐานทางครอบครัวของนิสิตเอง ดังที่ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2541) กล่าวว่า สำหรับการปรับตัวทางอารมณ์ เด็กต้องการความเข้าใจจากผู้ใหญ่เป็นอย่างมาก ถ้าพ่อแม่วางตัวเป็นแบบอย่างที่ดีกับลูก มีลักษณะท่าทียืดหยุ่นแต่มั่นคง มีความเข้าใจในตัวลูก ให้ความเป็นกันเอง พร้อมทั้งจะรับฟังปัญหา เด็กจะมีการปรับตัวทางอารมณ์ที่ดีขึ้น ไม่เฉพาะแต่การปรับตัวด้านอารมณ์เท่านั้น ยังรวมถึงการปรับตัวในทุกๆด้าน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุชา จันท์เอม และสุรางค์ จันท์เอม (2529 : 156 - 157) ได้ทำการศึกษาพบว่าเด็กที่เติบโตมาจากครอบครัวที่ขาดความสมบูรณ์ ขาดแรงสนับสนุนจากครอบครัว จะทำให้เด็กขาดความ

รัก ความอบอุ่น และความเข้าใจ เมื่อโตขึ้นอาจจะประสบปัญหาด้านการปรับตัว และการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

2. การเปรียบเทียบทักษะชีวิตระหว่างนิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อยกับนิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมาก

ผลการศึกษาพบว่า นิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมากมีทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ด้านการสร้างสัมพันธภาพ ด้านความตระหนักในตนเอง ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และด้านการจัดการกับความเครียดสูงกว่านิสิตที่ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อภิปรายได้ว่า การที่นิสิตมีความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัว ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวอย่างเหมาะสม จะทำให้เด็กมีโอกาสได้ฝึกฝนหรือพัฒนาทักษะชีวิตด้านต่างๆของตนได้มากกว่านิสิตที่มีความสัมพันธ์ที่ไม่ค่อยดีกับครอบครัว ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวน้อย ดังที่ ยูวดี เทียมชมประสิทธิ์ (2536 : 115) กล่าวว่า เด็กที่ขาดความสัมพันธ์กับครอบครัวย่อมขาดพื้นฐานอันมั่นคงทางบุคลิกภาพ เพราะบุคลิกภาพที่สมบูรณ์นั้นต้องได้รับการปลูกฝังในวัยเด็ก หากวัยเด็กมีปัญหาในครอบครัวแล้ว พฤติกรรมของเด็กจะแสดงชัดเจนถึงความรุนแรงของปัญหาเพิ่มขึ้นในช่วงวัยรุ่น และยังตรงกับที่ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530 : 176) กล่าวว่า ครอบครัวที่ทั้งบิดา และมารดาเอาใจใส่ต่อบุตร ให้ความช่วยเหลือด้านจิตใจ เช่น ความรัก ความเอื้ออาทร และความช่วยเหลือด้านอื่นๆจะมีความสำคัญต่อพัฒนาการทางสังคม และความสมบูรณ์ต่อบุคลิกภาพของบุตร ซึ่งมีงานวิจัยที่สนับสนุนผลการอภิปรายครั้งนี้ ได้แก่ งานวิจัยของ กรอนลันด์ (พวงสร้อย วรกุล 2522 : 29 ; อ้างอิงจาก Gronlund. 1959) ได้ทำการศึกษาพบว่า เมื่อเด็กเข้าโรงเรียนจนสู่วัยผู้ใหญ่ ประสบการณ์ทางสังคมย่อมกว้างขวางไปตามลำดับ หากทุกสิ่งได้พัฒนาไปตามปกติ กล่าวคือ ครอบครัวได้ให้การเอาใจใส่ดูแลอย่างดีแล้ว เด็กก็จะแสดงพฤติกรรมและปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมในการสร้างสัมพันธ์กับเพื่อน ทำให้เด็กมีความสุขซึ่งจะทำให้เด็กมีความปรารถนาที่จะมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นเพิ่มขึ้น และมีทัศนคติที่ดีต่อคนทั่วไป เมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่จะสามารถมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี และงานวิจัยของ ลาคคอฟี (Lackovi. 1996 : 705) ได้ทำการศึกษาพบว่า การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากพ่อแม่ และคู่สมรสจะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้ว่างงาน รวมถึงงานวิจัยของ คาเวน (Caven. 1959 : 136 - 146) ได้ทำการศึกษาพบว่า ครอบครัวเป็นแหล่งที่มาของแรงสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญ ในช่วงที่สมาชิกในครอบครัวพบกับเหตุการณ์วิกฤต โดยครอบครัวจะให้ความช่วยเหลือทางการเงิน ให้กำลังใจ ให้ความสนับสนุนทางอารมณ์ ทำให้บุคคลสามารถจัดการกับเหตุการณ์วิกฤต และความเครียดก็จะน้อยลง ส่วนงานวิจัยทางด้านการตัดสินใจกับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณกับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพกับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว และด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นกับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว ผู้วิจัยยังไม่พบว่ามีผู้ใดศึกษา

ส่วนทักษะชีวิตในด้านอื่นๆที่ไม่แตกต่างกัน ได้แก่ ทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา ด้านความคิดสร้างสรรค์ และด้านการจัดการกับอารมณ์ อภิปรายได้ว่า ทักษะรายด้านเหล่านี้ นิสิตจะใช้ความสามารถทางปัญญา และศักยภาพที่ตนมีอยู่มากกว่า โดยที่อาจจะไม่เกี่ยวกับการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมากหรือน้อย ดังที่ สุพัฒน์ วีระเวชเจริญชัย (2540 : 84 - 93) สรุปว่า แม้สิ่งแวดล้อมในด้านสัมพันธภาพของครอบครัวจะดี ก็ยังไม่สามารถจะประกันได้ว่าสมาชิกในครอบครัวนั้นจะปลอดภัยจากการติดยาเสพติดได้ ส่วนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยยังไม่พบว่ามีผู้ใดศึกษา

3. การเปรียบเทียบทักษะชีวิตระหว่างนิสิตที่มีปัจจัยทางชีวสังคมแตกต่างกัน

3.1 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตระหว่างนิสิตชายกับนิสิตหญิง

ผลการศึกษาพบว่า นิสิตหญิงมีทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ด้านการสร้างสัมพันธภาพ ด้านความตระหนักในตนเอง ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และด้านการจัดการกับความเครียดสูงกว่านิสิตชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อภิปรายได้ว่า ทักษะชีวิตในด้านต่าง ๆ เหล่านี้ที่นิสิตหญิงมีสูงกว่านิสิตชาย เริ่มที่ด้านความตระหนักในตนเอง เนื่องจากโดยปกติในสังคมไทยเพศชายมักจะมีความตระหนักในตนเองหรือความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าเพศหญิง ทั้งจากการอบรมเลี้ยงดูและการถ่ายทอดทางวัฒนธรรม รวมถึงการกำหนดบทบาททางสังคม แต่ในครั้งนี้นักงานวิจัยมีผลพบว่า นิสิตหญิงมีความตระหนักในตนเองสูงกว่านิสิตชายอาจเป็นเพราะการที่สังคมได้พยายามผลักดันให้ผู้หญิงมีสิทธิเท่าเทียมผู้ชายมากขึ้น จึงอาจเป็นปัจจัยหนึ่งในการส่งเสริมความตระหนักในตนเองของผู้หญิง ในด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพและด้านการสร้างสัมพันธภาพน่าจะเป็นผลสืบเนื่องจากการที่สังคมได้เลี้ยงดูเด็กชายและเด็กหญิงที่ต่างกันดังที่กล่าวมาแล้ว จึงทำให้เด็กชายส่วนใหญ่ค่อนข้างมีบทบาทของบิดา มีความเข้มแข็งมากกว่าเด็กหญิง แต่เด็กหญิงจะมีบทบาทของมารดาที่มีความอ่อนโยนมากกว่า ยังอาจรวมถึงวิธีการคิดในด้านการตัดสินใจที่ผู้ชายต้องมีบทบาทการเป็นผู้นำมากกว่า ต้องตัดสินใจเด็ดขาดรวดเร็วจากการคาดหวังของสังคม แต่ผู้หญิงจะคิดอย่างรอบคอบก่อนที่จะตัดสินใจทำสิ่งใดลงไป และด้านการจัดการกับความเครียดวิเคราะห์ได้ว่า เพศชายบางกลุ่มมักหาทางออกการจัดการกับความเครียดโดยมิได้มุ่งแก้ไขปัญหามาแต่จะมุ่งแก้ไขอารมณ์แทน เช่น การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา เป็นต้น ซึ่งจุดนี้เพศหญิงยังไม่ได้การยอมรับจากสังคมในการกระทำพฤติกรรมเช่นนั้นมากนัก จึงน่าจะทำให้เพศหญิงมีการจัดการกับความเครียดที่ดีกว่าเพศชาย สอดคล้องกับที่ ฮิลการ์ด (Hilgard, 1962 : 125 - 126) ได้แบ่งลักษณะความต้องการที่มีอิทธิพลต่อมนุษย์ไว้ 2 ประเภทคือ ความต้องการขั้นปฐมภูมิ หรือความต้องการทางกาย (Primary of Viscerogenic Needs) และความต้องการขั้นทุติยภูมิ หรือความต้องการทางจิต

(secondary of Psychogenic Needs) สามารถสรุปได้ว่า อิทธิพลของแรงจูงใจ แรงกดดันจากสิ่งแวดล้อม และองค์ประกอบภายในของบุคคล โดยเฉพาะองค์ประกอบภายในบุคคล เช่น กระบวนการทำงานของร่างกายระหว่างเพศชายและเพศหญิง มีการเผาผลาญพลังงานในร่างกาย (Metabolism) ในปริมาณที่ต่างกันหรือการกระทำกิจวัตรประจำวัน เพศชายและเพศหญิงมีการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันที่แตกต่างกัน ทำให้กระบวนการทำงานของสมองและร่างกายแตกต่างกันด้วย ซึ่งจะทำให้บุคคลพยายามแสวงหาหนทางที่จะตอบสนองความต้องการของตนเองเพื่อให้เกิดภาวะที่สมดุล (Homeostasis) ดังนั้น กลุ่มตัวอย่างที่นำมาทำการศึกษาวิจัยในครั้งนี้คือ นิสิตชายและนิสิตหญิงชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ถึงแม้ว่าจะมีหน้าที่หรือกิจวัตรที่คล้ายคลึงกันคือ เรียนหรือทำกิจกรรมกลุ่มในเนื้อหาที่ทางมหาวิทยาลัยจัดให้ แต่ความปลื้มป่อยนอกเหนือจากการเรียนแล้ว นิสิตชายและนิสิตหญิงมีกิจวัตรอื่นๆที่แตกต่างกัน โดยเฉพาะการใช้กำลังกาย การแสดงออกในด้านที่เหมาะสมของแต่ละเพศ ตลอดจนกระบวนการคิดที่แตกต่างกันออกไป จึงทำให้การวิจัยครั้งนี้พบว่า นิสิตหญิงมีทักษะชีวิตสูงกว่าเพศชายในบางด้าน และไม่แตกต่างกันในบางด้าน ซึ่งมีงานวิจัยที่สนับสนุนผลการอภิปรายครั้งนี้ ได้แก่ งานวิจัยของ ครอมบี้

(Crombie, 1995 : 8) ได้ทำการศึกษาพบว่า เพศหญิงมีแนวโน้มที่จะให้ความสำคัญกับการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่นๆรอบข้างมากกว่าเพศชาย ทั้งทางด้านภาษาท่าทาง การสื่อสาร รวมถึงการแสดงพฤติกรรมต่างๆ และงานวิจัยของ สมพิศ ไชยกิจ (2536) ได้ทำการศึกษาพบว่า นักเรียนหญิงมีความตระหนักในตนเองสูงกว่านักเรียนชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รวมถึงงานวิจัยของ บอนด์ (Bond, 1969 : 3454) ได้ทำการศึกษาพบว่า นักศึกษาหญิงมีความเห็นอกเห็นใจและช่วยเหลือผู้อื่นมากกว่านักศึกษาชาย

ส่วนงานวิจัยทางด้านการตัดสินใจกับเพศ และด้านการจัดการกับความเครียดกับเพศ ผู้วิจัยยังไม่พบว่าม้งงานวิจัยของผู้ใดสอดคล้องกับผลการวิจัยครั้งนี้

ส่วนทักษะชีวิตในด้านอื่นๆที่ไม่แตกต่างกัน ได้แก่ ด้านการแก้ปัญหา ด้านความคิดสร้างสรรค์ ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และด้านการจัดการกับอารมณ์ อภิปรายได้ว่า การที่นิสิตชายและนิสิตหญิงมีทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา ด้านความคิดสร้างสรรค์ และด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากสังคมไทยในปัจจุบันมีวิถีการดำเนินชีวิตของคนในสังคมเปลี่ยนแปลงไป ชายและหญิงมีโอกาสเรียนรู้ทางสังคม ได้รับสิทธิและการปฏิบัติจากครอบครัวโดยทั่วไปไม่แตกต่างกัน ผู้หญิงไม่ได้ถูกมองว่าด้อยกว่า ทั้งสองเพศเรียนรู้ได้เหมือนกัน ทำให้เกิดการพัฒนาทางศักยภาพของกระบวนการคิด บุคลิกภาพ และวิชาชีพต่างๆได้ไม่แตกต่างกัน ส่วนในด้านการจัดการกับอารมณ์ นิสิตทั้งชายและหญิงก็เคยผ่านกระบวนการเรียนในแต่ละชั้นปีการศึกษามาพอสมควร จึงทำให้เกิดการปรับตัวกับคนรอบข้างและควบคุม จัดการกับอารมณ์ได้อย่างพอเหมาะ ซึ่งมีงานวิจัยที่สนับสนุนผลการอภิปรายครั้งนี้ ได้แก่ งานวิจัยของ นางนุชวรรณวหะ (2514 : 78) ได้ทำการศึกษาพบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีความสามารถในการแก้ปัญหาไม่แตกต่างกัน งานวิจัยของ เฟลด์ฮูเซน (Feldhusen. 1965 : 40 - 45) ได้ทำการศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างความคิดสร้างสรรค์และเพศของนักเรียนระดับเกรด 7 จำนวน 273 คน พบว่าความคิดสร้างสรรค์ด้านความคล่องในการคิดมีความสัมพันธ์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับเพศ และงานวิจัยของ แพทริเซีย (Patricia. 1994 : 505 - 217) ได้ทำการศึกษาพบว่า เมื่อเด็กเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลายแล้ว ความแตกต่างระหว่างเพศจะไม่มีผลต่อพฤติกรรมโดยรวมของเด็กทุกๆด้าน

3.2 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตระหว่างนิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกับนิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง

ผลการศึกษาพบว่า นิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และด้านการจัดการกับความเครียดสูงกว่านิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อภิปรายได้ว่า ในลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคลจะมีขีดจำกัดความสามารถทั่วไป สมรรถภาพที่แตกต่างกันไป แต่พัฒนาการทางสติปัญญาที่ต่างกันก็จะทำให้มีความแตกต่างกันทางพฤติกรรมนั้น โดยเฉพาะบรรดานักเรียนนักศึกษาที่อยู่ในวัยเรียน ถ้าได้ใช้ความรู้ทางการศึกษาพัฒนาศักยภาพที่มีอยู่ ก็น่าจะทำให้เกิดความสำเร็จในการจัดการกับสิ่งต่างๆในชีวิตได้ อันจะนำไปสู่ความสำเร็จในภาคหน้าต่อไป ซึ่งการที่เรามีสติปัญญาก็จะทำให้รู้จักคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผล ลึกซึ้ง และสามารถจัดการกับความเครียดได้โดยใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์ สอดคล้องกับที่ วารินทร์ สายโอบเอื้อ (2522 : 120) กล่าวว่า คนที่มีสติปัญญาสูงย่อมจะเป็นคนที่มีความสามารถปรับตัว เผชิญกับปัญหาต่างๆ และสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งมีงานวิจัยที่สนับสนุนผลการอภิปรายครั้งนี้ ได้แก่ งานวิจัยของ กรอส (Gross. 1987 : 317) ได้ทำการศึกษาพบว่า ความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเกรดเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาพยาบาล และงานวิจัยของ กิล (Gill. 1962 : 144 - 149) ได้ทำการศึกษาพบว่า เด็กที่เรียนดีมีความสามารถในการปรับตัวได้ดีกว่าเด็กที่เรียนไม่เก่ง โดยเฉพาะด้านการจัดการกับความกังวลใจ

ส่วนทักษะชีวิตในด้านอื่นๆที่ไม่แตกต่างกัน ได้แก่ ด้านการตัดสินใจ ด้านการแก้ปัญหา ด้านความคิดสร้างสรรค์ ด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ด้านการสร้างสัมพันธภาพ ด้านความตระหนักในตนเอง ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และด้านการจัดการกับอารมณ์ อภิปรายได้ว่า การที่นิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและนิสิตที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำมีทักษะชีวิตด้านเหล่านี้ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก สังคมปัจจุบันนี้มีปัญหาต่างๆมากมายที่ทำให้เด็กต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพปัญหาต่างๆซึ่งเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งในด้านการเมือง เศรษฐกิจ การปกครอง และสังคม เช่น สภาพครอบครัวในปัจจุบัน พ่อแม่ต้องออกไปทำงานนอกบ้าน จึงทำให้ไม่ค่อยมีเวลาใกล้ชิดดูแลลูก หรือให้ความอบอุ่นอย่างเพียงพอ จึงทำ

ให้บางครั้งเด็กมีความรู้สึกลึกซึ้งที่ปรึกษาทั้งปัญหาด้านการเรียนที่ต้องแข่งขันกันมากขึ้น ปัญหาส่วนตัว และด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน เมื่อไม่มีผู้ให้คำปรึกษาที่ดี เด็กจึงต้องคิดแก้ปัญหาเอง ตัดสินใจเอง ทำให้ทั้งเด็กที่เรียนเก่งและเรียนไม่เก่งอาจจะต่างกันทางด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแต่ไม่มีความแตกต่างกันในด้านกระบวนการคิดเรื่องทั่วไป ด้านการสื่อสารและสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่น รวมถึงด้านการจัดการกับอารมณ์ ซึ่งมีงานวิจัยที่สนับสนุนผลการอภิปรายครั้งนี้ ได้แก่ งานวิจัยของ พรณี เดชกำแหง

(2515 : 25) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความคิดสร้างสรรค์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษาปีที่ 1 และ 2 จำนวน 238 คน พบว่าความคิดสร้างสรรค์ด้านความคิดริเริ่มมีความสัมพันธ์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน งานวิจัยของ รอส

(Ross. 1971 : 297 - 299) ได้ทำการศึกษาพบว่า บุคลิกภาพด้านการปรับตัวทางสังคมไม่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และงานวิจัยของ สุนารี เทชะโชดวิวัฒน์ (2527 : 64) ได้ทำการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ มีความภาคภูมิใจในตนเองไม่แตกต่างกัน รวมถึงงานวิจัยของ ไอแซนค์ (Eysenck. 1969 : 109 - 112) ได้ทำการศึกษาพบว่า นักเรียนชายและนักเรียนหญิงที่มีผลการเรียนต่างกัน มีลักษณะอารมณ์ที่มั่นคงไม่แตกต่างกัน

3.3 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตระหว่างนิสิตที่ศึกษาอยู่ในคณะวิทยาศาสตร์และคณะวิทยาศาสตร์สายสังคมศาสตร์

ผลการศึกษาพบว่า นิสิตที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาที่ต่างกันมีทักษะชีวิตแตกต่างกันในด้านการตัดสินใจ ด้านการแก้ปัญหา ด้านความคิดสร้างสรรค์ ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ด้านการสร้างสัมพันธภาพ ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และด้านการจัดการกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนทักษะชีวิตในด้านอื่นๆไม่แตกต่างกัน เนื่องจากยังไม่มีงานวิจัยทางทักษะชีวิตรายด้านเหล่านี้และคณะวิชาโดยตรง ผู้วิจัยจึงขอเสนอการอภิปรายผลและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมากที่สุด ดังนี้

ความแตกต่างของบุคลิกภาพของนิสิตที่เรียนในคณะวิชาที่ต่างกัน อาจกล่าวได้ว่า บุคลิกภาพของบุคคลที่มีความรู้ ความสามารถ หรือความถนัดที่แตกต่างกันจะมีบุคลิกภาพที่แตกต่างกันไปด้วย เช่นเดียวกับนิสิตที่เข้ารับการศึกษาระดับมัธยมศึกษาจะต้องศึกษาในเนื้อหาวิชาที่แตกต่างกันตามคณะวิชาที่ตนเองศึกษาอยู่ เพื่อจะนำไปประกอบอาชีพที่ตรงกับสาขาที่เรียนมา ดังนั้นความสนใจในระดับหนึ่งของนิสิตที่เรียนในคณะวิชาที่ต่างกันย่อมจะมีความแตกต่างกัน สิ่งนี้เองที่มีส่วนในการกำหนดบุคลิกภาพของแต่ละบุคคล ซึ่งมิงงานวิจัยที่สนับสนุนผลการอภิปรายครั้งนี้ ได้แก่ งานวิจัยของ บุษยา ม่วงประเสริฐ (2535 : 117 - 118) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบบุคลิกภาพของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร พบว่า นิสิตมีบุคลิกภาพแตกต่างกันในด้านความเป็นระเบียบ ด้านการแสดงออก ด้านการพึ่งตนเอง ด้านการผูกมิตรกับผู้อื่น ด้านความเข้าใจตนเองและผู้อื่น ด้านการขอความช่วยเหลือ ด้านความอดทน ด้านการคบเพื่อนต่างเพศ ส่วนบุคลิกภาพด้านสัมฤทธิ์ผล ด้านการเป็นผู้ตาม ด้านการยอมรับโทษ ด้านการก้าวร้าว ด้านการมีอำนาจเหนือผู้อื่น ด้านการช่วยเหลือผู้อื่น และด้านการเปลี่ยนแปลงไม่มีความแตกต่างกัน รวมถึงงานวิจัยของ ละออ พงษ์พานิช (2512 : 15 - 18) ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบบุคลิกภาพของบุคคลที่อยู่ในสาขาอาชีพที่ต่างกัน พบว่ามีบุคลิกภาพแตกต่างกัน

ส่วนนิสิตที่ศึกษาอยู่ในคณะวิชาที่ต่างกันแต่มีทักษะชีวิตไม่แตกต่างกันในด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ด้านความตระหนักในตนเอง และด้านการจัดการกับอารมณ์ น่าจะอธิบายได้ว่า เนื่องจากนิสิตชั้นปีที่ 1 ซึ่งช่วงอายุยังจัดอยู่ในช่วงวัยรุ่น ถึงแม้ว่าเด็กวัยนี้จะเริ่มมีพัฒนาการความรู้สึกในความเป็นเอกลักษณ์ของตนเองแล้ว แต่ก็ยังมีบางกลุ่มที่ยังไม่สามารถผ่านขั้นนี้ได้ ดังที่ อีริกสัน (Erikson. 1959 : 65 - 98) กล่าวว่า เด็กวัยรุ่นตอนปลายจำนวนมากที่ยังไม่เป็นตัวของตัวเองและยังไม่พบเอกลักษณ์ในตัวเอง ด้วยเหตุนี้ นิสิตในแต่ละคณะวิชาจึงอาจกระทำพฤติกรรมที่เป็นไปในทิศทางเดียวกันกับที่สังคมส่วนใหญ่วางไว้ จึงทำให้

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสงวณ. (2528). จิตวิทยาการศึกษาฉบับปรับปรุงใหม่. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2538). คู่มือวิทยาการฝึกอบรมเรื่องการสอนเจตคติเพื่อป้องกันโรคเอดส์. กรุงเทพฯ : กรมสุขภาพจิต.
- X กระทรวงสาธารณสุข. (2541). คู่มือการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับเด็ก. กรุงเทพฯ : กรมสุขภาพจิต.
- กิตติพัฒน์ นนทปัทมดลย์. (2529, พฤศจิกายน-ธันวาคม). “ ครอบครัวที่มีคุณภาพ, ” การประชาสงเคราะห์. 29 (6) : 27-28 .
- กิตติวดี บุญเชื้อ. (2525). “ การให้และการรับ ” ในกลุ่มสัมพันธ์ : ทฤษฎีและแนวปฏิบัติ เล่ม 1. บุรพาธิลปีการพิมพ์.
- ✓ กุลวรรณ วิทยาวงศ์จุ. (2526). ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับการปรับตัว. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดลำนเา.
- กำไลรัตน์ เย็นสุจิตร. (2540). “ การพัฒนาทักษะชีวิต, ” วารสารสุขศึกษา. 20 (76) : 69-79.
- จารุวรรณ เอกอรัณยผล. (2530). การวิเคราะห์ปฏิกริยาสัมพันธ์ของพยาบาลกับผู้ป่วยในหอผู้ป่วยจิตเวช. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อุดลำนเา.
- จำนง พรายแย้มแซ. (2529). เทคนิคการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- ✓ จันทรเพ็ญ ธนาศุกกรกุล. (2525). ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการแก้ปัญหาคณิตศาสตร์ ความคิดสร้างสรรค์ เจตคติต่อวิชาคณิตศาสตร์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อุดลำนเา.
- ชม ภูมิภาค. (2523). จิตวิทยาการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- ชาลิณี เอี่ยมศรี. (2536). การพัฒนาแบบทดสอบการคิดวิจารณ์ญาณสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อุดลำนเา.
- ชุมพล พัฒนสุวรรณ. (2531, กรกฎาคม-กันยายน). “ เทคนิคบางประการในการกระตุ้นความคิดสร้างสรรค์ และความคิดแก้ปัญหา, ” สสวท. 16 (3) : 17-21.
- ชูชัย สมิทธิไกร. (2528). ผู้กมิตรพิชิตคน. กรุงเทพฯ : สโมสรนักรขาย.
- ดวงพร คำณูณวัฒน์ และวาสนา จันทรสว่าง. (2536). สื่อการประชาสัมพันธ์. กรุงเทพฯ : บริษัท ทีพีพรินท์ จำกัด.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. (2543). จากความฉลาดทางอารมณ์สู่สติและปัญญา. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มติชน.
- นวลศิริ เปาโรหิตย์. (2538). “ กระบวนการตัดสินใจ, ” เอกสารแนะแนวอาชีพเพื่อพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมสมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย. 2 : 43.
- นิภา พงศ์วิรัตน์. (2520). การศึกษาปัญหาทางสังคมของเด็กวัยรุ่นนตอนต้นในระดับมัธยมศึกษา กรมสามัญศึกษาในภาคกลาง. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดลำนเา.

บุษยา ม่วงประเสริฐ. (2535). การศึกษาบุคลิกภาพของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยนเรศวร. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) พิษณุโลก : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร. อัดสำเนา.

X ประเสริฐ ต้นสกุล,วีรสิทธิ์ สิทธิไตรย์ และคณะ. (2538,15-16 สิงหาคม) “ ยุทธศาสตร์ทักษะชีวิตเพื่อการพัฒนาบุคลิกภาพเยาวชน,” เอกสารการประชุมสัมมนาเพื่อหาแนวทางการนำยุทธศาสตร์ทักษะชีวิตมาใช้ในการป้องกันยาเสพติด.

ปิยรัตน์ ศิริผลสมสุข.(2543).การศึกษาปัญหาและวิธีแก้ปัญหานักเรียนอาชีวศึกษาในกรุงเทพมหานคร. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.

✓ ปิยะรัตน์ นุชผ่องใส. (2530). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.

ปรีดา วิทยากุล. (2536). การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความสามารถในการตัดสินใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษาด้วยการสอนโดยกระบวนการของการทำค่านิยมให้กระจ่าง. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.

พยอม ตันมณี. (2524). การศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างของผลการสอนด้วยตำราเรียนวิชาจิตวิทยาการศึกษาในรูปแบบเชิงปัญหากับรูปแบบที่ใช้กันอยู่ทั่วไป. ปริญญานิพนธ์ กศ.ด. (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.

พวงสร้อย วรกุล. (2522). การเปรียบเทียบสภาพปัญหาในด้านการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร และสงขลา. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.

พวงแก้ว โคจรานนท์. (2530). บุคลิกภาพและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกองการศึกษา เทศบาลเมืองอุดรธานี. ปริญญานิพนธ์ ศษ.ม. (จิตวิทยา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. อัดสำเนา.

พิไลรัตน์ ทองอุไร. (2529). สัมพันธภาพระหว่างบุคลากรทางการพยาบาลจิตเวช. กรุงเทพฯ : ศูนย์สื่อเสริม.

เพ็ญศรี วรสัมปติ.(2537). ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด สติปัญญา และการสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดในวัยรุ่นตอนต้น. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา. 153.43 พ 911 ด

พัชรา พันธุ์พัฒนกุล. (2527). การเปรียบเทียบความสำนึกในบทบาทของตนเองและสัมพันธภาพในครอบครัวของนักเรียนวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมในโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและจังหวัดพะเยา.ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . อัดสำเนา.

ภาวดี มโนหาญ. (2536). ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวและการปรับตัวในผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สุขศึกษา). เชียงใหม่ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. อัดสำเนา.

✓ ภัทรพงศ์ ประกอบผล. (2534). ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. อุดมศึกษา.

ยุวดี เทียมประสิทธิ์. (2536). เอกสารประกอบการสอนวิชา จด 323 จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

รุ่งทิพย์ โพธิ์ชุ่ม. (2544, กรกฎาคม-ธันวาคม). " ต้นเหตุความเครียด ระดับความเครียด และวิธีเผชิญความเครียดในนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล," วารสารจิตวิทยาคลินิก. 32 (2).

รัตนา ดอกแก้ว. (2539). ผลของการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันโรคเอดส์ของนักเรียนอาชีวศึกษา จังหวัดแพร่. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (อนามัยและครอบครัว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. อุดมศึกษา.

วาสนา จันทร์สว่าง และทัศนีย์ อินทรสุขศรี. (2525). การสื่อสารเพื่อชีวิต. กรุงเทพฯ : เจ้าพระยาการพิมพ์.

วริญญา อรรถยุกติ. (2543). การเปรียบเทียบทักษะชีวิตของวัยรุ่นที่ติดยาเสพติดและไม่ติดยาเสพติดในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดมศึกษา.

วิจิตร วรตบางกูร. (2524). การวางแผนผังและพัฒนาสถานศึกษา. กรุงเทพฯ : ขนิษฐาการพิมพ์และโฆษณา.

วิจิตร อาวะกุล. (2525). เทคนิคมนุษยสัมพันธ์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เจริญผล.

วิลเลียม วิมุกตายน. (2540). รูปแบบการฝึกเพื่อพัฒนาทักษะการสื่อสารทางวาจาสำหรับนักศึกษาพยาบาล. วิทยานิพนธ์ กศ.ด. (การอุดมศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดมศึกษา.

วิเชียร ทวีลาภ. (2534). นิเทศการพยาบาล. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม.

วิชัย วงษ์ใหญ่. (2523). การพัฒนาความคิดสร้างสรรค์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม.

วุฒิชัย จำนงค์. (2523). พฤติกรรมการตัดสินใจ. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

ศิริรัตน์ ผุดผ่อง. (2540). ผลการฝึกสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างเพื่อนตามรูปแบบของจอยซ์และคณะของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสวรรค์ประชารักษ์ จังหวัดนครสวรรค์. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดมศึกษา.

ศรีธรรม ธนะภูมิ. (2535). พัฒนาการทางอารมณ์และบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ : ชวนพิมพ์.

คันสนีย์ นาคะสนธิ์. (2545). การศึกษาและพัฒนาทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดประประดู่ในทรงธรรม กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดมศึกษา.

สินวล จำคำ. (2544). ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบกับวิธีเผชิญความเครียด. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดมศึกษา.

เสาวลักษณ์ พิพัฒนาเวชกิจ. (2539). ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวและการดูแลตนเองของผู้ป่วยจิตเวช. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดมศึกษา.

สืบพงษ์ จินดาพล. (2533). การศึกษาปัญหาทางการเรียนและการปรับตัวของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) สงขลา : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดรธานี

สำนักงานตำรวจแห่งชาติ. (2543). คู่มือแนะนำการรับสมัครสอบแข่งขันและคัดเลือกด้วยวิธีสอบบุคคลเพื่อบรรจุและแต่งตั้งเข้ารับราชการตำรวจ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

หลุย จำปาเทศ. (2533). จิตวิทยาสัมพันธ์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อรพรรณ บุญลือธวัชชัย. (2536). การวิเคราะห์ปฏิสัมพันธ์ระหว่างแบบการเรียนของนิสิตนักศึกษา กับแบบการสอนของอาจารย์ต่อการพัฒนาการคิดวิจารณ์ของนักศึกษาพยาบาล. วิทยานิพนธ์ ก.ม. (จิตวิทยา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อุดรธานี.

อาภรณ์ จันทร์สว่าง. (2525). การพัฒนาบุคคล กลุ่ม และชุมชน. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

อารี พันธุ์มณี. (2540). คิดอย่างสร้างสรรค์. กรุงเทพฯ : ต้นอ้อ แกรมมี่.

อุทุมพร จามรมา. (2538). การสังเคราะห์งานวิจัยและบทความที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการเรียนรู้ทางปัญญาของคนไทย. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อนุรักษ์ บัณฑิตยชาติ. (2542, กุมภาพันธ์-พฤษภาคม). " ความตระหนักในคุณค่าของตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย," วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย. 7 (2).

Barker, Jerry L. (1990). *Communication*. Englewood Cliffs : Prentice – Hall.

Berlo, David K. (1960). *The Process of Communication : An Introduction to Theory and Practice*. New York : Holt Rinehart and Winston.

Berne, Eric. (1976). *Games People Play*. New York : Groove Press, Inc.

Berning, Babecca Anne.(1979, February). " An Experimental Program to Facillitate the Development of Social Problem Solving Skill in Preschool Children by Application of Ausubelian Theory, " *Dissertation Abstracts International*. 56 (1) : 3753 – A.

Bond, Norman David. (1955, January). " Correlated of Altruism in Elementary School Children," *Dissertation Abstracts International*. 8 (1) : 61 – 73.

Bourne. L.E. Jr. Bruce R. Ekstrand and Roger Dominowski. (1971). *The Psychology of Thinking*. New Jersy : Prentice – Hall.

Brown, J.P. and M.A. McGreedy. (1986, December). " The Hale Elderly : Health Behavior and its Correlated, " *Research in Nursing and Health*. 9 (4) : 16.

✓ Carey, Joseph Edward. (1965, February). " The Relationship between Creative Thinking Ability, Intelligence Ability, Educational Achievement and Writing Ability of Sixth Grade Children, " *Dissertation Abstracts International Psychology*. 56 (1) : 40 – 45.

✓ Cavan, R.S. and others. (1949). *Personal Adjustment in Old Age*. Chicago : Science Research Associates.

Chickering, Aurther W. (1969). *Education and Identity*. San Francisco, Jossey – Bass.

Christensen, Barbara L. and Elaine O. Kockrow. (1991). *Foundation of Nursing*. St. Louis, Missouri : Mosby-Year Book.

Cobb, S. (1976, September-October). " Social Support as a Moderator of Life Stress," *Psychosomatic Medicine*. 38 (1) : 300 – 314.

- Crombie, G. (1988, January). Gender Differences : Implications for Social Skills Assessment and Training. *Journal of Clinical Child Psychology*. 17 (9) : 116 – 120.
- ✓ David L. Duboid and others. (1992). " A Prospective Study of Life Stress, Social Support, and Adaptation in Early Adolescence, " *Child Development*. 63 (1) : 542 – 557.
- Dewey, John. (1933). *How we Think*. Boston : D.C. Heath and Company.
- Ennis Robert H. (1985, October). " A Logical Basic for Measuring Critical Thinking Skills," *Educational Leadership*. 43 (2) : 45 – 48.
- Ennis. (1985). *Manual for Cornell*. Misdrust Publication Co ; Inc.
- Feldhusen, John F., Terry Denny and Charles F. Candon. (1965, February). " Anxiety, Divergent Thinking and Achievement, " *Journal of Educational Psychology*. 56 (1) : 40 – 45.
- Folkman, S. and R.S. Lazarus. (1980, January). " An Analysis of Coping in a Middle – aged Community Sample, " *Journal of Health and Social Behavior*. 21 (1) : 219 – 239.
- Freud, S. (1938). " The Interpretation of Dreams, " *The Basic Writing of Sigman Freud*. 32 (1) : 359 – 366.
- Garland, L.M. and R. Lazarus. (1977). *Stress and Coping*. New York : Columbia University Press.
- Getzels, J.W. and Jackson P.W. (1962). *Creativity and Intelligence*. New York : John Wiley and Sons Inc.
- ✓ Gill, L.J. (1962, March). " Some Non – Intellectual Correlated of Academic Achievement among Mexican Secondary School Student, " *Journal of Education Psychology*. 53 (3) : 144 – 149.
- Goleman. (1995). *Emotional Intelligence, Why it can matter more than IQ*. New York : Bantam Book.
- Good, C.V. (1962). *Dictionary of Education*. New York : Harcourt Brace and World Inc.
- Gronlund, N. Edward. (1959). *Sociometry I The classroom Harpe*. New York.
- Hilgard, E.R. (1973). *Introduction of Psychology*. New York : McGraw – Hill.
- Hollowell, Kothleem Am. (1977). " A Flow Chart Model of Cognitive Process in Mathmatical Problem Solving, " *Dissertation Abstracts International*. 37 : 7373 – 8015 – A.
- Hornstein, H.A. and others. (1968). " The Influence of Model's Feeling about His Behavior and His Relevance as a Comparison other on observer's Behavior, " *Journal of Personality and Social Psychology*. 10 : 222 – 226.
- Hurlock, E.B. (1972). *Child Development*. New York : McGraw – Hill.
- Kane, C.F. (1988, January). " Family Social Support : Toward a Conceptual Model, " *Advances in Nursing Science*. 10 : 18 – 25.
- Lazarus, R.S. and S. Folkman. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York : Springer Publishing Company, Inc.
- Lindsey, A.M., M.J. Dodd and S.C. Chen. (1985). " Social Support Network of Taiwanese Cancer Patients, " *Cancer Nursing*. 22 (1) : 149 – 164.
- May, Lole Jane. (1970). *Teaching Elementary School Mathmatics in the Elementary School*. New York : The Free Press.

- McQuire, L. (1983). *Understanding Social Network*. Beverly Hills : Sage Publications.
- Monat, Alan and R. Lazarus. (1977). *Stress and Coping*. New York : Columbia University Press.
- ✓ Nabors, Donald Gene. (1975). " A Comparative Study of Academic Achievement and Problem Solving Abilities of Black Pupils at the Intermediate Level in Computer Supported Instruction and Self – Contained Instructional Programs, " *Dissertation Abstracts International*. 36 : 3241 – A.
- Overholser. (1995). " Self Esteem Deficits and Suicidal Tendencies among Adolescents, " *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. 34 (7) : 19 – 28.
- Pearlin, I. & Schooler, C. (1978, January). " The Structure of Coping, " *Journal of Health and Social Behavior*. 19 (1) : 2 – 21.
- Pender, N.J. (1987). *Health Promotion in Nursing Practice*. California : Appleton & Lange.
- Petterson, John. (1980). *Teaching Personalized Decision Making*. Santa Clara County k – 12 Career Education Consortium, San Jose.
- Riggio, R.E. (1988). Effects of Birth Order and Family Size upon Social Skills. *Dissertation Abstracts Online*.
- ✓ Ringness, Thomas A. (1968). *Mental Health in the School*. New York : Ransom House.
- Skinner, S.B. (1976, March). " Cognitive Development : A Prerequisite for Critical Thinking, " *The Clearing House*. 7 (3) : 292 – 299.
- Stoner J., A.F. (1987). *Management*. Englewood Cliffs, N.J. : Prentice – Hall.
- Suls, J. (1982). *Social Psychology Health and Illness*. Philadelphia : Lawrence Association.
- Torrance, E., Paul. (1962). *Guiding Creative Talent*. New Jersey : Englewood Cliffs Inc.
- Watson, Goodwin and Glaser E.M. (1964). *Watson – Glaser Critical Thinking Appraisal : Form Ym and Zm*. New York : Harcourt Brace and World.
- WHO. (1997). *Life Skills Education for Children and Adolescents in Schools*. Geneva Switzerland : WHO.
- Wiley, G. and R.A. Silliman. (1990, February). " The Impact of Disease on the Social Support Experiences of Cancer Patients, " *Journal of Psychosocial*. 8 (1) : 79 – 95.
- Woodroffe, Annette Angela. (1993, December). " The Social Support Needs of Persons with HIV and AIDS : The Case Of Clients with Buddies at The Health Education Resource Organization (HERO). *Dissertation Abstracts International*. 54 (6) : 2324 – A – 2325 – A.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามปัจจัยทางชีวสังคม

คำชี้แจง โปรดขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ตามความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่าน

1. เพศ

() ชาย

() หญิง

2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

3. คณะวิชา

() สายวิทยาศาสตร์ ได้แก่ คณะวิทยาศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์
คณะทันตแพทยศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ และคณะวิศวกรรมศาสตร์

() สายสังคมศาสตร์ ได้แก่ คณะสังคมศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์
คณะพลศึกษา และคณะศิลปกรรมศาสตร์

ฉบับที่ 2 แบบสอบถามทักษะชีวิต แบ่งเป็น 10 ตอน

ตอนที่ 1 แบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามฉบับนี้มีสถานการณ์กำหนดให้ 1 สถานการณ์ มีข้อคำถาม 10 ข้อ
2. ให้ท่านอ่านสถานการณ์ที่กำหนดให้ แล้วพิจารณาตอบคำถามแต่ละข้อ โดยขีดเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อที่เห็นว่าถูก และขีดเครื่องหมาย × หน้าข้อที่เห็นว่าผิด
3. ในแต่ละสถานการณ์จะมีคำตอบที่ถูกต้องหรือใช้ก็ข้อก็ได้
4. โปรดตอบทุกข้อ

สถานการณ์ที่ 1 : จากการสำรวจกลุ่มเยาวชนส่วนใหญ่ที่ไม่ไปใช้สิทธิเลือกตั้ง พบว่าพวกเขาต่างมีความคิดเห็นและทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับการเลือกตั้ง แต่ที่พวกเขาไม่ไปใช้สิทธิเลือกตั้งเป็นเพราะว่ารัฐบาลและหน่วยงานราชการที่เกี่ยวข้องไม่ได้เอื้ออำนวยให้การไปใช้สิทธิเลือกตั้งเป็นไปอย่างสะดวกสบาย ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นอุปสรรคสำคัญที่ทำให้พวกเขาไม่อยากไปเลือกตั้ง

จากสถานการณ์ที่กำหนดให้ ข้อสรุปที่น่าจะเป็นไปได้ต่อไปนี้ถูกหรือผิด

- 1. หน่วยงานราชการที่เกี่ยวข้องควรให้ความสำคัญต่อการอำนวยความสะดวกให้ผู้มีสิทธิเลือกตั้งมีแรงจูงใจออกไปเลือกตั้งมากขึ้น
- 2. การรณรงค์ให้ไปใช้สิทธิเลือกตั้งไม่สามารถทำให้เยาวชนเกิดทัศนคติที่ดีต่อการเลือกตั้ง ข้อความซึ่งเป็นเงื่อนไขที่ต้องศึกษาต่อไปนี้ถูกหรือผิด
- 3. เยาวชนจะไปเลือกตั้งถ้ามีการอำนวยความสะดวกในการเลือกตั้งให้มากกว่าเดิม
- 4. เยาวชนจะไปเลือกตั้งถ้าเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องมีทัศนคติที่ดีต่อเยาวชนที่มีสิทธิเลือกตั้ง ข้อสรุปซึ่งเป็นผลจากความสัมพันธ์ของสถานการณ์ที่กำหนดให้ต่อไปนี้ถูกหรือผิด
- 5. กลุ่มเยาวชนไปใช้สิทธิเลือกตั้งไม่ถึงร้อยละ 50
- 6. รัฐบาลยังไม่สามารถทำให้เยาวชนมาใช้สิทธิเลือกตั้งได้ทุกคน หากสถานการณ์ที่กำหนดให้เป็นความจริงทั้งหมด ข้อสรุปที่มีเหตุผลต่อไปนี้ถูกหรือผิด
- 7. เยาวชนเป็นกลุ่มที่ชักจูงได้ยาก
- 8. เยาวชนบางคนตั้งใจจะไม่ไปเลือกตั้ง หากพิจารณาตามเหตุผลที่ให้มาในข้อความต่อไปนี้เป็นหลัก ข้อความต่อไปนี้ถูกหรือผิด
- 9. ไม่เห็นด้วยที่จะต้องปรับปรุงเรื่องการอำนวยความสะดวกในการเลือกตั้งเพราะคนไทยทุกคนมีหน้าที่ต้องไปเลือกตั้ง
- 10. เห็นด้วยที่จะต้องปรับปรุงเรื่องการอำนวยความสะดวกในการเลือกตั้งเพราะไทยเป็นประเทศประชาธิปไตย

ตอนที่ 2 – ตอนที่ 10 แบบสอบถามด้านการตัดสินใจ การแก้ปัญหา ความคิดสร้างสรรค์ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพ ความตระหนักในตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การจัดการกับอารมณ์ และการจัดการกับความเครียด

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปแล้วพิจารณาเลือกเฉพาะที่ตรงกับตัวของท่านมากที่สุด โดยขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องใดช่องหนึ่งทางขวามือเพียงข้อเดียวในแต่ละข้อความ โปรดตอบทุกข้อ

จริงที่สุด หมายถึง เมื่อท่านรู้สึกว่าคุณข้อความในประโยคตรงกับความรู้สึกมากที่สุด

ก่อนข้างจริง หมายถึง เมื่อท่านรู้สึกว่าคุณค่าในประโยคตรงกับความรู้สึกเป็นส่วนมาก
 ก่อนข้างไม่จริง หมายถึง เมื่อท่านรู้สึกว่าคุณค่าในประโยคตรงกับความรู้สึกน้อย
 ไม่จริงเลย หมายถึง เมื่อรู้สึกว่าคุณค่าในประโยคไม่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

ตอนที่	ข้อที่	ข้อความ	จริงที่สุด	ก่อนข้างจริง	ก่อนข้างไม่จริง	ไม่จริงเลย
2	1	การตัดสินใจในเรื่องใดก็ตาม ข้าพเจ้าจะต้องทราบปัญหาหรือสาเหตุที่ต้องตัดสินใจก่อนเสมอ				
	2	ข้าพเจ้าจะไม่ตัดสินใจใดๆทราบเท่าที่ยังไม่ทราบข้อเท็จจริงทั้งหมด				
	3	ข้าพเจ้ามักใช้ความรู้สึกเป็นบรรทัดฐานในการตัดสินใจ				
	4	ผลการตัดสินใจของข้าพเจ้ามักเป็นไปตามที่ข้าพเจ้าต้องการเสมอ				
	5	ข้าพเจ้าคิดหาวิธีแก้ปัญหาหลายๆวิธีและเปรียบเทียบข้อดีข้อเสียก่อนตัดสินใจเลือก				
3	6	ข้าพเจ้ามีความตั้งใจที่จะแก้ปัญหา				
	7	บางครั้งข้าพเจ้าแก้ปัญหาโดยคำนึงถึงความพึงพอใจของตนเองเป็นหลัก				
	8	ข้าพเจ้ามักแก้ปัญหาตามคำแนะนำของคนอื่นเสมอ				
	9	ข้าพเจ้ารู้สึกท้อแท้เมื่อไม่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหา				
4	10	ข้าพเจ้ากล้าแสดงความคิดเห็นของข้าพเจ้า แม้ว่าจะไม่ตรงกับของพ่อแม่ ครู หรือเพื่อน				
	11	คนส่วนมากชมข้าพเจ้าว่าเป็นคนที่มีจินตนาการสูง				
	12	ข้าพเจ้ามักใช้ประสบการณ์เดิมที่ดีมาประกอบในการคิดทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด				
	13	เวลาประชุมกลุ่มเรื่องเรียนหรือการทำงาน ข้าพเจ้าเสนอประเด็นหรือมุมมองใหม่ๆในที่ประชุมเสมอ				
5	14	หากมีใครต่อว่าข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะตอบโต้กลับทันที				
	15	ผู้อื่นเข้าใจในสิ่งที่ข้าพเจ้าพูด				
	16	ข้าพเจ้าสามารถชี้แจงเรื่องราวให้ผู้อื่นเข้าใจได้ดี				
	17	ข้าพเจ้ามักพูดคุยกับผู้อื่นด้วยวาจาสุภาพ ไพเราะ				
	18	เมื่อข้าพเจ้าอารมณ์ไม่ดี ข้าพเจ้าจะพูดกับผู้อื่นด้วยเสียงที่ดัง				
	19	บางครั้งข้าพเจ้าพูดผิดไปหรือทำให้ผู้อื่นไม่สบายใจ ข้าพเจ้าจะกล่าวคำขอโทษ				
6	20	ข้าพเจ้าทำความรู้จักกับผู้อื่นได้ง่าย				

ตอนที่	ข้อที่	ข้อความ	จริงที่ สุด	ค่อนข้าง จริง	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่ จริง เลย
	21	เมื่อเพื่อนมีปัญหาอยากระบาย ข้าพเจ้าพร้อมจะเป็นผู้ฟังที่ดี				
	22	ข้าพเจ้าชอบปรึกษาหารือกับผู้อื่น				
	23	ข้าพเจ้าเข้ากับเพื่อนในกลุ่มได้เป็นอย่างดี				
	24	ข้าพเจ้ามักมีเรื่องขัดแย้งไม่ลงรอยกับเพื่อนในกลุ่ม				
7	25	ข้าพเจ้ารู้จักข้อดีและข้อเสียของตนเองอย่างแท้จริง				
	26	ข้าพเจ้าพอใจกับสภาพความเป็นอยู่ในปัจจุบันของข้าพเจ้า				
	27	ข้าพเจ้ารู้ว่าข้าพเจ้าชอบและไม่ชอบสิ่งใด				
	28	ข้าพเจ้าคิดว่าตนเองมีความสามารถไม่ด้อยไปกว่าผู้อื่น				
	29	ข้าพเจ้ามีความเชื่อมั่นในตนเอง				
	30	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณค่าของตนเองมีส่วนสำคัญที่ทำให้กลุ่มประสบความสำเร็จ				
	31	หากผู้อื่นปฏิบัติสิ่งใดแตกต่างจากข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะไม่ค่อยยอมรับ				
8	32	ข้าพเจ้าเข้าใจความรู้สึกของผู้ที่แฉงคิ้วข้าพเจ้า เนื่องจากเขาได้อธิบายว่าเขามีฐานะสำคัญจริงๆ				
	33	ข้าพเจ้าเข้าใจความรู้สึกของครูที่เคียดแค้นลูกศิษย์ เพราะอยากให้ลูกศิษย์เข้าใจบทเรียน				
	34	ข้าพเจ้ารู้สึกเห็นใจเพื่อน เมื่อเขาเล่าความทุกข์ของเขาให้ข้าพเจ้าฟัง				
	35	แม้เพื่อนจะไม่ได้บอกว่ายานำเรื่องที่เขาลำบากใจไปเล่าให้ใครฟัง แต่ข้าพเจ้าก็รับรู้ได้ว่าเขาต้องการเช่นนั้น				
	36	ข้าพเจ้ารู้สึกเกรงใจผู้ที่รบกวนโทรศัพท์สาธารณะต่อจากข้าพเจ้า แม้ว่าข้าพเจ้าจะรอนานเช่นกัน				
	37	ข้าพเจ้ารู้สึกเห็นใจเพื่อนที่ถูกครูทำโทษในชั้นเรียน				
9	38	ข้าพเจ้ามีอาการมือสั่น ใจสั่น ทำอะไรไม่ถูก เมื่อรู้สึกโกรธ				
	39	เมื่อข้าพเจ้ารู้สึกหงุดหงิดหรือไม่สบายใจ ข้าพเจ้าจะหาที่เงียบๆ อยู่ตามลำพังเพื่อทบทวนปัญหาสักระยะ				
	40	ข้าพเจ้ามักได้รับคำชมเชยจากผู้อื่นเสมอที่สามารถควบคุมอารมณ์ที่ไม่พึงพอใจได้				
	41	ถ้าเกิดความขัดแย้งกับเพื่อน ข้าพเจ้าจะรอให้ใจเย็นลงแล้วจึงจะคุยกันใหม่				
	42	เมื่อรู้สึกหงุดหงิด ข้าพเจ้าจะคอยเตือนให้ตัวเองใจเย็น				

ตอนที่	ข้อที่	ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริงเลย
	43	เมื่อทำอะไรไม่ได้ตั้งใจ ข้าพเจ้าจะหงุดหงิดอารมณ์เสียทันที				
	44	เมื่อข้าพเจ้าโกรธ ไม่พอใจหรือมีปัญหาทางอารมณ์ ข้าพเจ้าจะระบายออกโดยการโยนหรือทำลายสิ่งของ				
10	45	เมื่อข้าพเจ้านอนไม่หลับเนื่องจากความเครียด ข้าพเจ้าเคยกินยานอนหลับหรือยากล่อมประสาทช่วย				
	46	ข้าพเจ้าเชื่อว่าการสูบบุหรี่ช่วยระบายความเครียดได้				
	47	เมื่อข้าพเจ้าเกิดความเครียด ส่วนใหญ่ข้าพเจ้าจะปรึกษาพ่อแม่				
	48	เมื่อเกิดภาวะตึงเครียดในกลุ่ม ข้าพเจ้าสามารถพูดให้สถานการณ์ดีขึ้นได้				
	49	บางครั้งเวลาข้าพเจ้ามีเรื่องเครียดมากๆ ข้าพเจ้าเคยชกกำแพงหรือทำให้ตนเองรู้สึกเจ็บปวดเพื่อบรรเทาความเครียดนั้น				
	50	เมื่อมีเรื่องเครียด ข้าพเจ้ามักนำเรื่องนั้นไปปรึกษากับบุคคลที่สามารถให้คำแนะนำที่ดีได้				
	51	ข้าพเจ้าเชื่อว่าการได้ร่วมทำกิจกรรมกับครอบครัวสามารถช่วยลดความเครียดได้				
	52	ข้าพเจ้าเชื่อว่าการดื่มสุราสามารถช่วยลดความเครียดได้				

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วพิจารณาเลือกเฉพาะที่ตรงกับตัวของท่านมากที่สุด โดยขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องใดช่องหนึ่งทางขวามือเพียงข้อเดียวในแต่ละข้อความ โปรดตอบทุกข้อ

มากที่สุด หมายถึง ข้อความในประโยคนั้นตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นมากที่สุด
 มาก หมายถึง ข้อความในประโยคนั้นตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นเป็นส่วนใหญ่
 ปานกลาง หมายถึง ข้อความในประโยคนั้นตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นปานกลาง
 น้อย หมายถึง ข้อความในประโยคนั้นตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นเล็กน้อย
 น้อยที่สุด หมายถึง ข้อความในประโยคนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นเลย

ข้อ ที่	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1	ข้าพเจ้ามีคนที่น่ารักใจได้และสามารถพูดคุยปัญหาต่างๆได้					
2	คนในครอบครัวทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกอบอุ่น มั่นใจ และปลอดภัย					
3	คนในครอบครัวจะไม่รับฟังความรู้สึกของข้าพเจ้า					
4	ข้าพเจ้ามีความสุขที่ได้อยู่ร่วมกับครอบครัว					
5	ข้าพเจ้ามักจะไปมาหาสู่กับคนอื่นๆ					
6	ข้าพเจ้ามีโอกาสได้แสดงความคิดเห็นหรือตัดสินใจร่วมกับคนในครอบครัวในเรื่องเกี่ยวกับความประพฤติและการศึกษาของสมาชิกในครอบครัว ตลอดจนค่าใช้จ่ายภายในครอบครัว					
7	คนในครอบครัวสนับสนุนให้ข้าพเจ้าได้พบปะ พูดคุย สังสรรค์กับเพื่อนฝูง					
8	คนในครอบครัวสนับสนุนข้าพเจ้าในการทำกิจกรรมต่างๆ					
9	เมื่อข้าพเจ้ามีอาการไม่สบาย คนในครอบครัวจะคอยช่วยเหลือดูแล					
10	คนในครอบครัวเอาใจใส่ต่อความเป็นอยู่ของข้าพเจ้า					
11	คนในครอบครัวพร้อมที่จะไปไหนมาไหนกับข้าพเจ้า เมื่อข้าพเจ้าต้องการ					
12	คนในครอบครัวให้การช่วยเหลือและสนับสนุนข้าพเจ้าในการทำกิจกรรมต่างๆ					
13	คนในครอบครัวให้ความรู้ต่างๆเกี่ยวกับปัญหาที่ข้าพเจ้านำไปปรึกษา					
14	คนในครอบครัวให้คำแนะนำและเสนอแนะแนวทางที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของข้าพเจ้า					
15	บางครั้งข้าพเจ้ามีพฤติกรรมผิดปกติไปจากเดิม เช่น นอนไม่หลับ หงุดหงิดฉุนเฉียว คนในครอบครัวจะให้คำแนะนำแก่ข้าพเจ้าในการดูแลตนเอง					
16	เมื่อข้าพเจ้ามีปัญหาหรือไม่สบายใจ คนในครอบครัวจะให้คำแนะนำที่เหมาะสมในการแก้ปัญหาเหล่านั้นๆได้					

ภาคผนวก ข

แสดงค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตาราง 20 แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามทักษะชีวิต 10 ด้าน จำนวน 62 ข้อ

ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก
1	1.76	22	2.65	43	1.96
2	2.12	23	3.13	44	3.57
3	1.82	24	1.83	45	2.29
4	2.34	25	1.87	46	2.50
5	2.12	26	2.67	47	2.22
6	2.46	27	2.71	48	1.88
7	1.82	28	2.16	49	2.16
8	2.34	29	2.29	50	1.88
9	2.12	30	2.07	51	1.83
10	2.46	31	1.83	52	3.75
11	1.75	32	1.88	53	1.94
12	3.33	33	2.29	54	2.67
13	2.61	34	1.79	55	2.38
14	2.61	35	2.39	56	1.75
15	2.15	36	1.88	57	2.38
16	3.87	37	2.22	58	2.23
17	2.86	38	1.96	59	1.89
18	2.71	39	1.78	60	1.78
19	2.50	40	2.61	61	2.13
20	2.61	41	1.75	62	2.13
21	2.86	42	1.78		

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (ข้อ1 - 10) เท่ากับ .7992

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจ (ข้อ11 - 15) เท่ากับ .8103

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการแก้ปัญหา (ข้อ 16 - 19) เท่ากับ .5217

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ (ข้อ20 - 23) เท่ากับ .6882

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (ข้อ24 - 29) เท่ากับ .6771

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพ (ข้อ30 - 34) เท่ากับ .8547

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความตระหนักในตนเอง (ข้อ35 - 41) เท่ากับ .3885

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (ข้อ42 - 47) เท่ากับ .6438

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์ (ข้อ48 - 54) เท่ากับ .7992

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิตด้านการจัดการกับความเครียด (ข้อ55 - 62) เท่ากับ .6993

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ชื่อ – สกุล	นายสรนันท์ สุพรรณรัตนรัฐ
วัน เดือน ปีเกิด	28 พฤศจิกายน 2520
สถานที่เกิด	อำเภอบางรัก จังหวัดกรุงเทพฯ
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	333 ถนนศรีเวียง แขวงสีลม เขตบางรัก จังหวัดกรุงเทพฯ 10500

ประวัติการศึกษา

- พ.ศ. 2535 - สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวิริยาลัย
จังหวัดกรุงเทพฯ
- พ.ศ. 2538 - สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนวัดสุทธวราราม
จังหวัดกรุงเทพฯ
- พ.ศ. 2542 - สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีนิเทศศาสตรบัณฑิต
สาขาการโฆษณา มหาวิทยาลัยกรุงเทพ
- พ.ศ. 2546 - สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโทการศึกษามหาบัณฑิต
สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ