

การพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียน
ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย*

DEVELOPMENT OF AN INSTRUCTIONAL MODEL TO ENHANCE
SOCIAL AND EMOTIONAL COMPETENCE OF SECONDARY SCHOOL
STUDENTS IN THAILAND

สิริภัทร ชื่นคำ

Siriphat Chuenka

ดวงใจ สีเขียว

Duangjai Seekheio

ประพันธ์ศิริ สุเสารัจ

Prapansiri Susaoraj

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Srinakharinwirot University, Thailand

E-mail: chuenka@hotmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย ผู้วิจัยใช้การวิจัยเชิงคุณภาพเก็บข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาสมรรถนะด้านสังคมและอารมณ์ จำนวน 5 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา 1 คน นักจิตวิทยาการศึกษาและแนะแนว 1 คน นักวิชาการด้านพัฒนาสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ 2 คน นักวัดผลทางการศึกษา 1 คน เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง และ กรอบแนวคิดของตัวบ่งชี้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์สำหรับนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ใช้การวิเคราะห์เนื้อหาวิเคราะห์ข้อมูลและแสดงผลแบบตาราง และ ความเรียง ผลการวิจัยสรุปได้ว่า สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ รวม 57 ตัวบ่งชี้ ประกอบด้วย 1) ความตระหนักในตนเอง มี 6 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง และการเชื่อในความสามารถของตนเอง 2) การจัดการตนเอง มี 18 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การควบคุมอารมณ์ของตนเอง การจัดการความเครียด การมีวินัยในตนเอง และการวางแผนและกำหนดเป้าหมาย 3) ความตระหนักทางสังคม มี 10 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การมองและเข้าใจมุมมอง อารมณ์



และความรู้สึกของผู้อื่น และการเห็นคุณค่าและเคารพความแตกต่าง 4) ทักษะสัมพันธภาพ มี 15 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ และการทำงานร่วมกับผู้อื่น 5) การตัดสินใจอย่างมีความรับผิดชอบ มี 8 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การระบุปัญหาและเป้าหมาย การวิเคราะห์สถานการณ์ตามความเป็นจริง และการแก้ปัญหาอย่างรับผิดชอบ โดยตัวบ่งชี้ทั้งหมด ได้รับฉันทามติจากกลุ่มผู้เชี่ยวชาญซึ่งสามารถวัดประเมินจากพฤติกรรมผู้เรียนได้

คำสำคัญ: ตัวบ่งชี้, สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์, นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย

Abstract

The Objectives of this research article were to develop social and emotional competence indicators for Thai high school students. The researchers, using the purposive sampling method for qualitative research, gathered information from five learning management specialists for the development or measurement of social and emotional competence that included: 1 educator with experience in learning management to enhance secondary school students' social and emotional competence. 1 Educational and Guidance Counselor, 2 University professors for the development of social and emotional competence, and 1 Educational Assessment Specialist. A semi-structured interview form and a conceptual framework of social and emotional competence indicators in high school students were used as a research tool. The results tables and other visual representations are presented using content analysis of qualitative data. The results of the research concluded that Social and emotional competence consisted of 5 components, a total of 57 indicators. Self-awareness is the first component. There are 6 indicators: emotional perception and feelings. and confidence in one's own abilities 2) Self-management There are 18 indications, which are as follows: stress management, self-control, self-discipline, planning and goal setting 3) There are 10 indicators of social awareness, which include perceiving understanding the perspectives, emotions, and feelings of others. as well as appreciating and respecting diversity 4) Relationship Skills, there are 15 indicators, including communication and relationship building. as well as collaboration 5) Responsible Decision Making, there are 8 indicators, which include problem identification and objectives. realistic circumstance evaluation, Responsible problem solving. The experts reached an agreement, resulting in the



development of behavioral indicators that may be explored the learners' behavior.

Keywords: Indicators, Social and Emotional Competencies, High School Students

บทนำ

ในปัจจุบันประเทศไทยได้ใช้แนวคิดหลักในการจัดการศึกษาของหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ที่ยึดหลักว่า ผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด กระบวนการจัดการเรียนรู้ต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มศักยภาพ เน้นให้ความสำคัญกับความรู้และคุณธรรม โดยมีการกำหนดคุณลักษณะอันพึงประสงค์ไว้ควบคู่กับมาตรฐานการเรียนรู้ เพราะต้องการเน้นย้ำให้เกิดขึ้นเป็นนิสัยโดยการสอดแทรกเข้าไปกับกระบวนการจัดการเรียนรู้ และกำหนดจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดกับผู้เรียนเมื่อจบการศึกษาไว้ 5 ข้อคือ 1) มีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์ เห็นคุณค่าของตนเอง มีวินัยและปฏิบัติตนตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา หรือศาสนาที่ตนนับถือ ยึดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง 2) มีความรู้ ความสามารถในการสื่อสาร การคิด การแก้ปัญหา การใช้เทคโนโลยี และมีทักษะชีวิต 3) มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี มีสุขนิสัย และรักการออกกำลังกาย 4) มีความรักชาติ มีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและพลโลก ยึดมั่นในวิถีชีวิต และการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข 5) มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์วัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทย การอนุรักษ์และพัฒนาสิ่งแวดล้อม มีจิตสาธารณะที่มุ่งทำประโยชน์และสร้างสิ่งที่ดีงามในสังคม และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข สอดคล้องกับการดำเนินการตามแผนการพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ซึ่งเป็นแผนแม่บทในการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาคนในทุกช่วงวัย ทั้งในด้านปัญหา ทักษะ คุณลักษณะ และสมรรถนะในการประกอบอาชีพ ในฐานะกลไกหลักในการพัฒนาประเทศ (กลุ่มพัฒนากระบวนการเรียนรู้ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ, 2553) ให้ทันกับพลวัตของโลกในศตวรรษที่ 21 และการพัฒนาอุตสาหกรรมในยุค 4.0 โดยประเด็นคุณธรรมและจริยธรรมของเด็กและเยาวชนถูกกล่าวถึงว่ายังต้องมีการพัฒนาเพิ่มขึ้น โดยมีสมรรถนะหรือคุณลักษณะที่ไม่ตรงกับตลาดแรงงาน (สำนักเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2561) นอกจากนี้เด็กช่วงวัย 13 - 17 ปี ซึ่งเป็นช่วงเข้าสู่ช่วงวัยรุ่น พบว่า โดยส่วนใหญ่ ปัญหาการฆ่าตัวตาย ความเสี่ยง ในการเกิดโรคซึมเศร้าของวัยรุ่นไทยอายุ 10 - 19 ปี มีจำนวนเพิ่มขึ้น มีเด็กฆ่าตัวตาย จำนวน 139 คน มีความเสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้าสูงร้อยละ 44 และมีอัตราป่วยเป็นโรคซึมเศร้าร้อยละ 18 โดยลักษณะอาการทางอารมณ์และ พฤติกรรมของวัยรุ่นที่ป่วยเป็นโรคซึมเศร้าจะไม่เหมือนอาการของผู้ใหญ่คือ อาจมีพฤติกรรมใช้ ความรุนแรง ทำร้ายตัวเองหรือคนอื่น มีอารมณ์ก้าวร้าวหรือแปรปรวนง่าย หรือมีพฤติกรรมเสี่ยง สาเหตุส่วนใหญ่มาจากการใช้ อินเทอร์เน็ตและสื่อ



ออนไลน์ที่ไม่เหมาะสมจนเกิดปัญหาการติดเกมส์และพ่นออนไลน์ โดย วัยเรียนหนังสือและวัยทำงาน Gen Z (คนที่เกิดในปี พ.ศ. 2544 เป็นต้นไป) ใช้เวลาในการเล่นโซเชียลมีเดีย เช่น Facebook, Instagram, Line เป็นต้น มากเป็นอันดับที่ 1 โดยมีจำนวนชั่วโมง การใช้ อินเทอร์เน็ตโดยเฉลี่ยอยู่ที่ 3 ชั่วโมง 42 นาทีต่อวัน รองลงมา เป็นการดูโทรทัศน์ ภาพยนตร์ ฟังเพลง ทางออนไลน์ (เฉลี่ย 3 ชั่วโมงต่อวัน) เล่นเกมออนไลน์ (เฉลี่ย 2 ชั่วโมง 48 นาทีต่อวัน) และอ่านหนังสือทาง ออนไลน์ (เฉลี่ย 2 ชั่วโมงต่อวัน) ในเขตกรุงเทพมหานคร มีเด็กป่วยเป็น โรคติดเกม (Game addiction) รายใหม่ 129 ราย ซึ่งเพิ่มขึ้นถึง 6 เท่าตัว จากปีงบประมาณ พ.ศ. 2559 และมีเด็กที่ป่วยและได้รับการวินิจฉัย จากจิตแพทย์ว่าเป็นโรคติดเกมรวม 429 ราย ซึ่งมากเป็นอันดับ 3 รองจากโรคสมาธิสั้น และปัญหาพฤติกรรม ดื้อรั้น ซึ่งเด็กที่ป่วยเป็นโรคติด เกมใช้เวลาเล่นเกมเฉลี่ยวันละ 5 ชั่วโมง ข้อมูลรายงานผลการศึกษาของทีมนิตแพทย์เด็กและ วัยรุ่น ที่ตรวจรักษาเด็ก 6 - 17 ปี ที่ป่วยเป็น โรคติดเกม พบว่า เด็กที่ป่วยเป็นโรคติดเกมจะพบ โรคจิตเวชอื่นร่วมด้วย โดยในกลุ่มอายุ 13 - 17 ปี พบโรค ทางจิตเวชรวมมากถึง 8 โรค ได้แก่ โรคสมาธิสั้น (Attention deficit hyperactivity disorder) ปัญหาการ เรียนรู้ (Learning disorder) โรควิตกกังวลกลัวเข้าสังคม (Anxiety) ย้ำคิดย้ำทำ โรคซึมเศร้า (Depression) โรค อารมณ์ 2 ขั้ว โรคจิตหวาดระแวง และโรคลมชัก (กรมกิจการเด็กและเยาวชน กระทรวงการ พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2561) ซึ่งปัญหาดังกล่าวที่พบในประเทศไทย ไม่ แตกต่างกับปัญหาที่พบในต่างประเทศ โดยมีการศึกษาในด้านสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ ในงานวิจัยของประเทศตะวันตกได้ที่มีมาอย่างต่อเนื่อง โดยเริ่มตั้งแต่ปี 1976 มีการพัฒนา ความรู้ ทักษะ และคุณลักษณะ เพื่อเสริมสร้าง ทักษะทางอารมณ์และสังคม นอกจากนี้ยังมี โครงการพัฒนา ซึ่งสามารถเรียนรู้ และฝึกหัดได้ และเกิดการรวมกลุ่มกันของนักการศึกษาเพื่อ วิจัยและพัฒนาทักษะนี้ (CASEL, 2015) และคาดว่าจะมีการนำไปใช้ในโรงเรียนต่าง ๆ ของ ประเทศสหรัฐอเมริกา กว่า 50% ในปี 2025 โดยข้อค้นพบของ CASEL ทำให้เห็นว่าทักษะ ด้านอารมณ์และสังคมสามารถพัฒนาได้ตั้งแต่ก่อนเข้าเรียนไปจนกระทั่งระดับมัธยมศึกษา งานวิจัยในช่วงหลายปีแสดงให้เห็นว่าครูและนักการศึกษาว่า 90% เห็นว่า สมรรถนะทาง สังคมและอารมณ์เป็นสิ่งจำเป็นและเป็นส่วนสำคัญในการศึกษาของนักเรียน โดยมีการพัฒนา วิธีการวัดสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ซึ่งมีการใช้ในที่ต่าง ๆ ของประเทศ (Weissberg, R. P., 2019) งานวิจัยในไม่กี่ปีที่ผ่านมา แสดงให้เห็นว่า SEL Program (Social and Emotional learning Program) ช่วยพัฒนาความสามารถด้านการเรียน เสริมสร้างพฤติกรรมด้านดี และ ลดพฤติกรรมด้านแย่ โดยกลุ่มคนที่มีบทบาทสำคัญอย่างมากในการส่งเสริมสมรรถนะทางสังคม และอารมณ์ คือกลุ่มเพื่อนและครู (Holly E. B. H. et al., 2019) ซึ่งทักษะทางอารมณ์และ สังคมของครูจะส่งผลต่อสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนได้ (Ogurlu Ü. et al., 2018) โดยอารมณ์เป็นผลจากการเรียนรู้ ซึ่งมีความเกี่ยวเนื่องกันของหลายส่วน และมี กระบวนการในสถานการณ์ที่เฉพาะเจาะจง ผ่านประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ทางอารมณ์



ซึ่งอารมณ์จะปรับเปลี่ยนไปตามประสบการณ์ของผู้เรียน (Lebois, A. M. L. et al., 2019) โดยมีการใช้การจัดกิจกรรมเพื่อสังคมในการพัฒนาสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ แต่นักเรียนบางคนมีปัญหาเรื่องเวลาและเรื่องเงินในการเข้าร่วมกิจกรรม (Ulupinar, Ş. et al., 2019) โดยที่ในปัจจุบันมีการวิจัยและพัฒนาแนวทางและวิธีการพัฒนาสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ที่หลากหลายมากยิ่งขึ้น และนักการศึกษาควรมองภาพของสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ใหม่ แนวทางการพัฒนาสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ในอนาคตควรพัฒนาให้สอดคล้องกับพัฒนาการอารมณ์และสังคมของผู้เรียน และมีความยืดหยุ่นโดยใช้เทคนิควิธีที่ครูสามารถนำไปปรับใช้กับเนื้อหาต่าง ๆ ได้เหมาะสมกับบริบท (Bailey, R. et al., 2019); (Harden, B. J. et al., 2017) เมื่อเริ่มต้นโครงการเกิดขึ้นเพื่อแก้ปัญหาเด็กที่มีพฤติกรรมเสี่ยง และป้องกันปัญหาสุขภาพจิตในเด็ก โดยพัฒนาเป็นโปรแกรมและนำไปปรับใช้กับหลักสูตรปกติในโรงเรียน แต่พบปัญหาหลักสูตรไม่สอดคล้องกับชีวิตจริงของนักเรียน ไม่มีเวลาเพียงพอในการจัดเพราะต้องแบ่งเวลากับการจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรปกติ ครูและผู้นำการจัดการเรียนรู้ไม่ได้รับความช่วยเหลือจากผู้พัฒนาโปรแกรมในการนำไปใช้จริง และแผนการจัดกิจกรรมที่ไม่ยืดหยุ่นทำให้ไม่สามารถตอบสนองความต้องการพัฒนานักเรียนจริงได้ รูปแบบการพัฒนาสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์จึงควรมีลักษณะที่ชี้เฉพาะว่าทักษะด้านใดควรพัฒนาในช่วงอายุใดให้ชัดเจน มีความยืดหยุ่นนำมาใช้ได้ ไม่จำเป็นต้องเป็นหลักสูตร แต่เน้นที่การนำไปฝึกปฏิบัติในพื้นที่ที่หลากหลายนอกเหนือจากห้องเรียน และควรให้ครูสอดแทรกกระบวนการพัฒนาสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ลงในการสอนหรือกิจกรรมตามปกติซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนมีโอกาสนในการพัฒนาสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์มากกว่า และจะได้ผลดีมากขึ้น หากครูสามารถจัดการเรียนรู้ที่ตรงกับความต้องการและประสบการณ์ของผู้เรียน (Clelland, M. C. et al., 2017) ผลของการใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้โดยใช้หลักสูตรพัฒนาสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ซึ่งอาจจะมีรูปแบบที่แตกต่างกัน แต่ก็สามารถช่วยพัฒนาทักษะต่าง ๆ ให้กับผู้เรียนได้ โดยในระยะสั้นจะช่วยพัฒนาทัศนคติและมุมมองต่อตนเองและผู้อื่นได้ดีขึ้น ส่วนในระยะยาวสามารถช่วยให้มีพฤติกรรมที่ดี เรียนได้ดีขึ้น และมีสุขภาพจิตที่ดี (Mahoney J. L. et al., 2018) ซึ่งส่งผลให้การวิจัยและพัฒนาในปัจจุบัน เน้นที่การพัฒนาสมรรถนะความสามารถในเด็กและเสริมสร้างให้เข้มแข็ง เพราะเด็กต้องเชื่อว่าเราสามารถพัฒนาความสามารถและทัศนคติให้ดีพอที่จะเอาตัวรอดในโลกปัจจุบันได้ (Weissberg, R. P., 2019) แต่งานวิจัยในปัจจุบันยังขาดการวิจัยในประเด็นเรื่อง ควรใช้วิธีการพัฒนาอย่างไร ที่สามารถส่งผลต่อสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ แต่ละด้านได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด และผลระยะสั้น หรือ ยาวที่เกิดขึ้นกับตัวผู้เรียนนั้น เกิดขึ้นกับทักษะด้านใดบ้าง (Mahoney J. L. et al., 2018) โดยแนวคิดการพัฒนาสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของ CASEL ได้ถูกวิจัยและพัฒนาจนกลายเป็นกรอบแนวคิดการเรียนรู้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ (CASEL, 2015) มีองค์ประกอบหลัก 5 ด้านของการพัฒนาไว้ดังนี้ 1) การจัดการตนเอง เป็นความสามารถในการควบคุมความคิด อารมณ์



ความรู้สึก และพฤติกรรมของตน 2) การตระหนักรู้ตนเอง เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของตนเอง และประเมินจุดเด่นและจุดด้อยของตนเองได้ชัดเจน 3) การตระหนักรู้สังคม เป็นความสามารถตระหนักและเข้าใจถึงวัฒนธรรม ความเชื่อ ความรู้สึกของคนอื่น ๆ และสังคมโลกรอบที่อยู่รอบตัวของเรา 4) ทักษะสัมพันธภาพ เป็นความสามารถในการสื่อสารทำงานร่วมกับคนรอบข้าง และสร้างความสัมพันธ์ที่ร่วมกัน 5) การรับมือต่อการตัดสินใจ เป็นความสามารถในการวางแผนสำหรับอนาคต โดยยึดบรรทัดฐานทางคุณธรรมและจริยธรรม ซึ่งช่วยให้คนอื่นมีชีวิตที่ดีขึ้น (Ross, K. M., 2018); (รังสิริศม์ วงศ์อุปราช และศศิลักษณ์ ขยันกิจ, 2561) โดยระดับของการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม สามารถได้รับการพัฒนาให้สูงขึ้นได้ด้วยโปรแกรมการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (รังสิริศม์ นิรัตน์, 2553) ซึ่งสามารถนำไปปรับใช้ให้เหมาะสมกับช่วงอายุได้ โดยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นในการทำกิจกรรมอย่างี่แสดงให้เห็นความสามารถในการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ในสถานการณ์สมมติอย่างทั่วถึง เมื่อระดับการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์เพิ่มสูงขึ้น จะส่งผลให้ผลการเรียนสูงขึ้นตามไปด้วย (รังสิริศม์ วงศ์อุปราช, 2555)

จากภูมิหลังและความสำคัญที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาองค์ประกอบและพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนสามารถตระหนักรู้ในตนเอง ตระหนักรู้สังคม จัดการตนเอง ตัดสินใจอย่างรับผิดชอบ และมีสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่นส่งเสริมความสามารถทางการเรียน (Academic Performance) พฤติกรรมทางสังคม (Positive Social Behaviors) และความสัมพันธทางสังคม (Social relationships) นอกจากนี้ยังช่วยลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา (Behavior Problems) และปัญหาสุขภาพจิต (Psychological Distress) และช่วยให้ประสบความสำเร็จในการเรียน การทำงาน ครอบครัว และนอกเหนือจากนี้ยังสามารถนำผลวิจัยไปใช้ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษาต่อไปอีกด้วย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย

วิธีดำเนินการวิจัย

เป็นการวิจัยเพื่อพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจากผู้เชี่ยวชาญ โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดกลุ่มเป้าหมาย กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ ผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาสมรรถนะด้านสังคมและอารมณ์ โดยเลือกกลุ่มเป้าหมายแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 5 คน ได้แก่ นักวิชาการที่มีความรู้และเชี่ยวชาญเกี่ยวกับการจัดกิจกรรม



การเรียนรู้เพื่อพัฒนาสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์อย่างน้อย 5 ปี หรือ นักวิชาการที่มีงานวิจัย หรือ บทความ ที่เกี่ยวข้องกับสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ อย่างน้อย 5 ปี

2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยได้สร้างเครื่องมือวิจัย คือ แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง และกรอบแนวคิดของตัวบ่งชี้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์สำหรับนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โดย ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ทั้งจากในประเทศและต่างประเทศ เพื่อสร้างกรอบแนวคิดของตัวบ่งชี้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์สำหรับนักเรียนในระดับมัธยมศึกษา และกำหนดข้อคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์ เพื่อให้ ผู้เชี่ยวชาญแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับตัวบ่งชี้ โดยมีการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือด้วยการหาค่า ดัชนีความสอดคล้อง (IOC) จากผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการเรียนการสอนนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 5 ท่าน โดยตรวจสอบความสอดคล้องของข้อคำถามกับจุดประสงค์ของการวิจัย

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ติดต่อผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาสมรรถนะด้านสังคมและอารมณ์ หรือ ด้านการวัดประเมินสมรรถนะด้านสังคมและอารมณ์ โดยแจ้งวัตถุประสงค์ในการวิจัย วิธีการเก็บข้อมูล และประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย โดยทำหนังสือขอความร่วมมือในการทำวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัยถึงผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด 5 คน เพื่อขอความร่วมมือในการสนทนากลุ่ม (Focus Group) ในช่วงเดือน เมษายน 2563 ทั้งนี้ เนื่องจากสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) มีความรุนแรงมากขึ้น ผู้วิจัยจึงใช้ โปรแกรม ZOOM ในการดำเนินการสนทนากลุ่มและบันทึกข้อมูลการสนทนา

4. การจัดการข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ โดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ซึ่งมีการกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลตามจุดประสงค์ของการวิจัย และแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปแบบตาราง และ ความเรียง

ผลการวิจัย

จากสนทนากลุ่มในรูปแบบการประชุมออนไลน์ ผ่านโปรแกรม Zoom ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้อาวิเคราะห์และกำหนดตัวบ่งชี้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย รวมถึงกำหนดตัวบ่งชี้เชิงพฤติกรรมที่สามารถพบและวัดประเมินได้ ซึ่งสามารถสรุปผลออกมา ดังแสดงในตารางที่ 1



ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ตัวบ่งชี้สัมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย และตัวบ่งชี้เชิงพฤติกรรม

องค์ประกอบหลัก	ตัวบ่งชี้	ตัวบ่งชี้เชิงพฤติกรรม
การรับรู้และเข้าใจตนเอง	การรับรู้ อารมณ์และ ความรู้สึก ตนเอง	<ol style="list-style-type: none"> 1. สามารถอธิบายผลของการมีประสบการณ์ที่หลากหลายต่อการพัฒนาทักษะต่าง ๆ ของตนเอง 2. สามารถวิเคราะห์สาเหตุที่จะทำให้ตนเองไม่บรรลุเป้าหมายตามที่ตั้งไว้ 3. สามารถอธิบายการเปลี่ยนแปลงการตีความเหตุการณ์ของตนเอง ที่ส่งผลต่อความรู้สึกของตนเอง
	การเชื่อใน ความสามารถ ของตนเอง	<ol style="list-style-type: none"> 1. ระบุทักษะจุดแข็งของตนเองได้อย่างมั่นใจ 2. ประเมินศักยภาพของตนเองในการเผชิญกับสถานการณ์ที่ไม่คาดคิด 3. วิเคราะห์ผลลัพธ์ที่น่าจะเกิดขึ้นจากการแสดงอาการกลัวของตนเองและผู้อื่น ที่มีความแตกต่างกันในสถานการณ์ต่าง ๆ
การควบคุม อารมณ์ของ ตนเอง	การควบคุม อารมณ์ของ ตนเอง	<ol style="list-style-type: none"> 1. มีอารมณ์ดีอยู่เสมอ 2. แสดงพฤติกรรมเพื่อจัดการความโกรธโดยไม่ทำให้ตนเองหรือคนรอบข้างรู้สึกลำบากใจ 3. แสดงพฤติกรรมเพื่อจัดการความเศร้าและวิตกกังวลโดยไม่ทำให้ตนเองหรือคนรอบข้างรู้สึกลำบากใจ
		<ol style="list-style-type: none"> 4. แสดงพฤติกรรมเมื่อต้องรับมือกับการสูญเสีย การได้รับบาดเจ็บ หรือ การถูกใช้ในทางที่ผิด โดยไม่ทำให้ตนเองหรือคนรอบข้างรู้สึกลำบากใจ 5. แสดงพฤติกรรมที่เมื่อถูกผู้อื่นกล่าวหาหรือใส่ร้ายโดยไม่ทำให้ตนเองหรือคนรอบข้างรู้สึกลำบากใจ
การจัดการ ตนเอง	การจัดการ ความเครียด ตนเอง	<ol style="list-style-type: none"> 1. แสดงให้เห็นเทคนิคการผ่อนคลายความเครียดเพื่อจัดการกับความวิตกกังวลในชีวิต 2. เลือกกลไกในการป้องกันตัวที่เหมาะสม 3. ทำงานได้ดีในสถานการณ์ที่มีความกดดันสูง 4. สามารถอธิบายผลกระทบของกลไกการป้องกันตัวต่อสุขภาพจิตของตนเอง
		<ol style="list-style-type: none"> 1. มีสมาธิในการทำงานและอดทนในการทำงานอย่างต่อเนื่องจนบรรลุเป้าหมาย 2. วิเคราะห์ว่าการจัดการเวลาอาจเปลี่ยนแปลงการตัดสินใจของตนเองได้ 3. สร้างสัญญาการเรียน หรือ การปรับพฤติกรรม เพื่อใช้ในการบรรลุเป้าหมายของตนเอง 4. มีพฤติกรรมที่ไม่ยุ่งเกี่ยวกับ การกระทำที่ผิดของสังคมหรือกฎหมาย
การมีวินัยใน ตนเอง	การมีวินัยใน ตนเอง	<ol style="list-style-type: none"> 1. บอกข้อจำกัดของตนเองและตั้งเป้าหมายที่ตนเองสามารถทำให้เกิดขึ้นได้ 2. กำหนดเป้าหมายในการเรียนและการประกอบอาชีพของตนเอง ทั้งระยะสั้นและระยะยาวอย่างเป็นขั้นตอน พร้อมกำหนดวันที่คาดว่าจะเสร็จสมบูรณ์
		<ol style="list-style-type: none"> 1. มีสมาธิในการทำงานและอดทนในการทำงานอย่างต่อเนื่องจนบรรลุเป้าหมาย 2. วิเคราะห์ว่าการจัดการเวลาอาจเปลี่ยนแปลงการตัดสินใจของตนเองได้ 3. สร้างสัญญาการเรียน หรือ การปรับพฤติกรรม เพื่อใช้ในการบรรลุเป้าหมายของตนเอง 4. มีพฤติกรรมที่ไม่ยุ่งเกี่ยวกับ การกระทำที่ผิดของสังคมหรือกฎหมาย
การวางแผน และกำหนด เป้าหมาย	การวางแผน และกำหนด เป้าหมาย	<ol style="list-style-type: none"> 1. บอกข้อจำกัดของตนเองและตั้งเป้าหมายที่ตนเองสามารถทำให้เกิดขึ้นได้ 2. กำหนดเป้าหมายในการเรียนและการประกอบอาชีพของตนเอง ทั้งระยะสั้นและระยะยาวอย่างเป็นขั้นตอน พร้อมกำหนดวันที่คาดว่าจะเสร็จสมบูรณ์
		<ol style="list-style-type: none"> 1. มีสมาธิในการทำงานและอดทนในการทำงานอย่างต่อเนื่องจนบรรลุเป้าหมาย 2. วิเคราะห์ว่าการจัดการเวลาอาจเปลี่ยนแปลงการตัดสินใจของตนเองได้ 3. สร้างสัญญาการเรียน หรือ การปรับพฤติกรรม เพื่อใช้ในการบรรลุเป้าหมายของตนเอง 4. มีพฤติกรรมที่ไม่ยุ่งเกี่ยวกับ การกระทำที่ผิดของสังคมหรือกฎหมาย



องค์ประกอบหลัก	ตัวบ่งชี้	ตัวบ่งชี้เชิงพฤติกรรม
		<ol style="list-style-type: none"> วางแผนเพื่อปรับปรุงประสิทธิภาพการทำงานของตนเองในเรื่องการเรียนหรือเรื่องภายในครอบครัวได้ แสดงพฤติกรรมยินดีเมื่อประสบความสำเร็จในการทำงานหรือภารกิจที่ยากลำบาก สามารถระบุผู้ช่วยเหลือและวิธีการบรรลุเป้าหมายของตนเอง
การเข้าใจสังคม	การมองและเข้าใจมุมมองอารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่น	<ol style="list-style-type: none"> บอกทัศนคติและความรู้สึกของผู้อื่นเกี่ยวกับปัญหาในปัจจุบันได้ แยกแยะความแตกต่างระหว่างข้อเท็จจริงและความรู้สึกของสิ่งที่ผู้อื่นถ่ายทอดได้ วิเคราะห์ว่าตนเองและผู้อื่นรู้สึกอย่างไรเมื่อเป็นผู้ให้หรือเป็นผู้รับความช่วยเหลือ แสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นในสถานการณ์ที่หลากหลาย รับฟังอย่างตั้งใจและแสดงให้เห็นความเข้าใจสถานการณ์ของผู้อื่น วิเคราะห์ความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นจากการทำเพื่อบรรลุตามความต้องการของคู่ขัดแย้ง อธิบายภาพรวมและผลกระทบด้านลบที่จะเกิดขึ้นกับผู้เสียหายและผู้กระทำความผิดได้ วิเคราะห์ความหมายของความเป็นพลเมืองในสังคมหรือช่วงเวลาทางประวัติศาสตร์ของประเทศต่าง ๆ ที่แตกต่างกัน
	การเห็นคุณค่าและเคารพความแตกต่าง	<ol style="list-style-type: none"> ถกเถียงและอภิปรายอย่างเปิดเผยต่อความคิด หรือ ค่านิยมที่แตกต่างกัน โดยไม่เกิดความขัดแย้ง ไม่อคติ ไม่เหมารวม สนใจทำงานร่วมกับกลุ่มคนที่มีความแตกต่างทางชาติพันธุ์ ศาสนา หรือความเชื่อ ได้ดี
การดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่น	การสื่อสารสัมพันธ์ภาพ	<ol style="list-style-type: none"> ใช้ภาษาหรือสัญลักษณ์เพื่อสื่อสารให้บรรลุวัตถุประสงค์ในสถานการณ์ที่หลากหลาย รับฟัง แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และความรู้สึกกับผู้อื่น และให้ข้อเสนอแนะในทางที่สร้างสรรค์ สื่อสารอย่างมีกาลเทศะและเหมาะสมกับบริบททางสังคมวัฒนธรรม สื่อสารด้วยเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นอย่างรับผิดชอบ
	การสร้างสัมพันธ์ภาพ	<ol style="list-style-type: none"> พัฒนาและรักษาสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น เริ่มต้นการสนทนากับคนที่รู้จักหรือไม่รู้จักได้ แสดงความคิดเห็น กล้าแสดงออก ต่อรองและจัดการความขัดแย้ง และปฏิเสธความคิดเห็นโดยไม่ทำให้ผู้อื่นเสียความรู้สึก โน้มน้าวใจ สร้างแรงจูงใจให้ผู้อื่นได้
	การทำงานร่วมกับผู้อื่น	<ol style="list-style-type: none"> ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ง่าย และเคารพการตัดสินใจของกลุ่ม ทำงานกลุ่มอย่างกระตือรือร้นและต่อเนื่อง



องค์ประกอบหลัก	ตัวบ่งชี้	ตัวบ่งชี้เชิงพฤติกรรม
		3. กำหนดขั้นตอนและเกณฑ์การดำเนินการเพื่อให้การทำงานกลุ่มเป็นไปตามขั้นตอนและบรรลุเป้าหมาย 4. เรียนรู้ศักยภาพของผู้อื่นและสามารถดึงศักยภาพของเพื่อนร่วมงานเพื่อให้งานของกลุ่มประสบความสำเร็จ 5. เลือกวิธีการแก้ปัญหาในการทำงานอย่างเหมาะสม มีเหตุผล และคำนึงถึงผลกระทบต่อผู้อื่นและสังคม 6. ริเริ่มและกระตือรือร้นในการมีส่วนร่วมร่วมกับผู้อื่นในการแก้ปัญหาในสังคม 7. ใช้ความสามารถของตนเองช่วยเหลือให้ผู้อื่นบรรลุเป้าหมาย
	การระบุปัญหาและเป้าหมาย	1. ระบุปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมรวมถึงการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่ส่งผลให้เกิดปัญหา 2. ระบุเป้าหมายและแนวทางที่สามารถทำได้เพื่อพัฒนาหรือแก้ปัญหาในสังคม
การตัดสินใจโดยคำนึงถึงส่วนรวม	การวิเคราะห์สถานการณ์	1. วิเคราะห์ผลการตัดสินใจของตนเองที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของตนเองและผู้อื่น 2. นำเสนอผลการวิเคราะห์ที่คนคิด ค่านิยม บรรทัดฐานทางสังคม นโยบายสาธารณะ ที่มีผลต่อบุคคล 3. ประเมินความน่าเชื่อถือ และเลือกใช้แหล่งข้อมูลในการอ้างอิงต่าง ๆ
	การแก้ปัญหาอย่างรับผิดชอบ	1. ใช้เหตุผลในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่ไม่เคยพบโดยคำนึงถึงผลกระทบที่จะเกิดกับผู้อื่น และเลือกวิธีการที่ดีที่สุด 2. วางแผนและใช้ทรัพยากรในการพัฒนาและแก้ปัญหาของสังคมอย่างคุ้มค่า 3. ใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือในการจัดการแก้ปัญหาเพื่อให้เข้าถึงคนทุกกลุ่ม

จากการวิเคราะห์ข้อมูล ผลการวิจัยสรุปได้ว่า สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ รวม 57 ตัวบ่งชี้ ประกอบด้วย 1) ความตระหนักในตนเอง มี 6 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง และการเชื่อในความสามารถของตนเอง 2) การจัดการตนเอง มี 18 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การควบคุมอารมณ์ของตนเอง การจัดการความเครียด การมีวินัยในตนเอง และการวางแผนและกำหนดเป้าหมาย 3) ความตระหนักทางสังคม มี 10 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การมองและเข้าใจมุมมอง อารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่น และการเห็นคุณค่าและเคารพความแตกต่าง 4) ทักษะสัมพันธ์ภาพ มี 15 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การสื่อสาร การสร้างสัมพันธ์ภาพ และการทำงานร่วมกับผู้อื่น 5) การตัดสินใจอย่างมีความรับผิดชอบ มี 8 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การระบุปัญหาและเป้าหมาย การวิเคราะห์สถานการณ์ตามความเป็นจริง และการแก้ปัญหาอย่างรับผิดชอบ โดยสามารถวัดประเมินได้จากตัวบ่งชี้เชิงพฤติกรรม



อภิปรายผล

จากการศึกษาและพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยใช้การสนทนากลุ่ม (Focus group) ร่วมกับผู้เชี่ยวชาญ พบว่าสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทยเป็นความสามารถในการเข้าใจ จัดการ การแสดงออกทางอารมณ์ส่วนตัว มีปฏิสัมพันธ์และดำรงชีวิตร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมโดยคำนึงถึงส่วนรวม ประกอบด้วยองค์ประกอบหลักจำนวน 5 องค์ประกอบ ดังนี้ การรับรู้และเข้าใจตนเอง การจัดการตนเอง การเข้าใจสังคม การดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ องค์การความร่วมมือเพื่อการเรียนรู้ทางวิชาการ สังคม และอารมณ์ (CASEL) ที่กล่าวว่า สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 องค์ประกอบ เช่นกัน ได้แก่ การจัดการตนเอง การรับรู้ทางสังคม ทักษะความสัมพันธ์ การตัดสินใจอย่างมีความรับผิดชอบ ทักษะเหล่านี้จำเป็นอย่างมากสำหรับเด็กในวัยเรียนที่จะต้องใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นทั้งในโรงเรียน และ การทำงานเมื่อเติบโตขึ้นซึ่งจะนำไปสู่การมีชีวิตที่ดีในอนาคต (CASEL, 2015) นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ Durlak, J. et al. ที่นำองค์ประกอบดังกล่าวไปพัฒนาเป็นโปรแกรมการสอนทั้งการเรียนในโรงเรียน การมีส่วนร่วมจากครอบครัวและชุมชน จะช่วย พัฒนาความสามารถด้านการเรียน เสริมสร้างพฤติกรรมด้านดี และลดพฤติกรรมด้านแย่ (Durlak, J. et al., 2011) โดยสอดคล้องกับสมรรถนะของผู้เรียนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน ที่มีเป้าหมายเพื่อพัฒนานักเรียนในเกิดสมรรถนะต่าง ๆ ที่จำเป็นในการดำเนินชีวิต ได้แก่ ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการคิด ความสามารถในการแก้ปัญหา ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี (กลุ่มพัฒนากระบวนการเรียนรู้ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ, 2553)

จากการศึกษาหากพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบพบว่า องค์ประกอบแรกคือ องค์ประกอบด้านการรับรู้และเข้าใจตนเอง เป็น ความสามารถในการรับรู้อารมณ์และคุณลักษณะต่าง ๆ ของตนเองอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง และความสามารถในการรู้ความสามารถของตนเองเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ ประกอบด้วย องค์ประกอบย่อย 2 ด้าน คือ การรับรู้อารมณ์และความรู้สึกตนเอง และ การเชื่อในความสามารถของตนเอง โดย การรับรู้อารมณ์และความรู้สึกตนเอง เป็น ความสามารถในการระบุมารมณ์และความรู้สึกของตนเองตามความเป็นจริงในสถานการณ์และประสบการณ์ต่าง ๆ ในชีวิต สอดคล้องกับงานวิจัยของ Kreibich, A. et al. ที่นำเสนอว่า การรับรู้และเข้าใจตนเอง เป็นการมุ่งเน้นการตระหนักคิดที่เพิ่มขึ้นในตนเอง ทั้งในด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมภายใน อันเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้บรรลุเป้าหมายของตนเองได้ดียิ่งขึ้น (Kreibich, A. et al., 2022) โดยงานวิจัยของ Julia, C. ได้กล่าวว่า การรับรู้ตนเองมีความเกี่ยวข้องกับ การรับรู้ภายในจิตใจ



ของตนเอง และการรับรู้ตนเองในส่วนที่แสดงพฤติกรรมออกมา โดยความตระหนักรู้ในตนเอง จะต้องใช้ความพยายามอย่างมีสติในการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง เมื่อรับรู้ได้แล้ว จะทำให้เข้าใจตนเองได้ เมื่อมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องจะทำให้เข้าใจตนเองได้ตามความเป็นจริงซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาตัวบุคคล (Julia, C., 2022) นอกจากนั้นแล้ว งานวิจัยของ Sutton, A. & Crobach, C. ยังได้กล่าวว่า การรับรู้และเข้าใจตนเองเป็นการพัฒนาตนเองโดยไตร่ตรอง เข้าใจในตัวตน จะส่งผลต่อการยอมรับตนเองและผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง และทำให้เกิดความกระตือรือร้นในการทำงานที่มากขึ้นได้ ซึ่งการรับรู้และเข้าใจตนเองตามความเป็นจริง อาจส่งผลด้านบวกหรือด้านลบต่อตัวบุคคลได้ แต่จะทำให้พร้อมเผชิญกับเหตุการณ์ในภายหน้าได้ การเชื่อในความสามารถของตนเอง เป็น การรับรู้ความสามารถและประเมินศักยภาพของตนเองตามความเป็นจริงเพื่อให้พร้อมเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิต (Sutton, A. & Crobach, C., 2022) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Hajifathali, F. ที่กล่าวว่า เป็นการรับรู้ถึงประสบการณ์ของตนเองในอดีต ปัจจุบัน และที่ต้องการในอนาคต ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความเข้าใจในตนเองอย่างแท้จริง และสามารถนำความรู้ในตนเองนี้มาใช้ในการตัดสินใจต่าง ๆ ต่อไปอย่างมีสติ (Hajifathali, F., 2021)

องค์ประกอบที่ 2 คือ องค์ประกอบด้านการจัดการตนเอง เป็น ความสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเอง ในการจัดการสิ่งต่าง ๆ บนสถานการณ์ที่ต้องเผชิญกับความเครียดได้ โดยมีการวางแผน กำหนดเป้าหมาย และดำเนินงานตามแผนการที่ตนเองกำหนดไว้ได้ ประกอบด้วย องค์ประกอบย่อย 4 ด้าน คือ การควบคุมอารมณ์ของตนเอง การจัดการความเครียด การมีวินัยในตนเอง การวางแผนและกำหนดเป้าหมาย โดย การควบคุมอารมณ์ของตนเอง เป็น ความสามารถในการจัดการปรับอารมณ์ของตนเองให้อยู่ในสภาพปกติเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ส่งผลด้านลบต่ออารมณ์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Margherita, L. et al. ที่นำเสนอว่า ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเองมีเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้ นักเรียนสามารถจัดการตนเองได้ โดยหากนักเรียนไม่สามารถควบคุมตนเองได้จะส่งผลต่อปัญหาพฤติกรรมในห้องเรียน ซึ่งจะต้องมีการแทรกแซงจากครูผู้สอนเพื่อช่วยไม่ให้เกิดปัญหาพฤติกรรมที่รุนแรง การจัดการความเครียด เป็น ความสามารถในการทำงานในสภาวะที่มีความกดดันโดยมีวิธีการจัดการอารมณ์เพื่อผ่อนคลายความเครียดได้อย่างเหมาะสม (Margherita, L. et al., 2015) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Ebner, K. ที่นำเสนอว่า ความเครียดเป็นกลไกทางจิตวิทยาอย่างหนึ่ง ที่สามารถพัฒนาหรือลดระดับความคิดที่ก่อให้เกิดความเครียดได้ โดยเกี่ยวข้องกับการจัดการตนเองพร้อมเผชิญปัญหาและการรับรู้ความสามารถของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้ทำงานในสถานการณ์ต่างๆ ภายใต้อิทธิพลกดดันได้อย่างมีประสิทธิภาพ การมีวินัยในตนเอง เป็น ความสามารถในการดำเนินการตามเป้าหมายโดยมีสมาธิและอดทนทำงานจนบรรลุเป้าหมายได้ (Ebner, K. et al., 2018) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Ting - Lan M. A., et al. ที่กล่าวว่า การควบคุมตนเองถือเป็นทักษะการจัดการตนเองขั้นพื้นฐานที่มีบทบาทสำคัญใน



การช่วยให้เด็กควบคุมตนเอง ซึ่งรวมถึงความสนใจและพฤติกรรม ที่จะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการจัดการตนเองของนักเรียนได้ การวางแผนและกำหนดเป้าหมาย เป็น ความสามารถในการกำหนดเป้าหมายในการทำงานโดยบอกข้อจำกัดของตนเองและหาวิธีการบรรลุเป้าหมายของตนเองได้ (Clelland, M. C. et al., 2017); (Ebner, K. et al., 2018) สอดคล้องกับ Logan J. et al. ที่กล่าวไว้ว่า หากมีการจัดการเรียนรู้ที่สามารถส่งผลให้นักเรียนสามารถรับรู้ความสามารถของตนเองผสมผสานกับการสอนเรื่องการจัดการตนเองจะช่วยให้นักเรียนสามารถมีความรับผิดชอบที่มากยิ่งขึ้น และสามารถกำหนดเป้าหมายและวิธีการบรรลุเป้าหมายซึ่งจะช่วยให้นักเรียนมีความสามารถในการจัดการตนเองที่ดีมากขึ้น (Logan J. et al., 2022)

องค์ประกอบที่ 3 คือ องค์ประกอบด้านการเข้าใจสังคม เป็น ความสามารถในการมองสถานการณ์ต่าง ๆ ในมุมมองของผู้อื่น ภายใต้อิทธิพลของสถานการณ์และสังคมที่แท้จริง และมีความสามารถในการมองเห็นคุณค่าและเคารพความแตกต่างของความคิดของสมาชิกในสังคม มีตัวบ่งชี้พฤติกรรม ประกอบด้วย องค์ประกอบย่อย 2 ด้าน คือ การมองและเข้าใจมุมมอง อารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่น และ การเห็นคุณค่าและเคารพความแตกต่าง โดยการมองและเข้าใจมุมมอง อารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่น เป็น ความสามารถในการรับฟังผู้อื่นอย่างตั้งใจ โดยแยกแยะความแตกต่างระหว่างข้อเท็จจริงและความรู้สึก แสดงให้เห็นถึงความเข้าใจสถานการณ์ของผู้อื่นและเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเมื่อพบเจอกับสถานการณ์ที่ไม่ต้องการให้เกิดขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ Hierry, K. ที่กล่าวว่า การจัดการเรียนการสอนที่เน้นการควบคุมตนเองและการฝึกสติของนักเรียน จะช่วยพัฒนาทักษะที่สำคัญต่อการรับรู้และเข้าใจสังคม เข้าใจมุมมองผู้อื่นได้ดีขึ้น และการจัดการความสัมพันธ์กับผู้อื่นส่วนได้ ซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้นักเรียนเข้าใจสังคมได้ตามความเป็นจริง (Hierry, K. et al., 2022) นอกจากนั้นงานวิจัยของ Holochwost, S. J. et al. ได้นำเสนอไว้ว่า ความเข้าใจสังคม มีส่วนที่เกี่ยวข้องกับความเห็นอกเห็นใจ การมองในมุมของผู้อื่น และการเปิดกว้างสำหรับการสร้างสัมพันธ์กับเพื่อนกลุ่มใหม่ ๆ ซึ่งสามารถพัฒนาผ่านการเรียนการสอนผ่านละครการศึกษาได้ การเห็นคุณค่าและเคารพความแตกต่าง เป็น ความสามารถในการปฏิสัมพันธ์กับผู้ที่มีความแตกต่างทางชาติพันธุ์ ภาษา ศาสนา หรือ ความเชื่อ โดยไม่เกิดความขัดแย้ง หรืออคติ และเกิดผลด้านบวกต่อทุกฝ่าย (Holochwost, S. J. et al., 2022) สอดคล้องกับงานวิจัยของ (Harris, R., 2019) ที่กล่าวว่า วิธีการที่ทำให้ยอมรับความแตกต่างในค่านิยมก็คือการพูดคุยและการเอาใจใส่ที่เคารพซึ่งกันและกัน โดยไม่มีการแบ่งขั้วด้านใดด้านหนึ่งทำให้เราเข้าใจสังคมได้ที่มีความหลากหลายทางความคิดและต้องอยู่ร่วมกันได้ (Harris, R., 2019)

องค์ประกอบที่ 4 คือ องค์ประกอบด้านการดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่น เป็น ความสามารถในการสื่อสาร ภาษาพูด ภาษาเขียน และการใช้สัญลักษณ์ เพื่อถ่ายทอดความคิดของตนเองกับผู้อื่นได้ รวมถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นทั้งการยอมรับและปฏิเสธได้อย่างมีประสิทธิภาพ และใช้ความสามารถในการสร้างเชื่อมความสัมพันธ์และอยู่ร่วมกับผู้อื่นที่มีความแตกต่าง



หลากหลายทางความคิดและภูมิหลังได้ ประกอบด้วย องค์ประกอบย่อย 3 ด้าน คือ การสื่อสาร การสร้างสัมพันธ์ภาพ การทำงานร่วมกับผู้อื่น โดย การสื่อสาร เป็น ความสามารถในการใช้ ภาษาหรือสัญลักษณ์เพื่อถ่ายทอดสิ่งที่ต้องการให้ผู้อื่นรับรู้และเข้าใจ รวมถึงแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น ได้เหมาะสมกับกาลเทศะและบริบททางสังคม สอดคล้องกับงานวิจัยของ Seyedeh N. et al. ที่นำเสนอไว้ว่า ความสามารถในการสื่อสารมีความเกี่ยวเนื่องกับความ ต้องการปฏิสัมพันธ์กับสังคม โดยมี กระบวนการที่สร้างบรรทัดฐาน ทักษะ สิ่งจูงใจ ทศนคติ และพฤติกรรมของผู้คน ซึ่งจะส่งผลต่อบทบาทในปัจจุบันหรืออนาคตของของนักเรียนในสังคม ให้ดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้เหมาะสม การสร้างสัมพันธ์ภาพ เป็น ความสามารถในการ ปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นโดยแสดงความคิดเห็น การแสดงออกในสถานการณ์การต่าง ๆ โดยไม่ทำให้ ผู้อื่นเสียความรู้สึก (Seyedeh N. et al., 2016) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Wattanawongwan. S. et al. ที่กล่าวว่า นักเรียนสามารถใช้การทำงานร่วมกันเพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ให้เกิดขึ้น เพราะทำให้ได้เรียนรู้จักผู้อื่นในสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งจะเป็นทักษะที่จะเป็นสำหรับการ ดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในอนาคต การทำงานร่วมกับผู้อื่นเป็นความสามารถในการทำงาน ร่วมกับผู้อื่น โดยเรียนรู้ศักยภาพของผู้ที่ทำงานร่วมกัน และ วางแผนการทำงานร่วมกันได้โดย ไม่เกิดความขัดแย้ง (Wattanawongwan, S. et al., 2021)

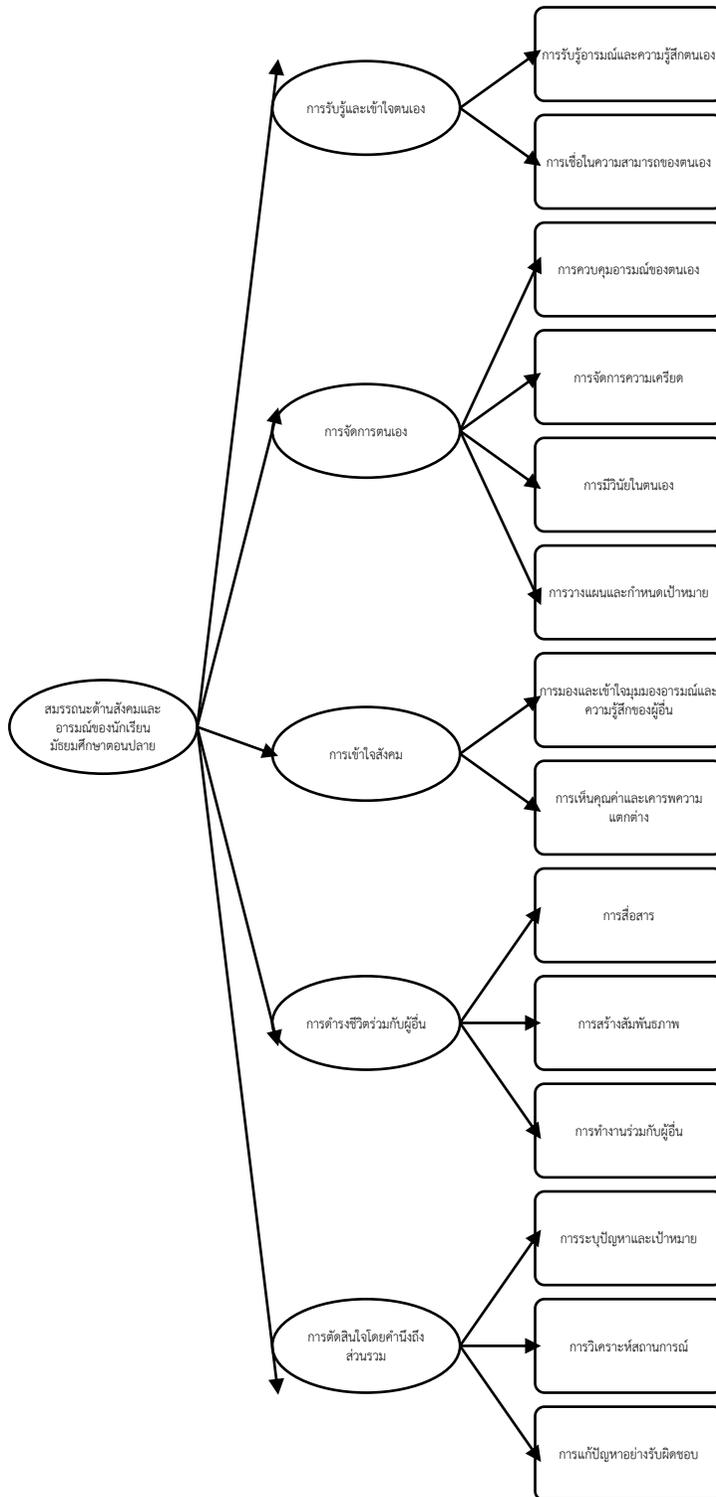
องค์ประกอบที่ 5 คือ องค์ประกอบด้านการตัดสินใจโดยคำนึงถึงส่วนรวม เป็นความสามารถในการตัดสินใจโดยคำนึงถึงส่วนรวม และเป็นความสามารถในการสร้าง ทางเลือกที่สร้างสรรค์และคำนึงถึงบริบทของแต่ละบุคคลและบริบททางสังคม โดยพิจารณาถึง บรรทัดฐานทางจริยธรรม ความปลอดภัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้น และผลกระทบต่อบุคคลและ สังคมโดยรอบที่อาจจะเกิดขึ้นจากการตัดสินใจกระทำ ประกอบด้วย องค์ประกอบย่อย 3 ด้าน คือ การระบุปัญหาและเป้าหมาย การวิเคราะห์สถานการณ์ การแก้ปัญหาอย่างรับผิดชอบ โดย การระบุปัญหาและเป้าหมาย เป็น ความสามารถในการบอกปัญหาและกำหนดเป้าหมาย เพื่อหาทางพัฒนาและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมของตนเองได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Huynh, S. V. et al. ที่กล่าวไว้ว่า การตัดสินใจในช่วงวัยเด็กมีองค์ประกอบหลายส่วนโดยส่วน สำคัญที่เป็นส่งแรกคือ การสามารถบอกถึงปัญหาได้อย่างถูกต้อง โดยสามารถทำความเข้าใจถึง สาเหตุที่แท้จริง และคิดหาแนวทางแก้ไขได้ การวิเคราะห์สถานการณ์เป็นความสามารถในการ วิเคราะห์ ประเมิน และเลือกใช้แหล่งข้อมูล เพื่อตัดสินใจโดยคำนึงถึงบริบทส่วนรวมและส่วน บุคคล (Huynh, S. V. et al., 2019) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Dotsenko, E. et al. ที่กล่าว ไว้ว่า การวิเคราะห์สถานการณ์โดยสามารถระบุสิ่งที่ตนเองรู้ และเข้าใจในสถานการณ์ คิดคำนึงถึงผลที่อาจจะเกิดขึ้นในกรณีต่าง ๆ ได้นั้น จะช่วยทำให้นักเรียนคิดและตัดสินใจโดย คำนึงถึงส่วนรวมมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะในช่วงช่วงวัยเด็กจนถึงช่วงวัยรุ่นตอนต้น การแก้ปัญหา อย่างรับผิดชอบ เป็น ความสามารถในการตัดสินใจแก้ไขปัญหาโดยการวางแผน และใช้เหตุผล แก้ปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ โดยคำนึงถึงผลกระทบที่จะเกิดขึ้นกับผู้อื่น และเลือกวิธีการที่ดี



ที่สุด (Dotsenko, E. L. et al., 2020) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Cervantes M. et al. ที่นำเสนอว่า ความสามารถในการตัดสินใจอย่างรับผิดชอบจำเป็นที่จะต้องฝึกให้นักเรียนได้ฝึกแก้ปัญหาต่าง ๆ โดยมีการสนับสนุนจากโรงเรียนและครอบครัว เพื่อที่จะพัฒนาให้นักเรียนเป็นบุคคลที่ตัดสินใจได้โดยคิดถึงผลกระทบต่อสังคมและบริบทรอบตัว (Cervantes, M. et al., 2018) นอกจากนั้นแล้ว งานวิจัยของ Vriens, D. & Achterbergh, J. ยังสนับสนุนข้อมูลนี้โดยกล่าวว่า การตัดสินใจอย่างรับผิดชอบอาจจะเป็นเรื่องการตัดสินใจโดยไม่ส่งผลด้านลบต่อศีลธรรม โดยการรวบรวมมุมมองความคิดของคนในสังคม หรือ ค่านิยมของสังคมเพื่อให้แน่ใจว่าเมื่อตัดสินใจแล้วจะไม่เกิดผลลบต่อศีลหลักศีลธรรมของสังคม ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่จะส่งผลให้บุคคลสามารถพัฒนาการตัดสินใจโดยคำนึงถึงส่วนรวมได้ (Vriens, D. & Achterbergh, J., 2015)

องค์ความรู้ใหม่

การวิจัยครั้งนี้ทำให้ได้ตัวบ่งชี้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย จำนวน 14 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ 1) การรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง 2) การเชื่อในความสามารถของตนเอง 3) การควบคุมอารมณ์ของตนเอง 4) การจัดการความเครียด 5) การมีวินัยในตนเอง 6) การวางแผนและกำหนดเป้าหมาย 7) การมองและเข้าใจมุมมอง อารมณ์ และความรู้สึกของผู้อื่น 8) เห็นคุณค่าและเคารพความแตกต่าง 9) การสื่อสาร 10) การสร้างสัมพันธภาพ 11) การทำงานร่วมกับผู้อื่น 12) การระบุปัญหาและเป้าหมาย 13) การวิเคราะห์สถานการณ์ตามความเป็นจริง และ 14) การแก้ปัญหาอย่างรับผิดชอบ โดยตัวบ่งชี้ข้างต้นสามารถวัดประเมินได้จากพฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกผ่านตัวบ่งชี้เชิงพฤติกรรม เพื่อนำไปสู่การพัฒนาสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 โมเดลตัวบ่งชี้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย



สรุป/ข้อเสนอแนะ

ผลการวิจัยสรุปได้ว่า สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ รวม 57 ตัวบ่งชี้ ประกอบด้วย 1) ความตระหนักในตนเอง มี 6 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเอง และการเชื่อในความสามารถของตนเอง 2) การจัดการตนเอง มี 18 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การควบคุมอารมณ์ของตนเอง การจัดการความเครียด การมีวินัยในตนเอง และการวางแผนและกำหนดเป้าหมาย 3) ความตระหนักทางสังคม มี 10 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การมองและเข้าใจมุมมอง อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น และการเห็นคุณค่าและเคารพความแตกต่าง 4) ทักษะสัมพันธภาพ มี 15 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ และการทำงานร่วมกับผู้อื่น 5) การตัดสินใจอย่างมีความรับผิดชอบ มี 8 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การระบุปัญหาและเป้าหมาย การวิเคราะห์สถานการณ์ตามความเป็นจริง และการแก้ปัญหาอย่างรับผิดชอบ โดยสามารถวัดประเมินได้จากตัวบ่งชี้เชิงพฤติกรรม ทั้งนี้ควรนำองค์ความรู้ที่ได้ไปใช้ในการพัฒนาเครื่องมือส่งเสริมสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย และแบบวัดสมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย และอาจจะมีการเก็บข้อมูลในเชิงปริมาณต่อเพื่อยืนยันตัวบ่งชี้สมรรถนะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทยและใช้ในการพัฒนาเครื่องมือส่งเสริมได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

เอกสารอ้างอิง

กรมกิจการเด็กและเยาวชน กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2561).

รายงานการพัฒนาเด็กและเยาวชน ประจำปี 2560. เรียกใช้เมื่อ 10 กรกฎาคม 2562 จาก <https://www.dcy.go.th/dcy/webnew/ebook/dcy/รายงานการพัฒนาเด็กและเยาวชน/1/index.html>

กลุ่มพัฒนากระบวนการเรียนรู้ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. (2553). แนวทางการจัดการเรียนรู้ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

รังสิริศัพท์ นิลรัตน์. (2553). การพัฒนาโปรแกรมการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมสำหรับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 4 - 6. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

รังสิริศัพท์ วงศ์อุปราชา. (2555). การศึกษาเปรียบเทียบการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักศึกษาปริญญาตรีระหว่างมหาวิทยาลัยรัฐและเอกชน. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยธนบุรี, 6(12), 7-24.



- รังสิริรัมย์ วงศ์อุปราช และศศิลักษณ์ ขยันกิจ. (2561). แนวทางการจัดการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมเพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหาทางพฤติกรรมและอารมณ์สำหรับเด็กปฐมวัย. วารสารวิชาการศึกษาศาสตร์, 19(1), 160-173.
- สำนักเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. (2561). มาตรฐานการศึกษาของชาติ พ.ศ. 2561. เรียกใช้เมื่อ 30 มิถุนายน 2562 จาก <http://www.onec.go.th/index.php>
- Bailey, R. et al. (2019). Re-imagining social-emotional learning: Findings from a strategy-based approach. *Phi Delta Kappan*, 100(5), 53-58.
- CASEL. (2015). CASEL guide: Effective social and emotional learning programs: Middle and high school edition. Chicago: KSA-Plus Communications.
- Cervantes, M. et al. (2018). Emotional Competencies and Responsible Decision Making in Pre-Adolescents with the Support from Teachers, Fathers, and Mothers: A Comparative Study in 4th to 6th-Grade Students of Primary Education in Spain. *Revista Electrónica Educare*, 22(1), 1-25.
- Clelland, M. C. et al. (2017). SEL Interventions in Early Childhood. *Future of Children*, 27(1), 33-47.
- Dotsenko, E. L. et al. (2020). Responsible Decision Making as Primary School Children Move into Adolescence. *International Journal of Emotional Education*, 12(2), 90-102.
- Durlak, J. et al. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.
- Ebner, K. et al. (2018). Coaching as stress-management intervention: The mediating role of self-efficacy in a framework of self-management and coping. *International Journal of Stress Management*, 25(3), 209-233.
- Ebner, K. et al. (2018). Coaching as stress-management intervention: The mediating role of self-efficacy in a framework of self-management and coping. *International Journal of Stress Management*, 25(3), 209-233.
- Hajifathali, F. (2021). The Relationship Between Integrative Self-Knowledge, Mindfulness, Self-Control, and Mental Health Parameters. *Journal of Educational Psychology*, 9(3), 1267-1277.
- Harden, B. J. et al. (2017). Emotion Regulation of Preschool Children in Foster Care: The Influence of Maternal Depression and Parenting. *J Child Fam Stud*, 26(4), 1124-1134.



- Harris, R. (2019). Relativity Reconsidered: How Can We Respect Other Cultural Practices and Remain True To Our Core Principles? *Journal of Studies in the English Language*, 14(1), 1-24.
- Hierry, K. et al. (2022). A Mindfulness- Based Curriculum Improves Young Children's Relationship Skills and Social Awareness. *Mindfulness*, 13(1), 730-741.
- Holly E. B. H. et al. (2019). Do child gender and temperament moderate associations between Head Start classroom social-emotional climate and children's social-emotional competencies? *Early Childhood Research Quarterly*, 47(2), 518-530.
- Holochwost, S. J. et al. (2022). More Light About Each Other: Theater Education as a Context for Developing Social Awareness and Relationship Skills. In *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. Advance online publication.
- Huynh, S. V. et al. (2019). Correlations Between Components of Social Emotional Learning of Secondary School Students in Ho Chi Minh City, Vietnam. *European Journal of Contemporary Education*, 8(4), 790-800.
- Julia, C. (2022). Exploring the role of self-awareness in coach development: A grounded theory study. *Journal of Training and Development*, 26(2), 343-363.
- Kreibich, A. et al. (2022). The role of self-awareness and problem-solving orientation for the instrumentality of goal-related means. *Journal of Individual Differences*, 43(2), 57-69.
- Lebois, A. M. L. et al. (2019). Augmentation of Extinction and Inhibitory Learning in Anxiety and Trauma-Related Disorders. *Annual Review of Clinical Psychology*, 15(1), 257-284.
- Logan J. et al. (2022). Theoretical and contextual considerations for self-management strategies of children and adolescents with chronic diseases: An integrative review. *Journal of Child Health Care*, 26(2), 242-261.
- Mahoney J. L. et al. (2018). An update on social and emotional learning outcome research. *Phi Delta Kappan*, 100(4), 18-23.
- Margherita, L. et al. (2015). Self-Management for Primary School Students Demonstrating Problem Behavior in Regular Classrooms: Evidence



- Review of Single-Case Design Research. *Journal of Behavioral Education*, 24(4), 373-401.
- Ogurlu Ü. et al. (2018). The relationship between social–emotional learning ability and perceived social support in gifted students. *Gifted Education International* , 34(1), 76-95.
- Ross, K. M. . (2018). Social and Emotional Learning in Adolescence: Testing the CASEL Model in a Normative Sample. *The Journal of Early Adolescence*, 38(8), 1170-1199.
- Seyedeh N. et al. (2016) . The Relationship between Social Desirability, Responsibility, Self-Efficacy and Communication Skills of Students. *Review of European Studies*, 8(4), 29-36.
- Sutton, A. & Crobach, C. (2022). Improving self-awareness and engagement through group coaching. *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*, 20(1), 35-49.
- Ulupınar, Ş. et al. (2019). Does participation of nursing students in social activities affect their social emotional learning skills? *Nurse Education Today*, 76(1), 78-84.
- Vriens, D. & Achterbergh, J. (2015). Tools for Supporting Responsible Decision-Making? *Systems Research and Behavioral Science*, 32(3), 312-329.
- Wattanawongwan, S. et al. (2021). Cooperative Learning Strategies for Building Relationship Skills in Students With Emotional and Behavioral Disorders. *Beyond Behavior*, 30(1), 32-40.
- Weissberg, R. P. (2019). Promoting the Social and Emotional Learning of Millions of School Children. *Perspectives on Psychological Science*, 14(1), 65-69.