

บทที่ 3

การดำเนินการศึกษาค้นคว้า

วิธีการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้ศึกษาค้นคว้าได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ประชากร
2. กลุ่มตัวอย่าง
3. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล
6. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนหนองโสนพิทยาคม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร ปีการศึกษา 2550 จำนวน 113 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนหนองโสนพิทยาคม อำเภอสามง่ามจังหวัดพิจิตร ปีการศึกษา 2550 จำนวน 80 คน โดยมีขั้นตอนการเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังต่อไปนี้

1. ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบวัดทักษะชีวิต และนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด

2. ประกาศรับสมัครนักเรียนที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต ตั้งแต่วันที่ 1-10 พฤศจิกายน พ.ศ. 2550 เมื่อครบกำหนด ได้นักเรียนที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มครบจำนวน 40 คน เป็นกลุ่มทดลอง โดยจัดคะแนนของนักเรียนที่มีคะแนนเท่ากันหรือใกล้เคียงกันมาจับคู่คะแนนกับกลุ่มทดลอง หากมีคะแนนเท่ากันหลายคน ได้ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย โดยการจับสลากมา 1 คน เพื่อเป็นกลุ่มควบคุม จำนวน 40 คน

3. เก็บคะแนนแบบวัดทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่างเป็นคะแนนสอบก่อนทดลอง (Pretest)

3. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ในครั้งนี้ ได้แก่

3.1. แบบวัดทักษะชีวิต คณะผู้ศึกษาค้นคว้าดำเนินการสร้างแบบแบบวัดทักษะชีวิตโดยศึกษาจากการสร้างแบบวัดของกรมสุขภาพจิต แล้วนำมาปรับปรุงเนื้อหา ให้เหมาะสมกับสภาพของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา ซึ่งนำไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวชิรवारมีพิทยาคม อำเภอวชิรवारมี จังหวัดพิจิตร จำนวน 30 คน ซึ่งเป็นกลุ่มที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาคุณภาพความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบวัดทักษะชีวิต โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ปรากฏว่ามีความเชื่อมั่นของแบบวัดทักษะชีวิตทั้งฉบับเท่ากับ 0.8237

ลักษณะของแบบวัดทักษะชีวิต

แบบวัดทักษะชีวิตนี้เป็นแบบประเมินมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ เป็นข้อความที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวที่แสดงออกในลักษณะต่างๆ 3 ด้าน 12 องค์ประกอบ องค์ประกอบละ 5 ข้อ รวมจำนวน 60 ข้อ ดังนี้

1. ทักษะชีวิตด้านพุทธิพิสัย 2 องค์ประกอบ รวม 10 ข้อ (ข้อ 1 - 10) ได้แก่

1.1 ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ (ข้อ 1 - 5)

1.2 ความคิดสร้างสรรค์ (ข้อ 6 - 10)

2. ทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย 4 องค์ประกอบ รวม 20 ข้อ (ข้อ 11 - 30) ได้แก่

2.1 ความตระหนักรู้ในตนเอง (ข้อ 11 - 15)

2.2 ความเห็นใจผู้อื่น (ข้อ 16 - 20)

2.3 ความภูมิใจในตนเอง (ข้อ 21 - 25)

2.4 ความรับผิดชอบต่อสังคม (ข้อ 26 - 30)

3. ทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัย 6 องค์ประกอบ รวม 30 ข้อ (ข้อ 31 - 60) ได้แก่

3.1 การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร (ข้อ 31 - 40)

แบ่งเป็น 2 องค์ประกอบย่อย คือ การสร้างสัมพันธภาพ จำนวน 5 ข้อ และการสื่อสาร จำนวน 5 ข้อ

3.2 การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา (ข้อ 41 - 50) แบ่งเป็น

2 องค์ประกอบย่อย คือ การตัดสินใจ จำนวน 5 ข้อ และการแก้ไขปัญหา จำนวน 5 ข้อ

3.3 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด (ข้อ 51 - 60) แบ่งเป็น

2 องค์ประกอบย่อย คือ การจัดการกับอารมณ์ จำนวน 5 ข้อ และการจัดการกับความเครียด จำนวน 5 ข้อ

แบบวัดทักษะชีวิตนี้เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ คือ มากที่สุด มาก น้อย น้อยที่สุด คณะผู้ศึกษาค้นคว้าต้องการให้ผู้ตอบ ตอบแบบวัดทักษะชีวิต โดยเลือกข้อใด ข้อหนึ่งแบบเจาะจงในการตอบให้ชัดเจนยิ่งขึ้น และให้ผู้ตอบพิจารณาเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวผู้ตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริงแล้วให้ผู้ตอบใส่เครื่องหมาย ลงในช่องว่างที่คิดว่าตรงกับกับความรู้สึกมากที่สุด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี มีคำตอบ 4 คำตอบ สำหรับข้อความแต่ละประโยค คือ มากที่สุด มาก น้อย น้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถาม

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	น้อย	น้อยที่สุด
0 ข้าพเจ้าเห็นใจและเข้าใจเมื่อผู้อื่นมีทุกข์				
00 ข้าพเจ้าเอาใจใส่ในงานที่ได้รับมอบหมาย				

เกณฑ์การให้คะแนนของแบบประเมินนี้ ให้คะแนนแต่ละข้อความกำหนดน้ำหนักตัวเลือกในช่องต่างๆ แบบน้ำหนักสัมพันธ์ โดยแต่ละตัวเลือกมีน้ำหนักเป็น 4, 3, 2, 1

ข้อความที่เป็นข้อความทางบวก (Positive Statement) คือข้อที่ 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 56 58 59 60 การให้คะแนนเป็น ดังนี้

มากที่สุด	ให้ 4
มาก	ให้ 3
น้อย	ให้ 2
น้อยที่สุด	ให้ 1

ข้อความที่เป็นข้อความทางลบ (Negative Statement) คือข้อที่ 55 และ 57 การให้คะแนนเป็น ดังนี้

น้อยที่สุด	ให้ 4
น้อย	ให้ 3
มาก	ให้ 2

มากที่สุด ให้ 1

3.2 โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต 1 โปรแกรม จำนวน 14 กิจกรรม

มีดังรายละเอียดในตาราง 2

ตาราง 2 โปรแกรมการจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อการพัฒนาทักษะชีวิต

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	กิจกรรม	ประเมินผล
1.	<p>1.เพื่อให้สมาชิกทราบจุดมุ่งหมาย ข้อตกลง กติกา ลักษณะของกิจกรรมกลุ่ม</p> <p>2.เพื่อให้สมาชิกได้รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเอง ในการเข้าร่วมกลุ่มเกี่ยวกับ วัน เวลา สถานที่ และจำนวนครั้งที่เข้าร่วมกิจกรรม</p> <p>3.เพื่อให้สมาชิกสร้างความคุ้นเคยและ สร้างสัมพันธ์ภาพกันในกลุ่มสมาชิก</p>	<p>การประชุมนิเทศ</p> <p>" สานสัมพันธ์ฉัน และเธอ "</p>	<p>1.สังเกตการมีส่วนร่วม ในกิจกรรมของสมาชิก</p> <p>2.การรายงานผลการ เข้าร่วมกิจกรรม</p>
2.	<p>1.เพื่อให้สมาชิกสามารถวิเคราะห์ สาเหตุ ปัญหา และผลของการติดยาเสพติดว่ามีผลกระทบต่อสังคม อย่างไร</p> <p>2.เพื่อให้สมาชิกมีความคิดที่จะปฏิบัติ เป็นแบบอย่างที่ดีของชุมชนได้</p> <p>3.เพื่อให้สมาชิกร่วมมือกันหาแนวทาง ในการป้องกันปัญหาเสพติดใน โรงเรียนได้</p>	<p>ความคิดวิเคราะห์</p> <p>" แพ้มหาชญากรรม "</p>	<p>1.สังเกตการณ์ อภิปราย แสดงความคิดเห็น</p> <p>2.สังเกตการณ์ทำงาน ของสมาชิก</p> <p>3.ตรวจผลงานสมุด ภาพ หรือ แพ้มหาชญากรรม</p>
3.	<p>1.เพื่อให้สมาชิกรู้จักการทำงานร่วมกัน</p> <p>2.เพื่อให้สมาชิกได้พัฒนาความคิด วิเคราะห์และความคิดผสมผสาน</p> <p>3.เพื่อให้สมาชิกได้ฝึกการคิดจินตนาการ</p>	<p>ความคิดสร้างสรรค์</p> <p>" นิทานรวมใจ "</p>	<p>1. สังเกตจากการเข้าร่วมกิจกรรม</p> <p>2. ตรวจจากผลงานกลุ่ม</p>

ตาราง 2 (ต่อ)

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	กิจกรรม	ประเมินผล
4.	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกได้รู้จักพฤติกรรมของตนเองในด้านต่างๆ 2. เพื่อให้สมาชิกสามารถบอกลักษณะของตนเองและความต้องการของตนเองได้อย่างมีเหตุผล 3. เพื่อให้สมาชิกเห็นคุณค่าของตนเอง 4. เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างสมาชิกด้วยกัน 	<p>ความตระหนักรู้ในตน</p> <p>"นี่คือตัวฉันเอง"</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สังเกตจากการร่วมกิจกรรม 2. ตรวจจากใบกิจกรรม
5.	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกเป็นผู้มีความรักและเห็นใจผู้อื่น 2. เพื่อฝึกให้สมาชิกรู้จักการเป็นผู้ให้และผู้รับ ไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น อีกทั้งมีความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น 	<p>ความเห็นใจผู้อื่น</p> <p>" เกมรวยนน้ำใจ "</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สังเกตการณ์อภิปราย แสดงความคิดเห็น 2. สังเกตการณ์ทำงานของสมาชิก
6.	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้การมองเห็นคุณค่าในตนเอง 2. เพื่อให้สมาชิกตระหนักในความมีคุณค่าของตนเองและผู้อื่น 3. เพื่อให้สมาชิกบอกเล่าความภาคภูมิใจของตนเองให้ผู้อื่น 4. เพื่อเสริมสร้างความภาคภูมิใจเห็นคุณค่าในตนเอง และนำไปใช้ประโยชน์ได้ 	<p>ความภูมิใจในตนเอง</p> <p>" คุณค่าในตนเอง "</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สังเกตจากการร่วมมือการทำกิจกรรมของกลุ่มสมาชิก 2. จากใบกิจกรรม 1 และ 2 ของสมาชิก

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	กิจกรรม	ประเมินผล
7.	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้เกี่ยวกับระเบียบวินัยในตนเองและสังคมได้ 2. เพื่อให้สมาชิกสำรวจความมีระเบียบวินัยในตนเองและสังคมได้ 3. เพื่อให้สมาชิกปฏิบัติตามกฎระเบียบของครอบครัวและโรงเรียนและสังคมได้ 	<p>ความรับผิดชอบ ต่อสังคม</p> <p>"วินัยดี...มีสุข "</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ตรวจสอบจากการปฏิบัติตามใบกิจกรรมของสมาชิก 2. ตรวจสอบจากการเป็นไปได้ในการวางแผนในการปรับปรุงงานของสมาชิก 3. ติดตามผลจากการปรับปรุงของสมาชิก 4. สังเกตจากการนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันของสมาชิก
8.	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกบอกข้อมูลเกี่ยวกับตนเองให้ผู้อื่นรับรู้ 2. เพื่อให้สมาชิกรู้สึกที่ดีต่อการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น 3. เพื่อให้สมาชิกบอกวิธีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ 	<p>การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร</p> <p>" หน้าต่างหัวใจ "</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สังเกตการณ์ร่วมกิจกรรม 2. การอภิปรายและการสรุป
9.	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้วิธีการสื่อสารด้วยวาจาที่เหมาะสม 2. เพื่อให้สมาชิกบอกวิธีการสื่อสารที่เหมาะสมได้ 	<p>การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร</p> <p>" รักนี้ให้เธอนะ "</p>	<ol style="list-style-type: none"> 5.1 สังเกตขณะฝึกการสื่อสารด้วยวาจา 5.2 ตรวจใบกิจกรรม

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	กิจกรรม	ประเมินผล
10.	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกอธิบายขั้นตอนและกระบวนการแก้ปัญหาได้ 2. เพื่อให้สมาชิกวิเคราะห์ปัญหาที่ต้องการแก้ไขได้ 3. เพื่อให้สมาชิกเสนอทางเลือกในการแก้ปัญหาได้หลากหลาย 	<p>การตัดสินใจและการแก้ปัญหา</p> <p>"คิดได้ ทำได้ แก้ไขปัญหา"</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สังเกตความสนใจในการซักถาม การตอบคำถาม 2. ผลงานการแก้ไขปัญหาในใบกิจกรรมที่ 2
11.	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกตระหนักในปัญหาที่เกิดขึ้น 2. เพื่อให้สมาชิกบอกผลกระทบของปัญหาที่เกิดขึ้นทั้งต่อตนเองและผู้อื่นได้ 3. เพื่อให้สมาชิกยกตัวอย่างปัญหาและบอกความรู้สึกที่เกิดขึ้นได้ 	<p>การตัดสินใจและการแก้ปัญหา</p> <p>"ลูกโซ่"</p> <p>การจัดการกับอารมณ์และความเครียด</p> <p>กิจกรรม" คลายเครียด"</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สังเกตการร่วมกิจกรรม 2. สังเกตการการอภิปรายและการสรุป
12.	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้สมาชิกรู้จักวิธีผ่อนคลายความตึงเครียด 2. เพื่อให้สมาชิกมีทักษะในการผ่อนคลายความเครียดด้วยตนเอง 	<p>การจัดการกับอารมณ์และความเครียด</p> <p>"คลายเครียด"</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. สังเกตการมีส่วนร่วมกิจกรรมฝึกปฏิบัติ 2. สังเกตพฤติกรรมหลังการฝึกปฏิบัติ

ครั้งที่	วัตถุประสงค์	กิจกรรม	ประเมินผล
13.	<p>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความรู้ความเข้าใจถึงสาเหตุและวิธีการหลีกเลี่ยงปัญหาที่จะก่อให้เกิดอารมณ์กับตนเองและผู้อื่นต่อสถานการณ์ต่างๆได้</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มตระหนักถึงผลดีผลเสียของการเกิดอารมณ์ที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่นได้</p> <p>3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีเทคนิคในการปฏิบัติตนและการจัดการกับอารมณ์ของตนเองกับสถานการณ์ต่างๆได้อย่างเหมาะสม</p>	<p>การจัดการกับอารมณ์และความเครียด</p> <p>"อารมณ์นั้น...สำคัญไฉน"</p>	<p>1. สังเกตความสนใจและการแสดงความรู้สึกในกลุ่ม</p> <p>2. สังเกตการมีส่วนร่วมอภิปรายในกลุ่ม</p> <p>3. จากการรายงานผลงานกลุ่ม</p>
14.	<p>1. เพื่อให้สมาชิกบอกความรู้สึกความคิดเห็นที่มีต่อการจัดกิจกรรมกลุ่มต่อเพื่อนสมาชิก และผู้นำกิจกรรมกลุ่ม</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกได้ระบายความคิดเห็น ความรู้สึกของตนออกมาอย่างอิสระ</p>	<p>ปัจฉิมนิเทศ</p> <p>"ต้นไม้แห่งความรู้สึก"</p>	<p>1. สังเกตจากการร่วมกิจกรรม</p> <p>2. สังเกตจากการแสดงความรู้สึก</p>

วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

1. แบบวัดทักษะชีวิต

ในการสร้างแบบวัดทักษะชีวิต ผู้ศึกษาค้นคว้าดำเนินการดังต่อไปนี้

1.1 ศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากตำรา เอกสารและงานศึกษาค้นคว้า ที่เกี่ยวข้อง กับทักษะชีวิตเพื่อเป็นกรอบแนวคิดในการดำเนินการสร้างแบบวัด

1.2 ดำเนินการสร้างแบบวัดทักษะชีวิต แบบวัดนี้เป็นแบบประเมินมาตรา ส่วนประมาณค่า 4 ระดับ โดยศึกษาการสร้างแบบวัดของกรมสุขภาพจิต แล้วนำมาปรับปรุง เนื้อหา ให้เหมาะสมกับสภาพของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา โดยอาศัยหลักการ คำนึงถึงจุดหมาย เพื่อให้เกิดความเหมาะสม และสอดคล้องกับทักษะชีวิต แล้วนำแบบวัดทักษะชีวิตดังกล่าวให้อาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองตรวจสอบความเหมาะสมของแบบวัดทักษะชีวิต

1.3 นำแบบวัดทักษะชีวิตไปตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและความเหมาะสมด้านภาษา โดยให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาความสอดคล้องระหว่างจุดประสงค์กับข้อความ ในแบบวัด ข้อใดใช้ได้ ไม่แน่ใจ หรือ ใช้ไม่ได้ โดยใช้เกณฑ์ การคัดเลือกผู้เชี่ยวชาญ 3 ใน 5 คน ตัดสินว่าใช้ได้ ซึ่งผู้เชี่ยวชาญจะต้องเป็นผู้ที่มีวุฒิทางจิตวิทยาการศึกษาระดับมหาบัณฑิตเป็น อย่างต่ำ และมีประสบการณ์ในการทำงานด้านแนะแนวอย่างน้อย 3 ปี จำนวน 5 ท่าน ดังนี้

1.3.1 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ปราชญ์ลาภณี กัณหเนตร อาจารย์ประจำ สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยนเรศวร พิษณุโลก

1.3.2 นางสาวสุวิทย์ สุขแสน ตำแหน่ง ศึกษานิเทศก์ชำนาญการ พิเศษ กลุ่มงานนิเทศติดตามและประเมินผล สถานที่ทำงาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา สุโขทัย เขต 1

1.3.3 นายปตินันท์ ศรีพงษ์ ตำแหน่ง ศึกษานิเทศก์ชำนาญการ กลุ่มงานนิเทศติดตามและประเมินผล สถานที่ทำงาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพิจิตร เขต 1

1.3.4 นางนิกุล พูนเพิ่ม ตำแหน่ง ครู อันดับ คศ. 3 วิทฤษฎานะ ชำนาญการพิเศษ หัวหน้างานแนะแนว สถานที่ทำงาน โรงเรียนวังทองพิทยาคม พิษณุโลก สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพิษณุโลก เขต 2

1.3.5 นางอรสา ศิลปวรรณวิวัฒน์ ตำแหน่ง ครู อันดับ คศ. 3 วิทฤษฎานะชำนาญการพิเศษ หัวหน้างานแนะแนว สถานที่ทำงาน โรงเรียนเมธีพิทยา พิจิตร สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพิจิตร เขต 1

1.4 ทำการแก้ไขและปรับปรุงข้อคำถามตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน เพื่อให้ได้แบบวัดทักษะชีวิต ที่มีคุณภาพ

1.5 นำแบบวัดทักษะชีวิตที่ปรับปรุงและแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวชิระบารมีพิทยาคม อำเภอวชิระบารมี จังหวัดพิจิตร จำนวน 15 คน ซึ่งเป็นกลุ่มที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาคุณภาพความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบวัดทักษะชีวิต โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ปรากฏว่ามีความเชื่อมั่นของแบบวัดทักษะชีวิตทั้งฉบับเท่ากับ 0.8237

2. โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต

ในการสร้างโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ผู้ศึกษาค้นคว้าดำเนินการดังต่อไปนี้

2.1 ศึกษารายละเอียด เกี่ยวกับทักษะชีวิต จากเอกสารและงานศึกษาค้นคว้าที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดจุดมุ่งหมาย ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมเพื่อให้สอดคล้องและเหมาะสมกับการพัฒนาทักษะชีวิต

2.2 ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับ กิจกรรมกลุ่ม หลักการ จุดมุ่งหมาย บทบาทของผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม วิธีดำเนินการเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่มจากตำรา เอกสารและงานศึกษาค้นคว้าที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมอย่างเหมาะสม

2.3 ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการสร้างโปรแกรมการจัดกิจกรรมกลุ่ม จากเอกสารและงานศึกษาค้นคว้าที่เกี่ยวข้อง และสร้างโปรแกรมให้สอดคล้องกับความมุ่งหมาย

2.4 สร้างโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต โดยอาศัยหลักการ คำนึงถึงจุดหมายวิธีดำเนินการ เพื่อให้เกิดความเหมาะสม และสอดคล้องกับทักษะชีวิต แล้วนำโปรแกรมห้ทดลองให้อาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองตรวจสอบความเหมาะสมของโปรแกรม

2.5 นำโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตที่สร้างขึ้น ให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเหมาะสมของโปรแกรมว่าสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายวิธีดำเนินการ เนื้อหา อุปกรณ์ และการประเมินผลเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต ซึ่งผู้เชี่ยวชาญจะต้องเป็นผู้ที่มีวุฒิทางจิตวิทยาการศึกษาในระดับมหาบัณฑิตเป็นอย่างต่ำ และมีประสบการณ์ในการทำงานด้านแนะแนวอย่างน้อย 3 ปี ให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ดังนี้

2.5.1 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ปราชญ์ลาภณ์ กัณหเนตร อาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยนเรศวร พิษณุโลก

2.5.2 นางสาวสุวิริย์ สุขแสน ตำแหน่ง ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ กลุ่มงานนิเทศติดตามและประเมินผล สถานที่ทำงาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสุโขทัย เขต 1

2.5.3 นายปตินันท์ ศรีพงษ์ ตำแหน่ง ศึกษานิเทศก์ชำนาญการ
กลุ่มงานนิเทศติดตามและประเมินผล สถานที่ทำงาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพิจิตร เขต 1

2.5.4 นางนิกุล พูนเพิ่ม ตำแหน่ง ครู อันดับ คศ. 3 วิทยฐานะ
ชำนาญการพิเศษ หัวหน้างานแนะแนว สถานที่ทำงาน โรงเรียนวังทองพิทยาคม พิษณุโลก
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพิษณุโลก เขต 2

2.5.5 นางอรสา ศิลปวรรณวิวัฒน์ ตำแหน่ง ครู อันดับ คศ. 3
วิทยฐานะชำนาญการพิเศษ หัวหน้างานแนะแนว สถานที่ทำงาน โรงเรียนเมธีพิทยา พิจิตร
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพิจิตร เขต 1

2.6 ทำการแก้ไขและปรับปรุงโปรแกรมตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5
ท่าน เพื่อให้ได้โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ที่มีคุณภาพ

2.7 นำโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ที่สร้างขึ้นไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวชิระบารมีพิทยาคม อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร จำนวน 40 คน
เพื่อพิจารณาความเหมาะสมของกิจกรรมในเรื่องความยากง่าย ลำดับขั้นและการใช้เวลา การใช้
ภาษา สื่อที่ใช้ ความสอดคล้องของกิจกรรม แล้วนำมาปรับปรุงให้เหมาะสม

2.8 นำโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ที่ได้แก้ไขปรับปรุงเรียบร้อยแล้ว ไป
ดำเนินการปฏิบัติกับกลุ่มทดลอง คือ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนหนองโสนพิทยาคม
อำเภอสามง่ามจังหวัดพิจิตร ปีการศึกษา 2550 จำนวน 40 คน ณ ห้องแนะแนวโรงเรียนหนอง
โสนพิทยาคมตามโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต จำนวน 14 กิจกรรม กิจกรรมละ 1 ชั่วโมง
สัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันอังคาร วันพุธ และวันพฤหัสบดี ตั้งแต่เวลา 14.40 น. - 15.40 น. เป็น
เวลา 5 สัปดาห์ติดต่อกัน โดยปฏิบัติตามโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มที่ได้กำหนดไว้ (ดังรายละเอียดใน
ภาคผนวก) ส่วนกลุ่มควบคุม เป็นกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ให้ทำกิจกรรมตามปกติ

แบบแผนการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาค้นคว้าเชิงทดลอง (Experiment Research) โดย
ใช้การเปรียบเทียบคะแนนความแตกต่างของกลุ่มทดลอง ที่ได้จากคะแนนสอบก่อนการทดลองและ
หลังการทดลอง และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความแตกต่างของกลุ่มควบคุมและกลุ่ม
ทดลองที่ได้จากคะแนนสอบหลังการทดลอง เพื่อหาผลสัมฤทธิ์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ดังนี้
(ล้วน สายยศและอังคณา สายยศ 2538 : 248)

ตาราง 3 แบบแผนการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่าง	ก่อนสอบ (Pre - test)	ทดลอง	หลังสอบ (Post - test)
(R)E	T _{1E}	X	T _{2E}
(R)C	T _{1C}	~X	T _{2C}

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการทำแบบแผนการศึกษาค้นคว้า

X	แทน	การเข้าค่ายฝึกอบรม
~X	แทน	ไม่ได้เข้าร่วมค่ายฝึกอบรม
E	แทน	กลุ่มทดลอง
C	แทน	กลุ่มควบคุม
(R)	แทน	การกำหนดกลุ่มตัวอย่าง เข้ากลุ่มต่างๆ โดยการสุ่ม
T _{1E}	แทน	การทดสอบก่อนในกลุ่มทดลอง
T _{1C}	แทน	การทดสอบก่อนในกลุ่มควบคุม
T _{2E}	แทน	การทดสอบหลังกลุ่มทดลอง
T _{2C}	แทน	การทดสอบหลังกลุ่มควบคุม

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้ศึกษาค้นคว้าดำเนินการดังต่อไปนี้

1. ขออนุญาตผู้บริหารโรงเรียน เพื่อขอความร่วมมือในการศึกษาค้นคว้าและเก็บข้อมูล
2. ดำเนินการทดลองตามขั้นตอนดังนี้

2.1 ขั้นตอนเตรียมการทดลอง

1) ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทำแบบวัดทักษะชีวิต และนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด

2) เลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการประกาศรับสมัครนักเรียน ได้นักเรียนจำนวน 40 คน ที่มีความสนใจเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และนำคนที่มีคะแนนเท่ากันหรือใกล้เคียงกับกลุ่มทดลองมาจับคู่กับ 40 คนที่เป็นกลุ่มทดลอง เพื่อเป็นกลุ่มควบคุม เก็บคะแนนแบบวัดทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่างเป็นคะแนนสอบก่อนการทดลอง (Pretest)

ตาราง 4 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง

ก่อนการทดลอง	n	\bar{X}	S.D.	t
กลุ่มทดลอง	40	179.325	15.200	0.426
กลุ่มควบคุม	40	179.200	15.238	

$$t(.01, 78) = 2.638$$

จากตาราง 4 พบว่า คะแนนทักษะชีวิตก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน

2.2 ขั้นตอนดำเนินการทดลอง

ผู้ศึกษาค้นคว้าดำเนินการทดลองโดย ให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตามโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต จำนวน 14 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันอังคาร วันพุธ และวันพฤหัสบดี ตั้งแต่เวลา 14.40 น. - 15.40 น. เป็นเวลา 5 สัปดาห์ติดต่อกัน เริ่มตั้งแต่วันที่ 29 มกราคม พ.ศ. 2551 ถึงวันที่ 28 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551 โดยปฏิบัติตามโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มที่ได้กำหนดไว้ (ดังรายละเอียดในภาคผนวก) ส่วนกลุ่มควบคุม เป็นกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม ให้ทำกิจกรรมตามปกติ

2.3 ขั้นตอนประเมินผล

หลังสิ้นสุดการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มของกลุ่มทดลอง ประมาณ 1 สัปดาห์ ผู้ศึกษาค้นคว้า นำแบบวัดทักษะชีวิต ชุดเดิมไปประเมินกับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม คะแนนที่ได้ในครั้งนี้ เป็นคะแนนสอบหลังการทดลอง (Post-test)

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้ศึกษาค้นคว้าใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ เอส พี เอส เอส ฟอริวินโดว์ เวอร์ชัน 11.5 (SPSS for Window Version 11.5) ดังต่อไปนี้

1. หาค่าสถิติพื้นฐาน คือ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนที่ได้จากแบบวัดทักษะชีวิตทั้งก่อนและหลังการทดลอง
2. เปรียบเทียบคะแนนทักษะชีวิตภายในกลุ่มทดลองก่อนและหลังทดลอง โดยใช้การทดสอบแบบที่ (t-test Dependent)
3. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง โดยใช้การทดสอบแบบที่ (t-test Independent)

6. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้ศึกษาค้นคว้าใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

1. ค่าเฉลี่ย (\bar{X})

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ	\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะชีวิต
	$\sum X$	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	N	แทน	จำนวนคนทั้งหมดของกลุ่ม

2. ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2538, หน้า 79)

$$S.D. = \sqrt{\frac{N\sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

เมื่อ	S.D.	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	$\sum X$	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	$\sum X^2$	แทน	ผลรวมของคะแนนแต่ละคนยกกำลังสอง
	N	แทน	จำนวนคน

3. การทดสอบที แบบไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test dependent) (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2538, หน้า 104)

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n \sum D^2 - (\sum D)^2}{n-1}}}$$

- เมื่อ t แทน ค่าที่ใช้พิจารณาของการแจกแจงแบบที
 n แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
 D แทน ผลต่างของคะแนนจากการทำแบบทดสอบ

4. การทดสอบที แบบเป็นอิสระต่อกัน (t-test independent) (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2538, หน้า 101)

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1-1)S_1^2 + (n_2-1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left[\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right]}}$$

- เมื่อ t แทน ค่าที่ใช้พิจารณาของการแจกแจงแบบที
 \bar{X}_1 แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง
 \bar{X}_2 แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม
 S_1^2 แทน คะแนนความแปรปรวนของกลุ่มทดลอง
 S_2^2 แทน คะแนนความแปรปรวนของกลุ่มควบคุม
 n_1 แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มทดลอง
 n_2 แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มควบคุม