

การพัฒนาแบบการจัดการเรียนรู้ PLAY เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา

DEVELOPING A PLAY-BASED LEARNING MODEL TO ENHANCE LIFE SKILLS OF GRADE 7 STUDENTS AT NAKHAMWITTAYA SCHOOL

รุ่งลาวรรณ สมบูรณ์¹

Runglawan Somboon¹

(วันที่รับบทความ: 3 มีนาคม 2569, วันที่แก้ไขบทความ: 4 เมษายน 2569, วันที่ตอบรับ: 30 เมษายน 2569)

บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์สำคัญเพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ PLAY สำหรับพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา ต.แดงหม้อ อ.เขื่องใน องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุบลราชธานี โดยสร้างและหาคุณภาพของรูปแบบการจัดการเรียนรู้ และศึกษาผลการส่งเสริมการเรียนรู้ทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา ต.แดงหม้อ อ.เขื่องใน องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุบลราชธานี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ เป็นเด็กนักเรียนที่กำลังเรียนอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2568 จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 20 คนและกลุ่มควบคุมจำนวน 22 คน ได้มาโดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง ใช้เวลาทดลองจำนวน 10 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 50 นาที เครื่องมือทดลองคือ รูปแบบการจัดการเรียนรู้ PLAY เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา เครื่องมือวัดคือ แบบประเมินพฤติกรรมทางทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 88 ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการจัดการเรียนรู้ PLAY ที่สร้างขึ้นมี 4 ขั้นตอนคือ ขั้นวางแผน (P) (Plan) ขั้นจัดกิจกรรมทักษะชีวิต (L) (Life) ขั้นลงมือปฏิบัติกิจกรรม (A) (Action) และขั้นความสำเร็จ (Y) (Yield) มีความเหมาะสมเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด และพบว่า หลังการทดลอง รูปแบบการจัดการเรียนรู้ PLAY ส่งเสริมให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา มีคะแนนทักษะชีวิตรายด้านทุกด้านและโดยรวมสูงขึ้น อย่างชัดเจน และมีขนาดส่งผลต่อ (effect sizes) คะแนนทักษะทางสังคมแต่ละด้านและโดยรวมอยู่ในระดับมาก ในขณะที่หลังการจัดการเรียนรู้แบบปกติ ในกลุ่มควบคุม ส่งเสริมให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา มีคะแนนทักษะชีวิตรายด้านทุกด้านและโดยรวมสูงขึ้น อย่างชัดเจนเช่นเดียวกัน แต่มีขนาดส่งผลต่อ (effect sizes) คะแนนทักษะชีวิตรายด้านและโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และหลังการจัดการเรียนรู้ รูปแบบ PLAY ส่งเสริมให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา มีทักษะชีวิตรายด้านทุกด้านและโดยรวมสูงกว่าการจัดการเรียนรู้แบบปกติอย่างชัดเจน และการจัดการเรียนรู้ รูปแบบ PLAY และแบบปกติ

คำสำคัญ: ทักษะชีวิต, รูปแบบการจัดการเรียนรู้ PLAY, นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

¹ครูเชี่ยวชาญ กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนนาคำวิทยาสังกัด องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุบลราชธานี

¹ Expert teacher, in Health and Physical Education Department, Nakhamwittaya School under the Ubon Ratchathani Provincial Administrative Organization.

*Corresponding author e-mail E-mail: Rungsexy@gmail.com

Abstract

The main objective of this study was to develop a PLAY learning model for developing life skills among Grade 7 students at Nakhamwittaya School, Tambon Daeng Mo, Amphoe Khueang Nai, Ubon Ratchathani Province. This involved constructing and evaluating the quality of the learning model and studying its effectiveness in promoting life skills learning among Grade 7 students at Nakhamwittaya School. The sample consisted of 20 Grade 7 students in the 2025 academic year, divided into an experimental group of 20 students and a control group of 22 students, selected using purposive sampling. The experiment lasted 10 weeks, 2 days a week, 50 minutes per day. The experimental instrument was the PLAY learning model for developing life skills among Grade 7 students at Nakhamwittaya School. The measurement instrument was a life skills behavior assessment form for Grade 7 students at Nakhamwittaya School, with a reliability coefficient of 88. The research results showed that... The developed PLAY learning management model consists of four steps: Planning (P), Life Skills Activity (L), Action (A), and Yield (Y). It was found to be highly suitable on average. Following the experiment, the PLAY learning management model significantly improved the scores of Grade 7 students at Nakhamwittaya School in all aspects of life skills and overall. The effect sizes on individual and overall social skills scores were significant. In contrast, the control group's traditional learning management also showed a significant improvement in all aspects of life skills and overall scores, but with a moderate effect size. Overall, the PLAY learning model resulted in significantly higher life skills scores in all aspects and overall for Grade 7 students at Nakhamwittaya School compared to the traditional learning management.

Keywords: Life skills, PLAY learning management model, Grade 7 students

บทนำ

วัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่มีพัฒนาการอย่างรอบด้าน ครอบคลุมช่วงอายุประมาณ 10–24 ปี ซึ่งเป็นระยะที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมอย่างชัดเจน ร่างกายเริ่มเจริญเติบโตสมบูรณ์มากขึ้น เกิดความสนใจเพศตรงข้าม และมีความต้องการความรักความเข้าใจ ขณะเดียวกันอารมณ์มักแปรปรวน หงุดหงิดหรือโกรธง่าย อีกทั้งยังต้องการอิสระและมีความคาดหวังต่อตนเองสูงขึ้น วัยรุ่นจำนวนมากต้องเผชิญแรงกดดันจากการเรียน ความสัมพันธ์กับเพื่อน ครอบครัว และสังคมรอบตัว หากไม่สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงและแรงกดดันเหล่านี้ได้อย่างเหมาะสม ก็อาจนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าและปัญหาการฆ่าตัวตายในที่สุดปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นสามารถแบ่งได้เป็นปัจจัยด้านชีวภาพภายในบุคคล และปัจจัยด้านจิตสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องทักษะชีวิต วัยรุ่นที่ขาดทักษะชีวิตมักมีรูปแบบความคิดในแง่ลบ มองตนเองสิ่งแวดลอม และอนาคตอย่างสิ้นหวัง ขาดความคิดสร้างสรรค์และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ไม่มีความมั่นใจในตนเอง และรู้สึกละอายใจในคุณค่า นอกจากนี้ยังอาจมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มองว่าตนไม่มีความสามารถ ไม่เป็นที่รัก หรือไม่เป็นที่ต้องการของผู้อื่น ความคิดเหล่านี้ล้วนเพิ่มความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะซึมเศร้าในด้านสังคม วัยรุ่นที่ขาดทักษะชีวิตอาจมีพฤติกรรมแยกตัวออกจากผู้อื่น ไม่สามารถจัดการอารมณ์และความเครียดได้อย่างเหมาะสม ขาดทักษะการแก้ปัญหาและการตัดสินใจ ส่งผลให้บางรายอาจพัฒนาไปสู่ความคิดหรือการ

ตัดสินใจทำร้ายตนเอง งานศึกษาทั้งในต่างประเทศและประเทศไทยต่างพบผลสอดคล้องกันว่า การขาดทักษะชีวิตเป็นปัจจัยสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น ดังนั้น การส่งเสริมทักษะชีวิตและการสนับสนุนทางอารมณ์อย่างเหมาะสมจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการป้องกันปัญหาสุขภาพจิตในช่วงวัยนี้

การศึกษาเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาคน สร้างสังคม และขับเคลื่อนประเทศชาติให้ก้าวหน้า อีกทั้งยังเป็นกลไกหลักในการพัฒนากำลังคนให้มีคุณภาพ สามารถดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข ท่ามกลางกระแสการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของโลกในศตวรรษที่ 21 การศึกษายังมีบทบาทสำคัญในการเสริมสร้างความได้เปรียบทางการแข่งขัน และช่วยให้ประเทศสามารถยืนหยัดในเวทีโลกภายใต้ระบบเศรษฐกิจและสังคมที่มีความเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา นานาประเทศทั่วโลกจึงให้ความสำคัญกับการพัฒนาการศึกษาอย่างจริงจัง เพื่อยกระดับทรัพยากรมนุษย์ให้สามารถปรับตัวได้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงทั้งในระดับประเทศ ภูมิภาค และระดับโลก ควบคู่ไปกับการรักษาอัตลักษณ์และเอกลักษณ์ของตนเอง สำหรับประเทศไทย การจัดการศึกษามุ่งเน้นการพัฒนาศักยภาพและขีดความสามารถของคนไทยให้มีทักษะความรู้ความสามารถ และสมรรถนะที่จำเป็น สอดคล้องกับความต้องการของตลาดแรงงานและทิศทางการพัฒนาประเทศภายใต้แรงกดดันจากกระแสโลกาภิวัตน์และปัญหาวิกฤตภายในประเทศ การพัฒนาการศึกษาจึงเป็นปัจจัยสำคัญในการยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชน สร้างสังคมที่ยึดมั่นในคุณธรรมและจริยธรรม และผลักดันประเทศให้สามารถก้าวพ้นกับดักรายได้ปานกลางไปสู่การเป็นประเทศพัฒนาแล้ว พร้อมทั้งรองรับการเปลี่ยนแปลงของโลกทั้งในปัจจุบันและอนาคตได้อย่างมั่นคงและยั่งยืน (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2560)

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้เกิดสมรรถนะสำคัญ โดยเฉพาะความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ซึ่งถือเป็นทักษะจำเป็นสำหรับทุกคน เนื่องจากมนุษย์ตั้งแต่แรกเกิดต้องได้รับการหล่อหลอมผ่านทั้งกระบวนการตามธรรมชาติและกระบวนการทางสังคม กระบวนการเหล่านี้มีความต่อเนื่องและเชื่อมโยงกันเป็นลำดับ ส่งผลต่อการพัฒนาความคิด พฤติกรรม และการดำเนินชีวิตระหว่างการเติบโต มนุษย์ต้องเผชิญกับแรงกดดันและแรงกระแทกจากปัจจัยภายนอกที่สำคัญ ได้แก่ ขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรม ครอบครัว เพื่อน และสิ่งแวดล้อม บุคคลที่จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุขและไม่ก่อให้เกิดปัญหาต่อสังคม คือผู้ที่สามารถจัดการกับแรงปะทะจากปัจจัยเหล่านี้ได้อย่างเหมาะสมและสมดุล โดยอาศัยทักษะชีวิตที่ได้รับการฝึกฝนและพัฒนาอย่างต่อเนื่องเป็นพื้นฐานสำคัญในการดำเนินชีวิต (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560)

การพัฒนาผู้เรียนจำเป็นต้องส่งเสริมทั้งทักษะทางวิชาการและทักษะชีวิตควบคู่กันไป โดยความต้องการจำเป็นหมายถึงช่องว่างระหว่างระดับทักษะชีวิตที่คาดหวังกับสภาพความเป็นจริงของนักเรียนในปัจจุบัน ซึ่งหากพบความแตกต่างดังกล่าวย่อมสะท้อนถึงประเด็นที่ต้องได้รับการปรับปรุงแก้ไข เพื่อให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ด้วยเหตุนี้ การประเมินความต้องการจำเป็น (Needs Assessment) จึงเป็นกระบวนการสำคัญที่ใช้ในการศึกษาวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างสภาพที่เป็นอยู่กับสภาพที่ควรจะเป็นอย่างเป็นระบบ พร้อมทั้งจัดลำดับความสำคัญของปัญหา และค้นหาสาเหตุของความต้องการจำเป็น เพื่อนำข้อมูลไปใช้ประกอบการตัดสินใจในการปรับปรุงพัฒนา การจัดสรรงบประมาณ ตลอดจนการวางแผนดำเนินงานขององค์กรอย่างมีประสิทธิภาพกระบวนการประเมินความต้องการจำเป็นตามกรอบการวิจัยแบบสมบูรณ์ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนแรก การระบุความต้องการจำเป็น (Needs Identification) เพื่อชี้ให้เห็นประเด็นปัญหาหรือช่องว่างที่เกิดขึ้น ขั้นตอนที่สอง การวิเคราะห์ความต้องการจำเป็น (Needs Analysis) เพื่อค้นหาสาเหตุของปัญหาอย่างลึกซึ้ง และขั้นตอนที่สาม การกำหนดแนวทางแก้ไขปัญหา (Needs Solution) เพื่อเสนอทางเลือกหรือมาตรการที่เหมาะสมในการพัฒนาและปรับปรุงให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ (สุวิมล ว่องวานิช, 2558)

ความสำคัญของทักษะชีวิตซึ่งเป็นทักษะที่จำเป็นสำหรับผู้เรียนทุกคน ทำให้ผู้วิจัยตระหนักถึงบทบาทของสถานศึกษา และบทบาทของครูผู้สอนในการวางแผนการจัดการจัดการกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจทำวิจัยการพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ PLAY เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา ทั้งนี้เพื่อให้การจัดการจัดการกิจกรรมการเรียนรู้ที่ช่วยพัฒนาให้ผู้เรียนเกิดทักษะชีวิต สามารถพัฒนาตนเองไปสู่การเป็นผู้มีความรู้ความสามารถในการคิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น มีทักษะชีวิตที่สามารถปรับตัวให้ทันในศตวรรษที่ 21 อย่างมีคุณภาพรวมทั้งมีความสุขในการใช้ชีวิต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อสร้างและหาคุณภาพของรูปแบบการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา รูปแบบการจัดการเรียนรู้ PLAY
2. เพื่อศึกษาระดับการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา รูปแบบการจัดการเรียนรู้ PLAY
3. เพื่อการเปรียบเทียบคะแนนทักษะชีวิตของนักเรียนรวมของรูปแบบการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา รูปแบบการจัดการเรียนรู้ PLAY

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยายองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุบลราชธานี

1. ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2568
2. กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2568 จำนวน 42 คน โดยแบ่งเป็น กลุ่มทดลอง 20 คน ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ชนิดคือ

1. เครื่องมือทดลอง คือรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบ PLAY
2. เครื่องมือวัด คือ แบบประเมินทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย
2. นำเครื่องมือวัดคือแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา และเครื่องมือทดลอง คือ รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบ PLAY ซึ่งประกอบด้วยคู่มือและแผนการจัดประสบการณ์ ให้ผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบคุณภาพ เพื่อหาดัชนีความเหมาะสมของเครื่องมือวัดและเครื่องมือทดลอง
3. นำเครื่องมือวัด คือแบบประเมินทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา ที่ได้ตรวจสอบคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพื่อวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือ โดยผู้วิจัยชี้แจงและอธิบายวิธีการใช้แบบประเมินทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา แก่ครูเพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจที่ตรงกันในวิธีการใช้แบบประเมิน

ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน นาคำวิทยา ซึ่งครูจะเป็นผู้สังเกตและประเมินพฤติกรรมและการแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา

4. นำเครื่องมือทดลอง คือ รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบ PLAY ที่ได้ตรวจสอบคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญแล้ว ไปทดลองใช้ 2 ครั้ง กับเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง

5. ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในการทดลอง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา ศึกษาในโรงเรียนนาคำวิทยาศึกษา 2568 ภาคเรียนที่ 1 จำนวน 1 ห้อง ที่ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เพื่อกำหนดเป็นกลุ่มทดลอง

6. ดำเนินการทดลองโดยกำหนดให้กลุ่มทดลองได้รับการจัดประสบการณ์ตามรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบ PLAY และกลุ่มควบคุมได้รับการจัดการเรียนรู้ตามปกติเป็นระยะเวลา 10 สัปดาห์ โดยประเมินทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา ก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

7. วิเคราะห์ข้อมูลการประเมินทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน นาคำวิทยา ก่อนและหลังการทดลองสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลและอภิปรายผลการวิจัย

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่
 - 1.1 ค่าเฉลี่ย (Mean)
 - 1.2 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
2. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
 - 2.1 การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)
 - 2.2 สถิติที่ใช้การเปรียบเทียบคือ t-test

ผลการวิจัย

จากการวิจัย เรื่องการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยารูปแบบการจัดการเรียนรู้ PLAY สรุปผลการวิจัย ได้ดังนี้ขั้นวางแผน (P) (Plan) ขั้นจัดกิจกรรมทักษะชีวิต (L) (Life) ขั้นลงมือปฏิบัติกิจกรรม (A) (Action) และขั้นความสำเร็จ (Y) (Yield) ได้รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบ PALY สำหรับพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา ซึ่งเป็นรูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นประกอบด้วย 4 ขั้นตอน (PALY) จากแนวคิดนำมาสรุปเป็นขั้นตอนการเรียนรู้ได้ 4 ขั้นตอน คือ ขั้นวางแผน (PLAN) **ขั้นที่ 1 วางแผน (PLAN)** เป็นขั้นที่ส่งเสริมให้เด็กเรียนรู้ทักษะทางสังคมจากการทำงานร่วมกับเพื่อน **ขั้นที่ 2 จัดกิจกรรมทักษะชีวิต (L) (Life)** เป็นขั้นที่การจัดกิจกรรมทักษะชีวิต (Life Skills Activities) **ขั้นที่ 3 ลงมือปฏิบัติกิจกรรม (ACTION)** เป็นขั้นที่เด็กลงมือปฏิบัติกิจกรรมเพื่อให้เกิดทักษะการเรียนรู้ทางสังคมด้านการทำงานเป็นกลุ่ม **ขั้นที่ 4 ขั้นความสำเร็จ (Y) (Yield)** เป็นขั้นที่เด็กแสดงความยินดีเมื่อประสบความสำเร็จในการเรียนรู้

ตารางที่ 1 ผลการประเมินรูปแบบการจัดการเรียนรู้ PLAY โดยผู้เชี่ยวชาญ

ประเด็นการพิจารณา	M	SD	ระดับความเหมาะสม
1. ความเป็นมาของรูปแบบการจัดการเรียนรู้	4.5	0.41	มากที่สุด
2. แนวคิดทฤษฎีพื้นฐานที่ใช้ในการกำหนดกรอบแนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา	4.6	0.54	มากที่สุด
3. จุดมุ่งหมายของรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบPLAYใช้พัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา	4.6	0.54	มากที่สุด
4. แผนการจัดการเรียนรู้ตามรูปแบบ PLAY มีความสอดคล้องกับจุดประสงค์	4.7	0.54	มาก
5. กิจกรรมการเรียนรู้การสอนสอดคล้องกับพัฒนาการและการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา	5.00	0	มากที่สุด
6. สื่อการเรียนการสอนเหมาะสมกับการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา	4.7	0.44	มากที่สุด
7. ระยะเวลาในการจัดจัดการเรียนรู้ในช่วงกิจกรรมเสริมการเรียนรู้มีความเหมาะสม	5.00	0	มากที่สุด
8. การวัดและประเมินผลมีความสอดคล้องกับจุดประสงค์และกระบวนการจัดการเรียนรู้	4.4	0.54	มาก
9. ครูสามารถจัดจัดการเรียนรู้ตามรูปแบบการสอนได้ง่าย	4.8	0.44	มากที่สุด
10. รูปแบบ PLAY สามารถนำไปใช้ได้ในการเรียนการสอนปกติทั่วไปได้	4.8	0.44	มากที่สุด
11. ครูนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สามารถนำรูปแบบ PLAY ไปใช้ได้ตามคู่มือ	5.00	0	มากที่สุด
12. รูปแบบ PLAY เป็นประโยชน์ต่อการจัดการศึกษาในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา	4.8	0.44	มากที่สุด
13 กระบวนการจัดการเรียนรู้ผู้เรียนสร้างทักษะชีวิตด้วยตนเอง สอดคล้องกับพัฒนาการและการเรียนรู้	4.8	0.44	มากที่สุด
14. กระบวนการจัดการเรียนรู้ขั้นวางแผน (PLAN) สอดคล้องกับพัฒนาการและการเรียนรู้	4.34	0.44	มากที่สุด
15. กระบวนการจัดการเรียนรู้ขั้นจัดกิจกรรมทักษะชีวิต (L) (Life) สอดคล้องกับพัฒนาการและการเรียนรู้	4.7	0.44	มากที่สุด
16. กระบวนการจัดการเรียนรู้ขั้นลงมือปฏิบัติกิจกรรม (ACTION) สอดคล้องกับพัฒนาการและการเรียนรู้	4.8	0.44	มากที่สุด
17. กระบวนการจัดการเรียนรู้ขั้นขั้นความสำเร็จ (Y) สอดคล้องกับพัฒนาการและการเรียนรู้	4.6	0.54	มาก
18.. หน้าที่ของครูในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	4.3	0.44	มากที่สุด

ประเด็นการพิจารณา	M	SD	ระดับความเหมาะสม
รวม	4.59	0.21	มากที่สุด

2. การศึกษาผลการทดลองใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบ PLAY การศึกษาผลการทดลองใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบ PLAY สรุปผลการวิจัยได้

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนน ทักษะชีวิตของนักเรียนรวม รายองค์ประกอบและรายประเด็นก่อนการจัดการเรียนรู้ระหว่างกลุ่มทดลอง

	M (คะแนน แตกต่าง)	SE	t
ทักษะชีวิตของนักเรียน			
การตระหนักรู้ในตนเอง	-0.23	1.35	-0.16
- ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self-awareness)	0.36	0.82	0.43
-ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking)	-0.6	0.79	-0.75
ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น	-0.35	0.95	-0.36
- ทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship)	0.11	0.61	0.18
- ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotion)	-0.47	0.50	-0.92
ทักษะชีวิตของนักเรียนรวม	-0.5	2.10	-0.24

ตาราง 3 การเปรียบเทียบคะแนน ทักษะชีวิตของนักเรียนรวม รายองค์ประกอบและรายประเด็นหลังการจัดการเรียนรู้ระหว่างกลุ่มทดลอง

	M (คะแนน แตกต่าง)	SE	t
ทักษะชีวิตของนักเรียน			
การตระหนักรู้ในตนเอง	17.84	1.06	16.74
- ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self-awareness)	9.64	0.63	15.2
-ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking)	9.2	0.62	14.61
ด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่น	15.92	0.85	18.62
- ทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship)	8.08	0.53	15
- ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotion)	7.84	0.51	14.27
ทักษะชีวิตของนักเรียนรวม	33.76	1.76	18.71

พบว่า หลังได้รับการจัดการเรียนรู้แบบ PLAY ทำให้นักเรียนมีพัฒนาทักษะชีวิตสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ทั้งรายด้าน ทุกด้านและหลังได้รับการจัดการเรียนรู้กลุ่มที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ตามรูปแบบ PLAY มีพัฒนาทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบปกติอย่างมีนัยสำคัญ หลังได้รับการจัดการเรียนรู้แบบ PLAY ทำให้นักเรียนมีพัฒนาทักษะชีวิตสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ทั้งรายด้าน ทุกด้าน คือก่อน($t=-0.24$) และหลังได้รับการจัดการเรียนรู้กลุ่มที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ตามรูปแบบ PLAY มีพัฒนาทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบปกติอย่างมีนัยสำคัญ ทั้งรายด้านทุกด้านและโดยรวม ($t=18.71$) ซึ่งแสดงให้เห็นว่ารูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบ PLAY มีความเหมาะสมและนำไปใช้พัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยาได้อย่างมั่นใจ

การอภิปรายผลการวิจัย

จากการวิจัย เรื่องการพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ PLAY เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา สรุปผลการวิจัย ได้ดังนี้

1. ได้รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบ PALY สำหรับพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนนาคำวิทยา ซึ่งเป็นรูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้นประกอบด้วย 4 ขั้นตอน (PALY) จากแนวคิดนำมาสรุปเป็นขั้นตอนการเรียนรู้ได้ 4 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 วางแผน (PLAN) ขั้นวางแผน (PLAN) เป็นกระบวนการที่มุ่งส่งเสริมให้นักเรียนได้พัฒนาทักษะทางสังคมผ่านการทำงานร่วมกับผู้อื่น โดยนักเรียนมีส่วนร่วมในการวางแผนและนำเสนอสาระการเรียนรู้ด้วยตนเอง รู้จักกำหนดเป้าหมายที่คาดหวัง และร่วมกันวางแผนดำเนินกิจกรรมตามความสนใจของตนเอง ร่วมกับเพื่อนและครู กระบวนการวางแผนดังกล่าวช่วยกระตุ้นการคิดอย่างเป็นระบบ ทำให้นักเรียนเรียนรู้ทั้งการวางแผนและการวางแผนเพื่อการเรียนรู้ (Learning to Plan and Planning to Learn) ตามแนวคิดของ Brewer (1995) แนวทางนี้ผู้วิจัยพัฒนามาจากรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบไฮสโคป (HighScope) ซึ่งมีพื้นฐานจากทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของเพียเจต์ ที่เน้นให้เด็กเรียนรู้ผ่านการลงมือปฏิบัติจริง และเชื่อว่าเด็กสามารถสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตนเองผ่านกระบวนการเรียนรู้เชิงสร้างสรรค์ (Constructive Process of Learning) นักเรียนจึงเกิดการเรียนรู้จากการกระทำตามความสนใจของตนเอง อีกทั้งการประเมินผลงานอย่างเป็นระบบยังช่วยเสริมสร้างความเข้าใจ ทำให้นักเรียนสามารถสร้างความรู้จากประสบการณ์ที่มีความหมาย โดยมีกระบวนการปฏิบัติเป็นหัวใจสำคัญของการเรียนรู้

ขั้นที่ 2 จัดกิจกรรมทักษะชีวิต (L) (Life) ทักษะชีวิต (Life Skills) หมายถึง ความสามารถในการปรับตัว การแสดงพฤติกรรมเชิงบวก และการเผชิญปัญหาในชีวิตประจำวัน ตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลก โดยประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ 4 ประการ ได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง การคิดวิเคราะห์และแก้ปัญหา การจัดการอารมณ์และความเครียด และการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ซึ่งนับเป็นแนวทางสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการดำเนินชีวิตของผู้เรียนในยุคดิจิทัล (บุญญรัตน์ กองอรุณ, 2562) ขั้นจัดกิจกรรมทักษะชีวิตจึงมุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้ฝึกประสบการณ์จริง เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการปรับตัวและจัดการกับปัญหาในชีวิตประจำวัน โดยใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เช่น การแสดงบทบาทสมมติ (Role Play) การระดมสมอง และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน กิจกรรมเหล่านี้ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจ ส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอดจนพัฒนาทักษะในการควบคุมอารมณ์ ความเครียด และการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ตามแนวทางของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2561) ดังนั้น การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีความหลากหลายและมีชีวิตชีวา จะช่วยกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ทักษะชีวิตอย่างมี

ประสิทธิภาพ และสามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมสอดคล้องกับวัย อันเป็นพื้นฐานสำคัญของการเติบโตเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพต่อไปในอนาคต

ขั้นที่ 3 ลงมือปฏิบัติ (ACTION) ขั้นลงมือปฏิบัติ (Action) เป็นกระบวนการนำแผนงานหรือแนวทางที่ได้กำหนดไว้ไปสู่การปฏิบัติจริง (Implementation) โดยมุ่งเน้นให้ผู้เรียนหรือผู้ปฏิบัติงานได้ลงมือทำด้วยตนเองในสถานการณ์จริง เพื่อแก้ไขปัญหา พัฒนางาน หรือสร้างการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง (Learning by Doing) ซึ่งโดยทั่วไปขั้นตอนนี้มักเป็นลำดับที่สองของกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (PAOR) ภายหลังจากขั้นการวางแผน (Planning) สำคัญของขั้นลงมือปฏิบัติ คือ การเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติจริง ไม่ใช่เพียงการรับฟังหรือรับความรู้เพียงอย่างเดียว แต่เป็นการดำเนินกิจกรรมตามแผนที่วางไว้ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้จากการทดลอง การเผชิญสถานการณ์ และการแก้ปัญหาอย่างเป็นรูปธรรม ทั้งนี้ ในระหว่างการดำเนินกิจกรรมมักมีการบันทึกข้อมูลควบคู่กับการสังเกต (Observation) พฤติกรรมและผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น เพื่อนำไปใช้ในการสะท้อนผลและปรับปรุงพัฒนาต่อไป (บุญล้อม สุจริตรักษ์, 2562)

ขั้นที่ 4 ขั้นความสำเร็จ (Y) (Yield) ขั้นสะท้อนผลเป็นกระบวนการที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ทบทวนและสะท้อนความคิดจากความสำเร็จในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ โดยมุ่งเน้นผลลัพธ์ให้ผู้เรียนเกิดคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของโรงเรียน อันเป็นแนวทางพัฒนาผู้เรียนให้เป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุข สอดคล้องกับหลักคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และจิตสำนึกที่สังคมคาดหวัง เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุขตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ประกอบด้วย การรักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ความซื่อสัตย์สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน และรักความเป็นไทย ซึ่งล้วนเป็นเป้าหมายสำคัญของการจัดการศึกษา การจัดการกิจกรรมการเรียนรู้ในบริบทนี้จึงมุ่งหวัง “ผลลัพธ์การเรียนรู้” (Learning Outcomes) ที่เกิดขึ้นกับผู้เรียน ภายหลังจากผ่านกระบวนการเรียนรู้ ไม่ได้จำกัดเพียงคะแนนสอบ แต่ครอบคลุมถึงความรู้ ความเข้าใจ ทักษะ และพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป อันสะท้อนถึงความสำเร็จของการออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอน การจัดการกิจกรรมที่มีประสิทธิภาพควรเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ (Active Learning) เพื่อส่งเสริมการคิดวิเคราะห์ การแก้ปัญหา การนำความรู้ไปประยุกต์ใช้จริง ตลอดจนพัฒนาทักษะกระบวนการจัดการและคุณธรรมควบคู่กัน อีกทั้งยังควรมีความยืดหยุ่นและสอดคล้องกับการพัฒนาทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 และทักษะชีวิตเมื่อผู้เรียนประสบความสำเร็จในแต่ละขั้นตอนของการเรียนรู้ จะเกิดความภาคภูมิใจ เข้าใจบทเรียนได้ลึกซึ้ง และจดจำได้ดีจากประสบการณ์ตรง ความสำเร็จดังกล่าวช่วยลดความท้อแท้ สร้างเจตคติที่ดีต่อการเรียนการสอน ทำให้เด็กอยากมาโรงเรียนและมีความสุขกับการเรียนรู้ร่วมกับเพื่อน ช่วงเวลาที่เด็กมาถึงโรงเรียนจึงเป็นช่วงสำคัญในการสร้างความผูกพันและความรู้สึกที่ดีต่อสถานศึกษา ซึ่งเป็นความร่วมมือของทั้งครูและผู้ปกครองในการช่วยกันส่งเสริมบรรยากาศเชิงบวก เพื่อให้เด็กเติบโตอย่างมีคุณภาพและมีความสุขในระยะยาว

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ครูสามารถนำไปเป็นแนวทางในการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนให้ทันกับสถานการณ์ยุคปัจจุบัน

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อทักษะ ชีวิตนักเรียนในหน่วยงานการศึกษาในระดับอื่น

2.2. ควรมีการวิจัยพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนในระดับอื่น

องค์ความรู้ใหม่

การพัฒนาการจัดการเรียนรู้ PLAY เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต เป็นการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ซึ่งบทบาทของครูในการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญถือเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนและการจัดการเรียนรู้ในห้องเรียนให้มีคุณภาพโดยบทบาทของครูนั้นอาจเกิดจากองค์ความรู้ความสามารถประกอบกับประสบการณ์จากการจัดการเรียนรู้ โดยครูควรให้ความสำคัญกับบทบาทของตนเอง และพัฒนาตนเองให้มีกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เต็มศักยภาพและสามารถปรับตัวให้เท่าทันยุคดิจิทัล ได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข นอกจากนี้ ควรมีการสร้างรูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสม และมีการติดตามประเมินผลการดำเนินงานอย่างสม่ำเสมอ เพื่อนำผลการประเมินไปปรับปรุงการดำเนินงานให้ดียิ่งขึ้น



เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560*. โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กัญญา งามบรรจง. (2559). *การพัฒนาแบบการจัดการกระบวนการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างทักษะในศตวรรษที่ 21 ผ่านกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน*. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ.
- บุญญรัตน์ กองอรุณ. (2562). *การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน ทักษะชีวิตของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจังหวัดจันทบุรี*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยบูรพา.
- บุญล้อม สุจริตรักษ์. (2562). การเรียนรู้จากการปฏิบัติ (Action Learning). *วารสารวิจัยและพัฒนาการศึกษา*, 13(2), 1-10.
- สมเดช มุ่งเมือง. (2555). *ทักษะชีวิต: Life skills* (เล่มที่ 1). สูตรไพศาลบิวเดอร์.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2560). *แผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560-2579* (เล่มที่ 1). สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2561). *แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตผู้เรียนในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน*. สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา.

- สุวิมล ว่องวานิช. (2558). *การวิจัยประเมินความต้องการจำเป็น: Needs assessment research*. สำนักพิมพ์
แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Brewer, J. A. (1995). *Introduction to early childhood education: Preschool through primary
grades* (2nd ed.). Allyn & Bacon.
- Botvin, G. J. (2006). *Life skills training: Promoting health and personal development*. Princeton
Health Press.
- Johnson, D. W., Johnson, R. T., & Holubec, E. J. (1993). *Cooperation in the classroom* (6th ed.).
Interaction Book Company.
- World Health Organization. (2004). *Sexually transmitted infections in adolescents*. World
Health Organization.