



รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู

THE MODEL OF INSTRUCTION BASED ON SUFFICIENCY ECONOMY PHILOSOPHY
IN PROMOTING THE STUDENT TEACHERS' LIFE SKILLS

มนตรี หลินภู

รายงานการวิจัยฉบับนี้ได้รับทุนสนับสนุนวิจัยจากคณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร
ปีงบประมาณ 2561

ชื่อเรื่อง รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต
ของนักศึกษาวิชาชีพครู

ผู้วิจัย นายมนตรี หลินภู

ที่ปรึกษาวิจัย ดร.มณฑา หมี่ไพโรพฤกษ์

ปีงบประมาณ 2561

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง(Quasi – Experimental Research) โดยใช้รูปแบบ One Group Pretest- posttest Design มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อสร้างรูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู 2) เพื่อศึกษาทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 3) เพื่อศึกษาความคงทนของทักษะชีวิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลของนักศึกษาวิชาชีพครูที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการทดลองเป็นนักศึกษาวิชาชีพครู โปรแกรมวิชาสังคมศึกษา ชั้นปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ 1) แบบสอบถามทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู 2) รูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ สถิติพื้นฐานและ t-test

ผลการวิจัย พบว่า

1. รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู จำนวน 8 แผน มีค่าเฉลี่ย (\bar{X} = 4.66) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D. = 0.17)ซึ่งมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด
2. นักศึกษาวิชาชีพครูที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีทักษะชีวิตหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักศึกษาวิชาชีพครูที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีทักษะชีวิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

Title THE MODEL OF INSTRUCTION BASED ON SUFFICIENCY ECONOMY
PHILOSOPHY IN PROMOTING THE STUDENT TEACHERS' LIFE SKILLS

Researcher Montree Linphoo

Advisor Dr. Montha Meepruk

Year 2018

Abstract

This research being Quasi-Experimental research which formed one group pretest-posttest design is to aim at 1)creating the instruction model based on sufficiency economy philosophy in promoting the student teacher skills 2)studying the student teachers' life skills who had joined the experiment group through using the instruction model based on sufficiency economy philosophy 3)studying the retention of the student teachers' life skills during the post and follow-up period of experiment. Participants were included 15 student teachers of social study program on the semester 2nd in academic year 2018. The tools used in the research included 1) the life skill questionnaire 2) the model of instruction based on sufficiency economy philosophy. Statistics employed in the analysis included basic statistics: \bar{X} and S.D. and t-test for dependent.

The research found that

1. The eight lesson plans of the instruction model based on sufficiency economy philosophy in promoting the student teacher skills had an average (\bar{X}) at 4.66 and the standard deviation (S.D.) at 0.17 which were the most appropriate.

2. The students who joined into the experiment group used the model of instruction of sufficiency economy philosophy were significantly higher post- experiment score than pre- experiment score at the level of .01.

3. The students who joined into the experiment group used the model of instruction of sufficiency economy philosophy had not significantly the difference between the post and follow-up period of the experiment score at the level of .01.

ประกาศคุณูปการ

รายงานการวิจัยฉบับนี้ลุล่วงไปได้ด้วยดีด้วยความกรุณาอย่างสูงจากอาจารย์ ดร.มณฑา หมี่ไพโรพฤกษ์ ผู้ซึ่งได้ให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความเป็นกัลยาณมิตรเสมอมา ผู้วิจัยขอขอบคุณมา ณ ที่นี้

ขอขอบคุณอาจารย์ ดร.ขวัญชัย ขวัญ อาจารย์ ดร.ศรวัส ศิริ ที่เป็นกัลยาณมิตรช่วยผลักดันให้เกิดแรงจูงใจและให้การปรึกษารวมถึงข้อแนะนำต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยครั้งนี้และยังเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือวิจัยอีกด้วย

ขอขอบคุณอาจารย์ ดร.จารุพันธ์ ขวัญแนน อาจารย์ ดร.ศิริโสภา แสนบุญเวช ที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะและเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจประเมินและแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณครูบาอาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ต่างๆ ให้กับผู้วิจัยได้พัฒนาตนเองและเติบโตจนกระทั่งถึงวันนี้

นอกเหนือไปกว่านั้น ขอกราบรำลึกถึงพระคุณของพระเทพวิมลญาณ(หลวงพ่อดาว จิตตดาวโร) ที่ให้ความเมตตาและดูแล แม้ว่าท่านจะไม่อยู่แล้ว จึงขอเอาความดีจากการทำวิจัยฉบับนี้ถวายเพื่อทดแทนพระคุณของท่าน

ขอโน้มระลึกถึงพระคุณบิดา มารดา ผู้มีพระคุณทั้งหลาย ผู้ซึ่งให้ชีวิต ความรัก ความห่วงใย ความเมตตา ปรารถนาดี และขอมอบคุณความดีของการทำงานวิจัยฉบับนี้ไว้เพื่อทดแทนคุณแห่งท่านเหล่านั้น

ขอขอบพระคุณผู้ที่ไม่ได้กล่าวนามในที่นี้อีกหลายท่านที่กรุณาให้ความช่วยเหลือจนงานวิจัยฉบับนี้ลุล่วงไปได้ด้วยดี

มนตรี หลินภู

ผู้วิจัย

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	1
	ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
	วัตถุประสงค์การวิจัย	4
	ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	4
	ขอบเขตของการวิจัย	4
	ขอบเขตด้านตัวแปร	5
	นิยามศัพท์เฉพาะ	5
	สมมุติฐานการวิจัย	6
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต	8
	ความหมายของทักษะชีวิต	8
	ความสำคัญของทักษะชีวิต	9
	องค์ประกอบของทักษะชีวิต	12
	กลวิธีในการสร้างทักษะชีวิต	15
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต	18
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการเรียนการสอน	21
	ความหมายของรูปแบบการเรียนการสอน	21
	ลักษณะของรูปแบบ	22
	การออกแบบการเรียนการสอน	23
	การจัดการเรียนการสอน	25
	ความสำคัญของการจัดการเรียนการสอน	26
	หลักการพื้นฐานในการจัดการเรียนการสอน	27
	ลักษณะการจัดการเรียนการสอนที่ดี	28
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการเรียนการสอน	30
	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	32
	แนวคิดและหลักการปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	33
	การพัฒนามนุษย์ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	38
	การพัฒนาทักษะชีวิตตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	41
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	42

สารบัญ(ต่อ)

บทที่		หน้า
	กรอบแนวคิดในการวิจัย	45
3	วิธีการดำเนินการวิจัย	47
	ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	47
	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและขั้นตอนการดำเนินการสร้างเครื่องมือ	47
	การเก็บรวบรวมข้อมูล	50
	การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	52
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	55
	สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	55
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	55
5	สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	60
	สรุปผลการวิจัย	60
	อภิปรายผลการวิจัย	60
	ข้อเสนอแนะในการวิจัย	66
	บรรณานุกรม	67
	ภาคผนวก	72

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
3.1	การจัดรูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	51
3.2	แผนการวิจัยแบบ Quasi – Experimental Research แบบ One Group Pretest- Posttest Design	51
6.1	ผลการประเมินความสอดคล้องแบบสอบถามทักษะชีวิตของผู้เชี่ยวชาญ	77
6.2	ค่าอำนาจจำแนก(R)และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิต	80
6.3	แบบแสดงความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญที่มีต่อแผนการเรียนการสอน	82

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
2.1	สรุปปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	38
2.2	กรอบแนวคิดการวิจัย	46
2.3	รูปภาพตัวอย่างกิจกรรมปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต	107

บทที่ 1

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ท่ามกลางความผันแปรของกระแสโลกที่มีความรุนแรงและเอาแน่เอานอนไม่ได้ ผู้คนต่างดิ้นรนแสวงหาปัจจัยวัตถุประสงค์เพื่อนำมาเป็นเครื่องสนับสนุนจนเจือให้เกิดความสุขต่อการดำเนินชีวิตจนกระทั่งจากคำกล่าวที่ว่า “การกินเพื่ออยู่” กลายเป็น “การอยู่เพื่อกิน” หมายความว่า ต่างให้ความสำคัญกับการเสพบริโภควัตถุเป็นหลัก กอปรกับระบบทุนนิยมที่กระตุ้นให้เกิดการเสพบริโภคให้มากขึ้นเพื่อวัดความเจริญรุ่งเรืองทางด้านเศรษฐกิจทำให้รูปแบบการดำเนินชีวิตที่ตั้งอยู่บนฐานของความพอดี ความพอมี ความพอกินกลายเป็นวิถีชีวิตที่ตั้งอยู่บนฐานของความโลภ ความต้องการที่เกินพอดีจนไปสู่การแสวงหาวัตถุด้วยรูปแบบต่างๆ เช่น การแก่งแย่งแข่งขัน การเบียดเบียนซึ่งกันและกัน เป็นต้น อาจกล่าวได้ว่า เป็นรูปแบบวิถีชีวิตที่ขาดทักษะในการดำเนินชีวิตนั่นเอง

ทักษะการดำเนินชีวิต เป็นทักษะการใช้ชีวิตให้ดำเนินไปบนพื้นฐานของความพอดี มีความสามารถในการปรับตัวและมีพฤติกรรมเป็นไปในทิศทางที่ถูกต้องในการที่จะเผชิญกับสิ่งท้าทายต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพและยังเป็นสิ่งที่จรรโลงให้เกิดการดำรงไว้ซึ่งสภาวะสุขภาพจิตที่ดีพร้อมเผชิญแรงกดดันหรือกระทบกับสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัว องค์การอนามัยโลก(WHO: 1997) กล่าวไว้ว่า ทักษะการดำเนินชีวิตจะต้องมีความสมดุลระหว่างองค์ประกอบทั้ง 3 ประการภายในตัวบุคคล ได้แก่ ความรู้(Cognitive) เจตคติ(Affective)และทักษะต่างๆ(Psycho motor) อีกทั้งทักษะชีวิตยังถือว่าเป็นทักษะภายในที่จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ และสามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตอีกด้วย (Unicef.2018,Online,สมเดช มุงเมือง.2555,หน้า 7,รัตโนทัย พลับรู้อการ.2561,ออนไลน์,ประเวช ตันติพิวัฒน์สกุลและคณะ.2555,หน้า 3) เช่นเดียวกับ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ(2552,หน้า 1-4) ที่กล่าวว่า ทักษะชีวิตเป็นความสามารถของบุคคลในการจัดการกับปัญหาต่าง ๆ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต โดยชี้ให้เห็นถึงองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่จำเป็น 4 ประการ ได้แก่ 1) การตระหนักรู้ และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ทักษะชีวิตดังกล่าวแม้สามารถเกิดขึ้นเองได้ตามธรรมชาติก็จริง แต่ก็ไม่เพียงพอที่จะทำให้บุคคลมีชีวิตที่สมบูรณ์ได้ ฉะนั้น ทักษะชีวิตจึงต้องได้รับการพัฒนา ฝึกฝน ด้วยรูปแบบการเรียนการสอนเชิงประสบการณ์ การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม หรือการเรียนรู้อันเกิดจากกระบวนการกลุ่มและเทคนิคเกมการศึกษา(รัตโนทัย พลับรู้อการ.2561,ออนไลน์) กล่าวได้ว่า การจัด

กระบวนการเรียนการสอนด้วยรูปแบบที่เหมาะสมจะสามารถพัฒนาผู้เรียนให้เกิดทักษะในการดำเนินชีวิตได้

การใช้รูปแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสมและสอดคล้องกับบริบทของสังคมจะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม มุมมอง เจตคติหรือทักษะชีวิตของบุคคลเป็นไปในทางที่พึงประสงค์มากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะรูปแบบการเรียนการสอนที่ออกแบบมาเพื่อใช้ในการจัดการเรียนรู้ในลักษณะที่ผู้เรียนและผู้สอนเผชิญหน้ากัน(Face to face) ในการจัดการเรียนรู้เสริมความรู้ เป็นรูปแบบที่ให้แนวทางการจัดการเรียนรู้เพื่อช่วยให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จตามจุดประสงค์ที่กำหนดไว้(มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์. 2553, หน้า 161) อีกทั้ง การออกแบบรูปแบบการเรียนการสอนที่เริ่มต้นจากการกำหนดความจำเป็นที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียนที่เป็นกลุ่มเป้าหมายก่อน จากนั้นจึงออกแบบวิธีการการเรียนการสอน(Instruction Design)แล้วนำผลที่ได้จากการออกแบบไปทดลองใช้เพื่อประเมินว่าบรรลุตามความต้องการหรือต้องกำหนดใหม่หรือไม่(Johnson and Foa.1989,page 21) กล่าวโดยรวม ผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียนย่อมขึ้นอยู่กับ การออกแบบการจัดการเรียนการสอนที่ดีของผู้สอนนั่นเอง การเลือกใช้วิธีการจัดการเรียนการสอนที่เหมาะสมย่อมจะส่งผลดีต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน(มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์.2553, หน้า 3) และสามารถที่จะพัฒนาผู้เรียนให้มีพฤติกรรมที่ดีขึ้นได้ เช่น การศึกษาของ คอยท์ รูล แอนวอร์(Khoirul Anwar.2015,Pages 62-64) ที่ได้ศึกษารูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดคอนสตรัคทีวิซึ่มเพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจให้กับผู้เรียน พบว่า สามารถที่จะสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้นกับผู้เรียนได้ทั้งการทำงานเดี่ยวและกลุ่มเพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้ดียิ่งขึ้น เช่นเดียวกับ มานิตย์ ซาซियो(2555, หน้า 283-284)ที่พัฒนารูปแบบการเรียนรู้ตลอดชีวิตของคนหลายวัยในศูนย์คุ้มโฮมลูกหลาน บ้านเหล่าลิ่ง พบว่า ทำให้กลุ่มผู้นำชุมชน กลุ่มผู้ปกครอง กลุ่มเด็กและเยาวชน เกิดความรู้ความถนัดและสามารถสร้างเครือข่ายและการปลูกฝังรากฐานวิถีชีวิตและสามารถใช้ในการส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดความต้องการเรียนรู้ตลอดชีวิตได้จริง และจากการศึกษาของ กุลธวัช สมารักษ์(2558, หน้า 205-213)ที่ศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการเรียนแบบผสมผสานผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์โดยใช้กรณีศึกษาด้วยวิดีโอแชร์ริงเพื่อพัฒนารักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณยังพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนสูงกว่าก่อนเรียน และทักษะการคิดแบบวิจารณญาณหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนเช่นเดียวกัน แสดงให้เห็นว่า การนำรูปแบบการเรียนการสอนมาพัฒนาผู้เรียนสามารถที่จะเสริมสร้างการเรียนรู้หรือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ดียิ่งขึ้น

การพัฒนาทักษะชีวิตของผู้เรียนด้วยการออกแบบการเรียนการสอนอย่างเป็นขั้นตอนพร้อมกับเติมเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับหลักการดำรงชีวิต ได้แก่ หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จะมีส่วนสำคัญในการพัฒนาทักษะชีวิตของผู้เรียนได้ ผู้วิจัยเห็นว่าเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตด้านความเป็นอยู่อย่างพอดีพอเพียง มีความประพัตติซื่อสัตย์สุจริต มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีและการอยู่ร่วมกับคนอื่นด้วยความรัก ความ

เมตตา เห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน มีความรู้คู่คุณธรรมหรือมีเหตุผลอุปกับมีภูมิคุ้มกัน จะเป็นเครื่องชี้แนะแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนในทางที่ควรจะเป็น หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ตลอดเวลาและเป็นการมองโลกเชิงระบบที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มุ่งเน้นการรอดพ้นจากภัยและวิกฤตเพื่อความมั่นคงและยั่งยืนของการพัฒนา(2550, หน้า 4-5 อ้างอิงจาก มฤดี เสือคำราม และสมศักดิ์ ลีลา.2561, หน้า 41) ทิศนา ขัมมณี(2559, หน้า 45) กล่าวว่า ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวคิดที่ชี้ให้เห็นถึงการดำเนินชีวิตที่มีความพอในความต้องการตามอัตภาพของตน ไม่สุดโต่ง ไม่โลภมาก ทำให้เบียดเบียนคนอื่น เบียดเบียนทรัพยากรและโลกน้อยลง ดังพระราชดำรัสที่ว่า

“...คนเราถ้าพอในความต้องการ ก็มีความโลภน้อย เมื่อมีความโลภน้อย ก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย ถ้าทุกประเทศมีความคิด อันนี้ไม่ใช่เศรษฐกิจ มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่าพอประมาณ ไม่สุดโต่ง ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข...” (พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา 4 ธันวาคม 2541 อ้างอิงจาก คณะกรรมการข้าราชการพลเรือน.2016, หน้า 12)

หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงยังครอบคลุมทุกมิติของชีวิตที่จะต้องได้รับการพัฒนาไม่ว่าจะเป็นร่างกาย อารมณ์จิตใจ สติปัญญา สังคมและสิ่งแวดล้อม ชัยอนันต์ สมุทวณิช(2542, หน้า 9)กล่าวว่า แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมิได้มีความหมายในแง่เศรษฐศาสตร์เพียงด้านเดียว แต่มีความหมายเชิงปรัชญา จริยธรรม คุณค่าและปะท้วงสถานทางพฤติกรรมสำหรับการดำเนินชีวิตในทุกๆ ด้านอีกด้วย เน้นการพึ่งตนเองไม่ว่าจะเป็นพึ่งตนเองด้านจิตใจ สังคม ทรัพยากรธรรมชาติ เทคโนโลยีและด้านเศรษฐกิจ(สุเมธ ตันติเวชกุล.2544, หน้า 21) การพัฒนาทุกมิติดังกล่าวยังช่วยให้บุคคลได้พัฒนาความเป็นมนุษย์ให้เกิดความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้นและจากการศึกษาที่ผ่านมาที่นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการพัฒนาผู้เรียนยังพบอีกว่า ช่วยให้ผู้เรียนเกิดความกระตือรือร้นในการเรียน มีความสนใจเรียนมากยิ่งขึ้น พร้อมทั้งนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน เห็นคุณค่าของการดำเนินชีวิตตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง (อังคณา ตุงคะสมิตและคณะ.2523, หน้า 228-229) เห็นคุณค่าในตนเอง มีพฤติกรรมการใช้สอยอุปกรณ์การเรียนอย่างรู้คุณค่า(กมลมาลย์ วิรัตน์เศรษฐ์สินและธาดา วิมลวัตรเวที.2553, หน้า 2)มีทักษะและพฤติกรรมในการปรับตัวต่อการดำเนินชีวิตดีขึ้น(พัชรศรัณย์ ศิริพันธ์ สุธี พรรณหาญและศักดิ์ สุวรรณฉาย (2558, หน้า 137-138)

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยเห็นว่า การนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาออกแบบการเรียนการสอนที่เหมาะสมและเป็นขั้นตอนจะสามารถพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพอควให้เป็นผู้ที่มีความตระหนักรู้ เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น รู้จักใช้ความรอบรู้ รอบคอบและเหตุผลในการวิเคราะห์และตัดสินใจต่อปัญหาที่เกิดขึ้น บริหารจัดการตนเองด้านจิตใจด้วยการมีภูมิคุ้มกัน และอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างปกติสุขและมีเมตตาเกื้อกูลต่อกัน อีกทั้งนักศึกษาวิชาชีพอควคือบุคคลที่จะไปทำ

หน้าที่เป็นครูในอนาคต จึงต้องมีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่ประกอบด้วยทักษะทั้งภายในและภายนอกในทิศทางที่เป็นบวกเพื่อเป็นแบบอย่างให้กับนักเรียนต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อสร้างรูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู
2. เพื่อศึกษาทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
3. เพื่อศึกษาความคงทนของทักษะชีวิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลของนักศึกษาวิชาชีพครูที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผลของการวิจัยในครั้งนี้มีประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ ดังนี้

1. ได้รูปแบบการเรียนรู้อยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู ซึ่งจะช่วยพัฒนาให้นักศึกษามีความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคม ตระหนักรู้ในตนเอง รู้จักควบคุมอารมณ์และแสดงพฤติกรรมในทางที่พึงประสงค์ รู้จักการคิดวิเคราะห์ในการจัดการกับปัญหาในทางที่ถูกต้อง พัฒนาตนเองอยู่เสมอด้วยการแสวงหาความรู้ใหม่ๆ เกิดเจตคติในทางที่ถูกต้องตั้งมั่นอันจะส่งผลให้เกิดการอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุขและเป็นแบบอย่างของความเป็นครู
2. กระตุ้นให้นักวิชาการด้านการศึกษาหรือผู้สนใจได้ตระหนักและเห็นคุณค่าในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงซึ่งเป็นองค์ความรู้และมรดกอันล้ำค่าที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 9 ได้พระราชทานไว้ โดยนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนามนุษย์ในรูปแบบต่างๆ โดยเฉพาะทักษะชีวิตให้เป็นผู้มีความเข้มแข็งทางด้านจิตใจ รู้จักใช้ชีวิตอย่างมีเหตุผล รู้จักประมาณตน มีคุณธรรมในการดำเนินชีวิตเพื่อความเป็นพลเมืองดีของประเทศชาติต่อไป
3. เป็นประโยชน์สำหรับครูอาจารย์และผู้สนใจเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะชีวิตโดยการใช้อยู่รูปแบบการเรียนรู้อยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงนี้ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้แก่ศึกษาในสาขาวิชาอื่นๆ

ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตด้านประชากรและกำหนดตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

นักศึกษาวิชาชีพอครู ชั้นปีที่ 2 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 450 คน

กลุ่มตัวอย่าง

นักศึกษาวิชาชีพอครู ชั้นปีที่ 2 โปรแกรมวิชาสังคมศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง(Purposive Sampling) จำนวน 15 คน

ขอบเขตด้านตัวแปร

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ รูปแบบการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพอครู

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. นักศึกษาวิชาชีพอครู หมายถึง นักศึกษาชั้นปีที่ 2 โปรแกรมวิชาสังคมศึกษา สังกัดคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร ปีการศึกษาพุทธศักราช 2561 ภาคเรียนที่ 2 ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 15 คน

2. ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาวิชาชีพอครูในการปรับตัวเพื่อให้อยู่ในสังคมและเตรียมพร้อมเพื่ออนาคตด้วยความรู้จักจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมและถูกต้อง รู้จักแสวงหาความรู้ใหม่ๆ และพัฒนาตนเองอยู่เสมอเพื่อให้เกิดเจตคติที่ดีงาม มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่นในทิศทางบวกที่จะส่งผลต่ออารมณ์และพฤติกรรมมารอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างปกติสุข

3. รูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง ลักษณะกระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยบูรณาการหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยนำมาออกแบบวิธีการและขั้นตอนในการเสริมสร้างทักษะชีวิต ประกอบด้วยขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นตระหนักรู้ตนเองและผู้อื่น เป็นขั้นการจัดการเรียนรู้ที่ให้นักศึกษาได้ตระหนักรู้เกี่ยวกับตนเองด้านความรู้ ความสามารถ ทักษะการแสดงออก จุดเด่น จุดด้อยของตนเองและคนอื่นได้อย่างถูกต้อง

ขั้นที่ 2 ขั้นตระหนักถึงทักษะชีวิต เป็นการจัดการเรียนรู้ที่ให้นักศึกษาระบุทักษะชีวิตที่เป็นปัญหาและสาเหตุปัญหาของทักษะเหล่านั้นที่เกิดขึ้นกับตนเองและคนอื่นด้วยการให้ข้อมูลเกี่ยวกับทักษะชีวิตที่ถูกต้องและให้สำรวจและวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับตนเองและคนอื่นโดยการเปรียบเทียบกับข้อมูลที่ได้รับ

ขั้นที่ 3 ขั้นเห็นคุณค่าในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นการจัดการเรียนรู้ที่นำเสนอหลักการดำเนินชีวิตโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและชี้ให้เห็นถึงความเชื่อมโยงต่อการนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาทักษะชีวิต

ขั้นที่ 4 ขั้นปฏิบัติการ เป็นกระบวนการจัดการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากการปฏิบัติกิจกรรมและสามารถสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตนเอง ด้วยการตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูล เลือกแนวทางในการนำไปประยุกต์ใช้และลงมือปฏิบัติตามแนวทางที่เลือกไว้ โดยการจด จัดและเรียงลำดับรายการปฏิบัติอย่างละเอียดและชัดเจนเพื่ออำนวยความสะดวกให้นักศึกษาสามารถปฏิบัติได้ง่ายขึ้น

ขั้นที่ 5 ขั้นสรุปและประเมินผล เป็นกระบวนการจัดการเรียนรู้โดยนักศึกษาสรุปองค์ความรู้และประเมินตนเองเกี่ยวกับทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างให้นักศึกษามีความภาคภูมิใจในตนเอง มีการให้แรงเสริมทางบวกและกระตุ้นให้กำลังใจ

สมมุติฐานการวิจัย

1. รูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูมีความเหมาะสมในระดับมาก
2. รูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีผลต่อการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
3. ทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่มีความแตกต่างกัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง รูปแบบการเรียนรู้ตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการสร้างเสริมทักษะชีวิต ดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต
 - 1.1 ความหมายของทักษะชีวิต
 - 1.2 ความสำคัญของทักษะชีวิต
 - 1.3 องค์ประกอบของทักษะชีวิต
 - 1.4 กลวิธีในการสร้างทักษะชีวิต
 - 1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการเรียนการสอน
 - 2.1 ความหมายของรูปแบบการเรียนการสอน
 - 2.2 ลักษณะของรูปแบบ
 - 2.3 การออกแบบการเรียนการสอน
 - 2.4 การจัดการเรียนการสอน
 - 2.5 ความสำคัญของการจัดการเรียนการสอน
 - 2.6 หลักการพื้นฐานในการจัดการเรียนการสอน
 - 2.7 ลักษณะการจัดการเรียนการสอนที่ดี
 - 2.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการเรียนการสอน
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 - 3.1 แนวคิดและหลักการปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 - 3.2 การพัฒนามนุษย์ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 - 3.3 การพัฒนาทักษะชีวิตตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 - 3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาและกำหนดขอบเขตเอกสารที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต ดังนี้

1.1 ความหมายของทักษะชีวิต

คำว่า “ทักษะ” ซึ่งในภาษาอังกฤษเรียกว่า “ Skill” นั้น หมายถึง ความสามารถในการปรับตัวและมีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้อง ในการที่จะเผชิญกับสิ่งท้าทายต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพและยังเป็นสิ่งที่จรรโลงให้เกิดการดำรงไว้ซึ่งสภาวะสุขภาพจิตที่ดี สามารถปรับตัวและมีพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องในขณะที่เผชิญแรงกดดันหรือกระทบกับสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัว ความสามารถนี้ประกอบด้วยความรู้ ความเข้าใจ เจตคติและทักษะในการจัดการกับปัญหาที่อยู่รอบตัว ภายใต้สังคมปัจจุบัน(WHO: 1997) องค์การยูนิเซฟ(Unicef.2018,Online) กล่าวว่า เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาพฤติกรรมเพื่อให้เกิดความสมดุลระหว่าง 3 องค์ประกอบได้แก่ ความรู้ เจตคติและทักษะต่างๆ กล่าวได้ว่า เป็นทักษะภายในที่จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นเรื่อง การดูแลสุขภาพ เอดส์ ยาเสพติด ความปลอดภัย สิ่งแวดล้อม คุณธรรมจริยธรรม ฯลฯ เพื่อให้สามารถมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขหรือจะกล่าวง่ายๆ ทักษะชีวิตก็คือความสามารถในการแก้ปัญหาที่ต้องเผชิญในชีวิตประจำวันเพื่อให้อยู่รอดปลอดภัยและสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข(สุวรรณ ภาชี,2561 : ออนไลน์)

ทักษะชีวิต (Life Skills) ตามคำนิยามขององค์การอนามัยโลก(WHO: 1997)ดังกล่าวได้ให้ความสำคัญของบุคคลในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ไม่ถูกบีบคั้นจากสภาวะแวดล้อมรอบตัวจนเกิดปัญหาสุขภาพจิต มีเจตคติ พฤติกรรมและทักษะในการจัดการกับปัญหาได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับ สมเดช มุงเมือง(2555,หน้า 7) ที่กล่าวว่า เป็นความสามารถในการปรับตัวและมีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้องในการที่จะเผชิญกับสิ่งท้าทายต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับ คลิฟฟ์และมาเรีย(Cliff Parry and Maria Nomikou.2018,Online) ที่กล่าวว่า เป็นรูปแบบที่ได้รับจากการเรียนรู้หรือผ่านประสบการณ์ชีวิตโดยตรงเพื่อช่วยให้บุคคลหรือกลุ่มแก้ไขปัญหาและเผชิญกับเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ขณะที่ ไพโรจน์ คะเซนทร์(2560,หน้า 3) กล่าวว่า เป็นความสามารถในการแก้ปัญหาคำถามดำเนินชีวิตในสังคมสมัยใหม่โดยการเฝ้าหาความรู้ แสวงหาและพัฒนาความรู้ใหม่ เพื่อให้มีความสามารถในด้านการจัดการชีวิตของตนเอง รู้จักใช้เทคโนโลยี แสวงหาความรู้อย่างมีเหตุผลเพื่อเพิ่มทักษะในการคิดวิเคราะห์ การแก้ปัญหา การขจัดความเครียด มีคุณธรรม จริยธรรม มีมนุษยสัมพันธ์ มีทักษะในการเข้าสมาคมและรู้จักประนีประนอมเพื่อปรับตัวเองให้อยู่ในสังคมปัจจุบันอย่างมีความสุข

โสภา ก็กบียงยางและคณะ(2560,หน้า 2) กล่าวว่า ทักษะชีวิตนั้นเป็นความสามารถในการเผชิญเรื่องราวในสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันและอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพซึ่งประกอบไปด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะการแสดงออก ขณะที่ ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์และสุวรรณา เรื่องกาญจนเศรษฐ์ (2552,หน้า 3) กล่าวว่า ทักษะชีวิต คือ ความสามารถของบุคคลทั้งความรู้ เจตคติ และทักษะที่จะปรับตัวและเผชิญต่อสิ่งเร้าต่างๆ ในชีวิตอย่างสร้างสรรค์ มีประสิทธิภาพรวมทั้งสอดคล้องกับวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม/สังคม ผู้ที่มีทักษะชีวิตดีจะมีปฏิสัมพันธ์และมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความบากบั่น รู้จักแก้ปัญหาได้ดี ปรับตัวได้ พึ่งตนเองได้และป้องกันตัวเองในภาวะคับขันได้

รัตโนทัย พลับรูการ(2561:ออนไลน์) ประเวศ ตันติพิวัฒนสกุลและคณะ(2555,หน้า 3)และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน(2558,หน้า 4) กล่าวว่า ทักษะชีวิตเป็นความสามารถของบุคคลในการจัดการกับปัญหาต่าง ๆ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ผู้ที่มีทักษะชีวิตจะสามารถปรับตัวและแสดงพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้องเพื่อที่จะเผชิญกับสิ่งท้าทายต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ ทักษะชีวิตเป็นทักษะทางสังคมและอารมณ์ในการดำรงชีวิตและการแสดงออกทางพฤติกรรมซึ่งมีส่วนที่เกี่ยวข้องกับความคิด ความรู้ ความเข้าใจ การตัดสินใจ การแก้ปัญหา ไปจนถึงทักษะความสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่น การพูดคุยสื่อสาร เป็นต้น ผู้ที่มีทักษะชีวิตจะช่วยให้เกิดความภูมิใจในตนเอง การเข้าใจตนเอง การเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น รู้จักอดทน อดกลั้น และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ขณะที่ ยูนิเซฟ(Unicef.2561:ออนไลน์)กล่าวว่า เป็นทักษะทางสังคมจิตวิทยาที่จะช่วยให้สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและรับมือกับปัญหาและความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ได้ เกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน มีการยอมรับฟังและปรึกษาหารือกันได้ มีความคิดเห็นที่มั่นคง มีหลักการ มีเหตุผล มีความยืดหยุ่น ควบคุมตนเองได้ดีทั้งอารมณ์และพฤติกรรม

จากความหมายดังกล่าวสรุปได้ว่า ทักษะชีวิต เป็นความสามารถของบุคคลในการปรับตัวเพื่อให้ อยู่ในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาและเตรียมพร้อมเพื่ออนาคตด้วยการรู้จักจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมและถูกต้อง รู้จักแสวงหาความรู้ใหม่ๆและพัฒนาตนเองอยู่เสมอเพื่อให้เกิดเจตคติที่ดีงาม มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่นในทิศทางบวกที่จะส่งผลต่ออารมณ์และพฤติกรรม การอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างปกติสุข

1.2 ความสำคัญของทักษะชีวิต

ปัจจุบันสังคมได้ก้าวเข้าสู่ศตวรรษที่ 21 ซึ่งมีความล้ำสมัยของเทคโนโลยี ส่งผลต่อความรวดเร็วในการรับข้อมูลและการสื่อสาร ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม วัฒนธรรมตลอดจนความคิดและความเชื่อของคน จำเป็นต้องตั้งรับกับการมีวิถีชีวิตยุคใหม่อย่างมีวิจารณญาณ ทักษะชีวิตจึงเป็นสิ่งที่ทุก

คนจำเป็นต้องมีทั้งนี้เพราะนับตั้งแต่มนุษย์เกิดมา จะต้องได้รับการหล่อหลอมโดยกระบวนการตามธรรมชาติและกระบวนการทางสังคม เป็นปฏิกริยาต่อเนื่องเป็นลูกโซ่ระหว่างที่ผ่านกระบวนการเหล่านั้น มนุษย์ต้องปะทะกับแรงบีบ แรงกดดันและแรงกระทบจากภายนอกที่สำคัญสี่แหล่งคือชนบประเพณีและวัฒนธรรม ครอบครัว เพื่อน และสิ่งแวดล้อม คนที่จะยืนหยัดอยู่ในโลกนี้ได้อย่างปกติสุข และไม่กลายเป็นคนเจ้าปัญหา จึงได้แก่คนที่สามารถจัดการกับแรงปะทะจากแหล่งภายนอกได้อย่างสมดุลโดยอาศัยทักษะชีวิตที่ได้รับการฝึกฝนมาเป็นอย่างดี(สมเดช มุงเมือง.2555,หน้า 13) จากสภาพความกดดันและแรงปะทะดังกล่าวยังส่งผลกระทบต่อเยาวชนในวัยเรียนทั้งการดำเนินชีวิตท่ามกลางความเปลี่ยนแปลง และความคาดหวังของผู้ปกครองต่อการศึกษาและการทำงานในอนาคตของบุตรหลาน ประกอบกับการเผชิญกับสิ่งยั่วยุหรือตัวแบบที่ไม่เหมาะสมต่างๆ รอบตัว ก่อให้เกิดปัญหาอย่างมาก ทั้งปัญหาด้านการปรับตัว ปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจ ปัญหาสุขภาพ ปัญหาความรุนแรง ปัญหาที่มาจากสิ่งยั่วยุ เช่น ปัญหายาเสพติด ปัญหาการติดโทรศัพท์ ปัญหาจากพฤติกรรมทางเพศ เป็นต้น ปัญหาเหล่านี้ถ้าไม่ได้รับการแก้ไขหรือเตรียมการป้องกันหรือสร้างภูมิคุ้มกันโดยเฉพาะเยาวชนที่ไม่มีภูมิคุ้มกันทางสังคมและทักษะชีวิต ส่งผลให้ไม่ประสบความสำเร็จในการศึกษาและความสำเร็จในชีวิต มีปัญหาทางอารมณ์จิตใจและมักจะมี ความขัดแย้งในชีวิตได้ง่ายซึ่งจะส่งผลกระทบต่อสังคมโดยรวม(สำนักงานคณะกรรมการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ.2558,หน้า 15) การเสริมสร้างทักษะชีวิตมีความจำเป็นเนื่องด้วยต้องนำทักษะเหล่านั้นไปใช้ในการดำเนินชีวิตทั้งด้านส่วนตัวและการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น เป็นการส่งเสริมและพัฒนา มนุษย์ให้เป็นบุคคลที่สมบูรณ์ องค์การอนามัยโลก(World Health Organization:WHO. 1994: 17 อ้างอิงจาก โสภา ก็กบางยาง.2560,หน้า 2) กล่าวว่า ทักษะชีวิตเป็นสิ่งจำเป็นที่ควรส่งเสริมให้เกิดขึ้นเพื่อพัฒนา มนุษย์ในสังคมและช่วยกันแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคม โดยได้จำแนกความสำคัญไว้ดังนี้

1) ความสำคัญต่อเด็กและเยาวชน

วัยรุ่นจำนวนมากมีแนวโน้มที่จะมีปัญหาทางด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต ซึ่งปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญหา ได้แก่ การใช้สารเสพติด การสูบบุหรี่ การตั้งครรภในวัยรุ่น การกระทำความผิด ดังนั้น การจัดกิจกรรมสามารถชี้แนวทางที่จะส่งเสริมเด็กและวัยรุ่นให้จัดการกับความเครียด และความกดดันต่างๆ ดำรงชีวิตได้อย่างเข้มแข็งและปรับเปลี่ยนตนเองให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ ซึ่งจะนำไปสู่การแก้ไขปัญหาได้ในที่สุด รัตโนทัย พลับรู้การ(2561, หน้า 5)กล่าวว่า การที่สภาพสังคมในโลกที่เปลี่ยนไป เช่น ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีการสื่อสารและยุคดิจิทัล ทำให้เกิดการรับรู้ความหลากหลายทางเชื้อชาติ วัฒนธรรม การหล่อหลอมรวมความคิดและความเชื่อต่าง ๆ การเปลี่ยนแปลงทางสังคมส่งผลกระทบต่อเด็ก ไม่ว่าจะเป็นการดำเนินชีวิตท่ามกลางกระแสเทคโนโลยี ความคาดหวังของพ่อ แม่ ครอบครัว ตลอดจน สิ่งเร้าที่สร้างความกดดันและความเครียดให้กับเด็กและเยาวชน ทำให้เกิดปัญหาต่างๆ มากมายไม่ว่าจะ

เป็นปัญหาการเรียน ปัญหาการปรับตัว ปัญหาทางอารมณ์และสังคม ความก้าวร้าวต่างๆ สารเสพติด การติดเกม การมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่น เป็นต้น โดยเด็กที่เป็นกลุ่มเสี่ยงมักเป็นเด็กและเยาวชนที่ขาดภูมิคุ้มกันทางสังคมอารมณ์ที่ดี ถูกปล่อยปละละเลย การสอนทักษะชีวิตตั้งแต่วัยเด็ก จึงเป็นที่มาของการสร้างความเข้าใจให้กับพ่อ แม่ ผู้ปกครอง และครูในการส่งเสริมทักษะชีวิตตั้งแต่วัยเด็กเพื่อที่จะช่วยให้เด็กสามารถเผชิญปัญหา รู้จักตัดสินใจปรับตัวให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสภาพแวดล้อม รู้จักป้องกันและหลีกเลี่ยงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น สามารถจัดการกับชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ แก้ไขสถานการณ์เพื่อให้ตนเองอยู่รอดปลอดภัย และอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างมีความสุข

2) ความสำคัญต่อสังคม

ด้วยเหตุที่ทุกคนมีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อความเจริญก้าวหน้าทางสังคม โดยเฉพาะในเด็กและวัยรุ่น จำเป็นต้องมีความสามารถในการดำรงชีวิตทั้งภายนอกและภายในครอบครัวอย่างเหมาะสม อาทิ เข้ากับผู้อื่น การสื่อสาร การแก้ไขความขัดแย้ง โดยเฉพาะการสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ซึ่งถ้ามีความสัมพันธ์ในครอบครัวดี ส่งผลให้เด็กและวัยรุ่นมองเห็นคุณค่าในตนเอง มีความเชื่อมั่นรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม ใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้ หากมีความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ดี ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาแก่สังคม

3) ความสำคัญต่อการศึกษา

ผู้เรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น จะมีความเป็นตัวของตัวเองสูง ไม่ชอบให้ผู้ใหญ่ออกคำสั่ง ในขณะเดียวกันก็ให้ความสำคัญกับเพื่อน ดังนั้นการเรียนการสอนควรกระตุ้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียน เพราะจะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้แบบคิดเอง แก้ไขปัญหาเอง และการเรียนรู้แบบการมีส่วนร่วมจะช่วยให้ผู้เรียนได้แบบอย่างเจตคติและทักษะต่างๆ และที่สำคัญเป้าหมายในการสอนทักษะชีวิตนั้น ผู้สอนจะเน้นให้วัยรุ่นเกิดทัศนคติหรือการแลกเปลี่ยนทัศนคติไปในทางที่ถูกต้อง และสามารถผ่านเหตุการณ์ที่ยั่วยุไปได้ โดยเกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ขึ้น ดังนั้นจึงมีความจำเป็นต้องตระหนักและให้ความสำคัญต่อโปรแกรมการศึกษาที่จะต้องสอนทักษะชีวิตเข้าไปด้วย เพราะสิ่งเหล่านี้มีความสัมพันธ์ต่อการป้องกันพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในบุคคล

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์(2558) กล่าวว่า ทักษะชีวิตจะช่วยปูพื้นฐานด้านเจตคติสร้างทักษะที่สำคัญต่อการมีชีวิตรอบครัวและการปรับตัวในครอบครัว กล่าวคือ

1. สร้างเจตคติของความเสมอภาคระหว่างชาย หญิง ในด้านบทบาททั้งในครอบครัวและสังคม
2. สร้างค่านิยมที่ดีด้านชีวิตรอบครัว เช่น ค่านิยมผัวเดียวเมียเดียว ความรับผิดชอบต่อครอบครัว
3. สร้างค่านิยมในเรื่องเพศ เช่น การมีเพศสัมพันธ์ที่รับผิดชอบ วุฒิภาวะทางเพศ
4. สร้างความสามารถในการปรับตัวในครอบครัว เช่น มีทักษะการสื่อสารการแก้ปัญหา

กล่าวได้ว่า ภายใต้อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป สิ่งยั่วยุต่างๆ เกิดขึ้นมากมาย ทำให้ขาดการรู้เท่าทันสิ่งที่ตามมาคือพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่อตนเองและสังคม บุคคลที่มีทักษะชีวิตเท่านั้นจึงสามารถที่จะปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้ดี และไม่ตกเป็นเหยื่อของสิ่งยั่วยุเหล่านั้น การจัดการเรียนสอนเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตให้แก่บุคคล โดยเฉพาะนักศึกษาที่กำลังอยู่ในวัยแห่งการเรียนรู้เป็นสิ่งจำเป็น เนื่องด้วยเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งส่วนของกายภาพและส่วนของจิตใจ ถ้าหากขาดทักษะชีวิตที่เหมาะสมแล้ว ย่อมนำไปสู่ปัญหาต่างๆ ได้ เช่น การทะเลาะวิวาท การตั้งครรภก่อนวัยอันควร การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน การเสพยาเสพติด การใช้จ่ายอย่างฟุ่มเฟือย ปัญหายาเสพติด เป็นต้น ดังนั้นการพัฒนาทักษะชีวิตจึงมีความสำคัญเพื่อเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตนเองเพื่อพร้อมกล้าเผชิญปัญหาสังคมอย่างเข้มแข็งและรู้เท่าทันซึ่งจะเป็นพื้นฐานสำคัญในการสร้างตนเองในอนาคตของนักศึกษา

1.3 องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก(ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์.2553,หน้า 4 -10, อ้างอิงจาก WHO)ได้กำหนดองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 10 ประการหรือ 5 คู่ ตามพฤติกรรมกรรมการเรียนรู้ 3 ด้าน คือ

1. ด้านพุทธิพิสัย(ความรู้) ได้แก่ ความคิดสร้างสรรค์(Creative thinking) เป็นความสามารถในการคิดออกไปอย่างกว้างขวางโดยไม่ยึดติดอยู่ในกรอบและความคิดวิเคราะห์วิจารณ์(Critical thinking)เป็นความสามารถที่จะวิเคราะห์แยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์ต่างๆ รอบตัว

2. ด้านจิตพิสัย (เจตคติ) ได้แก่ ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) เป็นความสามารถในการค้นหาและเข้าใจจุดดี จุดด้อยของตนเองและความแตกต่างจากบุคคลอื่น และความเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกและเห็นอกเห็นใจบุคคลที่แตกต่างจากตนเอง

ในประเทศไทยได้มีการเพิ่มองค์ประกอบด้านจิตพิสัยอีก 1 คู่ เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพการณ์ที่มีความรุนแรงของกระแสเจตคติและค่านิยมที่ผิดๆ ตลอดจนการละเลยหรือขาดความรับผิดชอบต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในสังคม(ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์.2552,หน้า 5) ได้แก่ ความภูมิใจในตนเอง(Self-esteem) เป็นความสามารถที่รู้สึกว่ามีคุณค่า ค้นพบและภูมิใจในความสามารถด้านต่างๆ ของตนเองโดยไม่มุ่งสนใจแต่เรื่องความโก้เก๋ รูปร่างหน้าตา เสน่ห์ หรือความสามารถทางเพศ และความรับผิดชอบต่อสังคม(Social responsibility) เป็นความสามารถที่รู้สึกว่าคุณเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและมีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อความเจริญหรือเสื่อมของสังคม

3. ด้านทักษะ (ทักษะ) ประกอบด้วย 3 คู่ ได้แก่

3.1 การสร้างสัมพันธภาพ (Interpersonal relationship) และการสื่อสาร (Communication) เป็นความสามารถในการใช้คำพูดและภาษา ทำทางเพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตน และรับรู้ความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่าย รัตโนทัย พลักรักการ(2561:ออนไลน์) กล่าวว่า เป็นความร่วมมือร่วมแรงร่วมใจ การบริหารจัดการเวลา การจัดการชีวิตประจำวัน การเจรจาแก้ไขความขัดแย้ง การรับรู้ บทบาท การเป็นผู้นำและผู้ตาม

3.2 การตัดสินใจ (Decision making) และการแก้ไขปัญหา(Problem solving) เป็นความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุ หนทางเลือกวิเคราะห์ข้อดี ข้อเสียของทางเลือก ประเมินทางเลือก ตัดสินใจเลือก และลงมือแก้ปัญหาย่างถูกต้องเหมาะสม รุ่งศักดิ์ ศิวาชัย(2561,ออนไลน์)กล่าวว่า เป็นกระบวนการในการคัดเลือกเพื่อการปฏิบัติที่มีทางเลือกอยู่หลายทาง โดยคำนึงถึงทางเลือกเหล่านั้นแล้ว นำมาวิเคราะห์เพื่อหาข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือกและตัดสินใจเลือกทางที่ดีที่สุด มีประโยชน์ที่สุด สร้างความพอใจที่สุด โดยการพิจารณาทุกมิติอย่างรอบคอบ มองปัญหาและผลกระทบอย่างรอบด้าน

3.3 การจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotions)และการจัดการกับความเครียด (Coping with stress) เป็นความสามารถในการประเมินและรู้เท่าทันอารมณ์หรือความเครียดว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของคน เลือกใช้วิธีการจัดการกับอารมณ์หรือความเครียดและมีวิธีการป้องกันการเกิดอารมณ์หรือความเครียดที่เหมาะสม คนที่ได้รับการพัฒนาด้านอารมณ์จะสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี ไม่แสดงออกหรือเก็บกดมากเกินไป มีความมั่นคงทางอารมณ์ ไม่สนใจตนเองมากเกินไป เห็นอกเห็นใจคนอื่น รู้จักหาความสุขและความสนุกสนาน(วิมลศรี อุทัยพัฒนาชีพ ชัยภูมิ ชุมภูและพัชริน คุณคำชู.2558, หน้า 6)

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ(2552,หน้า 1-4) และประเวช ตันติพิวัฒนสกุลและคณะ(2555,หน้า 3-4) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 4 องค์ประกอบด้วยกัน คือ

1. การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น หมายถึง การรู้ถึงความถนัด ความสามารถ รู้จุดเด่นและจุดด้อยของตนเองพร้อมทั้งเข้าใจความแตกต่างของแต่ละบุคคล รู้จัก ยอมรับ เห็นคุณค่าและภาคภูมิใจในตนเองและผู้อื่นทั้งยังรวมถึงการมีเป้าหมายในชีวิตและมีความรับผิดชอบต่อสังคม

2. การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาย่างสร้างสรรค์ หมายถึง ความสามารถในการแยกแยะข้อมูล ข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์รอบตัวทั้งยังสามารถวิพากษ์วิจารณ์และประเมินสถานการณ์รอบตัวด้วยหลักเหตุผลและข้อมูลที่ถูกต้อง นอกจากนี้ยังรวมถึงความสามารถในการรับรู้ปัญหา รู้สาเหตุของปัญหาและสามารถหาทางเลือกและตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างสร้างสรรค์

3. การจัดการกับอารมณ์และความเครียด หมายถึง ความสามารถในการทำความเข้าใจและรู้เท่าทันภาวะอารมณ์ของตนเองและบุคคลอื่น รู้สาเหตุของความเครียด รู้วิธีการควบคุมอารมณ์และความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายและหลีกเลี่ยง และรู้จักหาทางปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดอารมณ์อันไม่พึงประสงค์ให้เป็นไปในทางที่ดี

4. การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น หมายถึง การเข้าใจมุมมอง อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น สามารถใช้ภาษาพูดและภาษากายเพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนเอง สามารถรับรู้ความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น สามารถวางตัวได้ถูกต้องเหมาะสมในสถานการณ์ต่างๆ รวมถึงความสามารถในการสื่อสารเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดี สร้างความร่วมมือและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

จะเห็นได้ว่าทักษะชีวิตจะมีความหลากหลายแล้วแต่มุมมองที่จะนำไปประกอบวิเคราะห์ในการนำไปใช้ในการปฏิบัติ ส่วนใหญ่ในประเทศไทยใช้ของกรมสุขภาพจิต และของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานเป็นหลัก โดยได้มีการดำเนินการในด้านการเรียนการสอนและการฝึกอบรมให้กับเด็กและเยาวชนในรูปแบบต่างๆ (รัตนทิพย์ พลักรักการ. 2561: ออนไลน์) การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดองค์ประกอบทักษะชีวิตตามแนวคิดของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ (2552, หน้า 1-4) เป็นกรอบกว้างๆ ในการกำหนดนิยามทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู ประกอบด้วย

1. การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น หมายถึง การรู้ถึงความถนัด ความสามารถ จุดด้อย จุดเด่นของตนเอง การมองตนเองและผู้อื่นในมุมมอง มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิตและความรับผิดชอบต่อสังคม

2. การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ หมายถึง การรู้จักแยกแยะข้อมูลข่าวสาร รู้จักวิเคราะห์ปัญหาและประเมินสถานการณ์ด้วยเหตุผลและข้อมูลที่ต้องการ สามารถรับรู้ปัญหา รู้สาเหตุของปัญหาและหาทางเลือกและตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างสร้างสรรค์

3. การจัดการกับอารมณ์และความเครียด หมายถึง การตระหนักรู้เท่าทันภาวะอารมณ์ของตนเองและบุคคลอื่น รู้สาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์และความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายและปรับเปลี่ยนอารมณ์ของตนเองในทางที่เป็นบวก

4. การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น หมายถึง การรู้เท่าทันอารมณ์และความต้องการของผู้อื่น สามารถวางตัวได้ถูกต้องเหมาะสมในสถานการณ์ต่างๆ รวมถึงความสามารถในการสื่อสารด้วยภาษาพูดและภาษากายเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดี สร้างความร่วมมือและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

1.4 กลวิธีในการสร้างทักษะชีวิต

การพัฒนาทักษะชีวิตเป็นการพัฒนาความสามารถภายในตัวของผู้เรียนเพื่อให้มีความเข้มแข็งในการจัดการกับปัญหาที่อาจเผชิญในอนาคตและเป็นความสามารถในการปรับตัวต่อสถานการณ์ต่างๆ เพื่อให้อยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างเป็นสุข(สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. 2552, หน้า 16) การพัฒนาทักษะชีวิตจะต้องอาศัยระยะเวลาในการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เป็นการบ่มเพาะให้ผู้เรียนได้ซึมซับทีละเล็กละน้อย ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์(2553, หน้า 15-20)ได้กล่าวถึงกลวิธีในการพัฒนาทักษะชีวิตไว้ ดังนี้

1. การสร้างทักษะชีวิตโดยระบบเรียนรู้(การเรียนรู้การสอน) จากความหมายของทักษะชีวิตที่ว่า “ทักษะชีวิตเป็นความสามารถอันประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในอันที่จะจัดการกับปัญหารอบๆตัวในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต” จากองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่กล่าวมาอาจแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม

1.1 ทักษะชีวิตทั่วไป เป็นทักษะพื้นฐานทั่วไปในการเผชิญปัญหาปกติในชีวิตประจำวัน เช่น ความขัดแย้งทางความคิด การทะเลาะเบาะแว้ง การสื่อสารที่ไม่มีประสิทธิภาพ การวิพากษ์วิจารณ์ การจำแนกแยกแยะข้อมูลข่าวสาร การตัดสินใจเลือกกระทำสิ่งต่างๆ การแก้ปัญหาในการดำรงชีวิตประจำวัน การคิดวางแผนในการดำรงชีวิตประจำวัน เป็นต้น ผู้ที่มีทักษะด้านนี้จะเป็นผู้ที่มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ คิดตัดสินใจและแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสมหรือเรียกได้ว่า มีความสามารถในการคิดและการสื่อความหมาย นอกจากนี้ กระทรวงศึกษาธิการเรียกความสามารถด้านนี้ว่า “คิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาได้” และเป็นองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่เรียกว่า ความคิดสร้างสรรค์(Creative thinking)และความคิดวิเคราะห์หวิจารย์(Critical thinking) ความสามารถทั้ง 2 ประการนี้ เกิดจากการสอนที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง โดยใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในการสอนตามปกติในชั้นเรียน ซึ่งการสอนแบบนี้ช่วยให้ผู้เรียนได้ฝึกวิเคราะห์ก็สามารถเกิดทักษะชีวิตพื้นฐานสองประการดังกล่าวได้ รัตโนทัย พลับรู้การ (2561,ออนไลน์)กล่าวว่า ทักษะชีวิตทั่วไปดังกล่าวสามารถเกิดขึ้นได้ด้วยการจัดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม หรือกระบวนการกลุ่มและเทคนิคเกมการศึกษา ที่ให้ผู้เรียนได้มีการอภิปราย แสดงความรู้สึกรู้สึกคิดอย่างมีประสิทธิภาพ ผ่านการตั้งประเด็นคำถามเพื่อให้เกิดการสะท้อน(Reflect) การเชื่อมโยง(Connect) การปรับประยุกต์ความคิดและนำไปใช้(Apply) หลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมการเรียนรู้ในช่วงเวลาเรียนปกติ เป็นการบูรณาการ หรือสอดแทรกทักษะชีวิตในกระบวนการเรียนการสอน นอกจากนี้ยังพัฒนาทักษะชีวิตทั่วไปผ่านกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เช่น กิจกรรมชมรม กิจกรรมการแสดงความสามารถพิเศษต่าง ๆ การศึกษาแหล่งเรียนรู้ภายในและภายนอกสถานศึกษา เป็นต้น

1.2 ทักษะชีวิตเฉพาะ เป็นทักษะที่จำเป็นสำหรับใช้ในการเผชิญกับปัญหาในชีวิตที่เฉพาะเจาะจง เช่น ปัญหายาเสพติด ปัญหาเอดส์ ปัญหาเพศ การตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม ปัญหาการปรับตัวต่อสภาวะวิกฤต ปัญหาสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับเพื่อนและผู้อื่น ฯลฯ นอกจากนี้ต้องมีทักษะชีวิตอีก 10 ประการที่เหลือ เช่น ความตระหนักรู้ในตน คือ ตระหนักในความแตกต่างระหว่างชาย หญิง ในเรื่องเพศ ความภูมิใจในตนเอง เช่น ตระหนักในคุณค่าและศักดิ์ศรีของชายหญิง ทักษะในการปฏิเสธในการชวนไปมีพฤติกรรมเสี่ยง เป็นต้น ผู้มีทักษะด้านนี้จะเป็นผู้ที่มีความเข้มแข็งทางใจหรือมีพลังสุขภาพจิต ซึ่งจะช่วยให้สามารถเอาชนะปัญหาอุปสรรคไปสู่ความสำเร็จที่ต้องการ สามารถปรับตัวในสถานการณ์วิกฤตและผ่านพ้นเหตุการณ์วิกฤตไปได้โดยไม่เกิดผลกระทบตามมาหรือสามารถฟื้นตัวกลับมาดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างรวดเร็ว ในการสอนปกติในหลักสูตรที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางอย่างแท้จริงก็สามารถสร้างทักษะชีวิตได้ครบทุกตัวเช่นกัน ทักษะชีวิตเฉพาะเกิดจากการสอนทักษะชีวิตในวิชาที่เกี่ยวข้องกับปัญหา สังคมศึกษา สุขศึกษา พลานามัย การแนะแนวและรายวิชาทักษะชีวิต เป็นต้น ปัจจัยที่เกี่ยวข้องในการเสริมสร้างทักษะชีวิตเฉพาะได้แก่ ความสามารถของเด็กวัยรุ่นในการควบคุม อารมณ์ตนเองรวมถึงการสร้างเป้าหมายชีวิต การคบเพื่อน และความเชื่อมั่นในตนเองในการตัดสินใจ และการปฏิเสธ ซึ่งการจัดโปรแกรมเพื่อพัฒนาให้เกิดทักษะชีวิตเฉพาะจึงต้องบรรจุแนวทางในการช่วยให้วัยรุ่นค้นหาเป้าหมายอนาคต และรู้จักเลือกเพื่อนที่คบ และเมื่อมีเหตุการณ์ที่ต้องตัดสินใจก็ไม่ลังเลในการปฏิเสธ และรู้จักเลือกสื่อสารในเชิงบวกกับเพื่อน การจัดกิจกรรมก็เป็นในลักษณะสร้างสถานการณ์จำลอง เพื่อฝึกทักษะการตัดสินใจและการสื่อสาร(นพัสชวินทร์ มูลทาทอง.2555,สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์กรมอนามัย.2558 อ้างอิงจาก รัตโนทัย พลับรัฐการ. 2561,ออนไลน์)

2. การสร้างทักษะชีวิตโดยระบบกิจกรรมโดยเฉพาะกิจกรรมเสริมหลักสูตร กิจกรรมเสริมหลักสูตรที่จำเป็นในการสร้างทักษะชีวิตมีหลากหลายลักษณะ เช่น การทำกิจกรรมชมรมต่างๆ เพื่อผู้เรียนได้ทำงานร่วมกัน ได้มีโอกาสสร้างสัมพันธภาพ ได้สื่อสารกับผู้อื่น ได้รู้จักตนเองและรู้จักผู้อื่น ได้ตัดสินใจแก้ไขปัญหาเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เกิดความรับผิดชอบต่อสังคม ฯลฯ กิจกรรมที่ได้จะต้องมีลักษณะดังนี้

- ผู้เรียนคิดเองทำเอง โดยมีอาจารย์เป็นที่ปรึกษา
- ดำเนินการได้ตลอดปี เพราะมาจากพลังของผู้เรียนเอง
- สามารถสืบทอดจากรุ่นพี่ไปสู่รุ่นน้องได้ เพราะมีความรู้สึกเป็นเจ้าของจากผู้เรียนเอง
- กิจกรรมเสริมหลักสูตรที่สร้างทักษะชีวิตทั่วไปให้กับผู้เรียน เช่น กิจกรรมชมรมห้องสมุด กิจกรรมชมรมทางวิชาการต่างๆ กิจกรรมกีฬา เป็นต้น
- กิจกรรมเสริมหลักสูตรที่สร้างทักษะชีวิตเฉพาะปัญหา เช่น ชมรมด้านยาเสพติด ชมรมต้านภัยเอดส์ ชมรมเพื่อนเตือนเพื่อน ฯลฯ

3. การสร้างทักษะชีวิตด้วยระบบดูแลช่วยเหลือผู้เรียน การสร้างทักษะชีวิตเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยการช่วยเหลือแนะนำ(Advisory)โดยอาจารย์ที่ปรึกษา ซึ่งทำหน้าที่การให้คำปรึกษาและช่วยเหลือโดยการรู้จักผู้เรียนเป็นรายบุคคล การคัดกรองเพื่อวิเคราะห์แยกแยะพฤติกรรมของผู้เรียนและการค้นหาผู้ที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง ตลอดจนให้ความช่วยเหลือบุคคลเหล่านี้ตั้งแต่ต้นก่อนที่จะเกิดปัญหาที่รุนแรง

4. การสร้างทักษะชีวิตเพื่อช่วยเหลือผู้เรียนที่มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ซึ่งเป็นปัญหาเกินกว่าที่อาจารย์ที่ปรึกษาจะแก้ไขได้ และต้องอาศัยการใช้จิตวิทยาการแนะแนวหรือการให้คำปรึกษา(Counseling)หรืออาจส่งต่อ(Refer)กรณีต้องการบำบัดจากสถานบริการทางสาธารณสุขหรือหน่วยงานต่างๆ เช่น การติดยาบ้าแล้วหรือการมีพฤติกรรมทางจิต เป็นต้น

การพัฒนาทักษะชีวิตดังกล่าวข้างต้นยังสอดคล้องกับ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ(2558, หน้า 7-8)ที่ได้กล่าวไว้ว่า การพัฒนาทักษะชีวิตสามารถใช้กระบวนการเรียนการสอนผ่านรูปแบบกิจกรรมที่กำหนดขึ้น เป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างทักษะชีวิตที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนเป็นสำคัญ ผู้เรียนเป็นผู้ได้รับประโยชน์สูงสุดจากการเรียนรู้ ซึ่งลักษณะของกิจกรรมที่ผู้เรียนเป็นสำคัญและมีประสิทธิภาพในการเสริมสร้างทักษะชีวิตมีลักษณะดังนี้

1) กิจกรรมที่ผู้เรียนมีส่วนร่วมค้นพบความรู้หรือสร้างความรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดทักษะชีวิตในด้านการคิดวิเคราะห์ การคิดตัดสินใจและแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ เช่น กิจกรรมการเรียนรู้ที่ให้โอกาสผู้เรียนแสดงความคิดเห็น วิพากษ์วิจารณ์ข่าวสาร เหตุการณ์ สถานการณ์หรือประสบการณ์ของผู้เรียน และกิจกรรมการเรียนรู้ที่ผู้เรียนได้สืบค้นหรือศึกษาค้นคว้า คิดวิเคราะห์สังเคราะห์ความรู้จากสื่อต่างๆ และแหล่งเรียนรู้ทั้งภายในและภายนอกสถานศึกษา ได้สะท้อนตนเองเชื่อมโยงกับชีวิตและการดำเนินชีวิตในอนาคต

2) กิจกรรมที่ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกัน ได้ลงมือกระทำกิจกรรมลักษณะต่างๆ ได้ประยุกต์ใช้ความรู้ เช่น กิจกรรมทัศนศึกษา กิจกรรมค่าย กิจกรรมวันสำคัญ กิจกรรมชมรม/ชุมนุม กิจกรรมโครงงาน/โครงการ กิจกรรมจิตอาสา เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้เป็นกิจกรรมที่จะทำให้เกิดการพัฒนาทักษะชีวิต ดังนี้

- ได้เสริมสร้างสัมพันธภาพและใช้ทักษะการสื่อสาร ได้ฝึกการจัดการกับอารมณ์และความเครียดของตนเอง

- ได้รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นทำให้เข้าใจผู้อื่นนำไปสู่การยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น รู้จักไตร่ตรองทำความเข้าใจและตรวจสอบตนเองทำให้เข้าใจตนเองและเห็นใจผู้อื่น

- ได้รับการยอมรับจากกลุ่ม ได้แสดงออกด้านความคิด การพูดและการทำงานมีความสำเร็จทำให้ได้รับคำชมเกิดความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเองนำไปสู่ความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและสังคม

3) กิจกรรมที่กำหนดให้มีการอภิปรายแสดงความรู้สึกนึกคิดและการประยุกต์ความคิด อย่างมีประสิทธิภาพหลังการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แต่ละครั้ง ด้วยประเด็นคำถามสะท้อน เชื่อมโยงปรับใช้เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้บทเรียนสำคัญ ที่จะพัฒนาและเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับตัวผู้เรียนได้ตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น รู้จักการจัดการกับอารมณ์และความเครียดอย่างเหมาะสมและรู้จักสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น รู้จักคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ โดยวิธีการสะท้อน (Reflect) ความรู้สึกและความคิดที่ได้รับจากการปฏิบัติกิจกรรม เชื่อมโยง (Connect) กับประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านหรือที่ตนเองได้เรียนรู้มาแล้ว เป็นองค์ความรู้ใหม่ แล้วนำมาปรับใช้ (Apply) ในชีวิตประจำวันของตนเองทั้งในปัจจุบันและอนาคต

1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต

ทักษะชีวิตเป็นทักษะที่สำคัญต่อการดำเนินชีวิตโดยเฉพาะวัยที่กำลังศึกษาเล่าเรียนซึ่งเป็นวัยที่กำลังเผชิญกับความผันแปรของอารมณ์และความยุ่งยากในการปรับตัวต่ออารมณ์ทั้งหลาย เช่น การศึกษาของ ไฮตาและเวนคาเทช (Hita C.R. & Venkatesh Kumar.2018,page 146) ที่ได้ศึกษาผลของการฝึกทักษะชีวิตของวัยรุ่นชายและหญิงที่มีต่อความเครียดทางอารมณ์ เป็นการศึกษาเชิงทดลองกับกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นอายุประมาณ 16 ปี ทั้งเพศชายและหญิง จำนวน 80 คน มีการวัดก่อนและหลังการทดลอง ผลการศึกษาพบว่า การฝึกทักษะชีวิตมีผลทำให้ความเครียดลดลงและช่วยให้เกิดสุขภาวะทางอารมณ์ของวัยรุ่น เมื่อเปรียบเทียบระหว่างเพศพบว่า วัยรุ่นหญิงมีความเครียดลดลงมากกว่าวัยรุ่นชาย การฝึกทักษะชีวิตช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่ออารมณ์ สามารถจัดการกับความเครียดได้ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของทักษะชีวิต เช่นเดียวกับการศึกษาของ ปูชา ยาดาฟและนาเวด อิกบออล (Pooja Yadav & Naved Igbal.2009,page 61) ได้ศึกษาผลของการฝึกทักษะชีวิตที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง การปรับตัวและความมีเมตตาของวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนจำนวน 60 คน (ชาย 30 คน และหญิง 30 คน) ที่ได้รับการฝึกทักษะชีวิต มีการวัดก่อนและหลังการฝึกไปแล้วเป็นระยะเวลา 5 เดือน ผลการวิจัยพบว่า เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นในด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง การปรับตัวทางอารมณ์ การปรับตัวด้านการเรียนรวมทั้งการปรับตัวในทุกด้านและความมีเมตตา ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การฝึกทักษะชีวิตมีผลด้านบวกทำให้นักเรียนเกิดการเปลี่ยนด้านเจตคติ ความคิดและพฤติกรรมไปในทิศทางที่เป็นบวก

ส่วนงานวิจัยในประเทศมีการสำรวจเกี่ยวกับทักษะชีวิตของนักเรียน เช่น การศึกษาของ ชูลีพร ดัดงาม(2554, หน้า 2) ที่ได้ศึกษาความสามารถการใช้ทักษะชีวิตตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 230 คน พบว่า ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิตโดยภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับค่อนข้างสูง เมื่อจำแนกเป็นรายด้านจะเห็นได้ว่า ทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 42.49 รองลงมาเป็นด้านการคิดวิเคราะห์ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 39.49 ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 38.56 และด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 38.43 ตามลำดับ สอดคล้องกับศึกษาของ รมณภัทร กตตน์วงศ์(2557, หน้า 88) ที่ได้ศึกษาผลการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบางจาก(โกมลประเสริฐอุทิศ) จำนวน 34 คน พบว่า ทักษะชีวิตของนักเรียนไม่ว่าจะเป็นด้านการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ด้านการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดและด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น อยู่ในระดับดี นอกจากนี้ยังได้เปรียบเทียบข้อค้นพบดังกล่าวกับความคิดเห็นของผู้ปกครอง พบว่า ผลการพัฒนาทักษะชีวิตอยู่ในระดับดีเช่นกัน นอกจากนี้ ยังได้ศึกษาแนวทางในการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกับกลุ่มผู้อำนวยการสถานศึกษา ครูและผู้ปกครอง อีกด้วย พบว่า แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน ได้แก่ ครูควรให้คำปรึกษาแก่นักเรียน ให้ความเชื่อมั่นกับนักเรียนทุกสถานการณ์ที่โอกาสอำนวย การสร้างกฎร่วมกันในการเรียนการสอนหรือการทำงาน กลุ่ม จัดบรรยากาศการเรียนอย่างเป็นมิตร จัดกิจกรรมที่ส่งเสริมสติและอารมณ์ให้มีความนิ่งสงบ เช่น การสร้างสรรค์ผลงานจากศิลปะ การวาดรูป การเล่นดนตรี ฯลฯ และควรจัดเวทีแสดงความสามารถของนักเรียนเพื่อสร้างความมั่นใจในตนเองให้กับนักเรียน ขณะที่ ธนัตถ์กานต์ ศรีเฉลียว(2560, หน้า 61) ที่ได้ศึกษาการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โดยใช้การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม มีการศึกษาสภาพปัญหา ความต้องการจำเป็นในการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน เปรียบเทียบผลการใช้รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิต กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ผู้บริหาร ครู ผู้ปกครอง คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานและผู้นำชุมชน โรงเรียนบ้านหนองบง ผลการวิจัยพบว่า

1. องค์ประกอบทักษะชีวิตเกี่ยวกับการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์อยู่ในเกณฑ์ไม่น่าพอใจ ทำให้นักเรียนมีปัญหาและสับสนในการคิดและตัดสินใจที่จะเลือกแสดงพฤติกรรมที่เผชิญในชีวิตประจำวัน ควรมีการส่งเสริมและพัฒนาทักษะด้านนี้

2. จากการเข้าร่วมรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน พบว่า

2.1 หลังเข้าร่วมรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิต คะแนนทักษะชีวิตทั้ง 4 องค์ประกอบอยู่ในระดับมาก จากค่าเฉลี่ย 2.39 คิดเป็นร้อยละ 47.80 ขึ้นมาเป็น 4.28 คิดเป็นร้อยละ 85.60 หรือเพิ่มขึ้นร้อยละ 37.80

2.2 หลังเข้าร่วมรูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิต คะแนนทักษะชีวิตองค์ประกอบที่ 2 ด้านการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์อยู่ในระดับมาก จากค่าเฉลี่ย 1.68 คิดเป็นร้อยละ 33.60 ขึ้นมาเป็น 4.45 คิดเป็นร้อยละ 89.0 หรือเพิ่มขึ้นร้อยละ 55.40

ส่วน สุรสิทธิ์ นาคสัมฤทธิ์(2557,ออนไลน์)ได้ศึกษาหลักสูตรการพัฒนาทักษะชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัยของนักศึกษาราชภัฏกลุ่มรัตนโกสินทร์ ได้แก่ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี และมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา จำนวน 60 คน พบว่า หลักสูตรการพัฒนาทักษะชีวิตมีประโยชน์และตรงกับความต้องการของนักศึกษาอยู่ในระดับมากที่สุด($\bar{x}=4.68$) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า นักศึกษามีความต้องการในการพัฒนาทักษะชีวิตและส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์และความเครียดมากที่สุด และหลังจากเข้าร่วมฝึกอบรมตามหลักสูตร พบว่า ทักษะชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัยของนักศึกษาสูงกว่าก่อนเข้าร่วมที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 และมีความพึงพอใจในการฝึกอบรมอยู่ในระดับมาก($\bar{x}=4.40$)

วีระศักดิ์ แก้วทรัพย์ และคณะ(2559,หน้า 1382-1387)ศึกษาองค์ประกอบของทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษาปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยของรัฐแห่งหนึ่งในภาคตะวันออก กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มผู้บริหาร 1 ท่าน อาจารย์ผู้สอน จำนวน 4 ท่านและอาจารย์ที่ปรึกษา จำนวน 3 ท่าน และกลุ่มผู้ปกครองที่มีความใกล้ชิดกับนักศึกษาปริญญาตรีที่อาสาเข้าร่วมการวิจัย โดยใช้การสนทนากลุ่ม (Focus group)และการสัมภาษณ์เชิงลึก(In-depth interview) ใช้ระยะเวลาในการศึกษา 4 เดือน ตั้งแต่เดือนมกราคม-พฤษภาคม ผลการวิจัยพบว่า ทักษะชีวิตจะถูกสอดแทรกอยู่ในกระบวนการเรียนการสอน โดยเริ่มตั้งแต่กระบวนการสัมภาษณ์และเมื่อนักศึกษาเข้าเรียนจะมีการฝึกทักษะชีวิตในด้านต่างๆ อย่างเป็นธรรมชาติผ่านกระบวนการเรียนการสอน การฝึกปฏิบัติ ความสัมพันธ์ระหว่างอาจารย์และนักศึกษา มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมการพัฒนาสติ เข้าค่ายคุณธรรม ซึ่งทักษะที่นักศึกษานิยมปฏิบัติควรมี ได้แก่ ทักษะชีวิตด้านพุทธพิสัย จิตพิสัยและทักษะพิสัยร่วมกับการมีคุณธรรมจริยธรรมตามมาตรฐานของการเป็นครู

จากรายงานการวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่า ทักษะชีวิตเป็นทักษะที่มีความจำเป็นสำหรับเยาวชนที่กำลังอยู่ในวัยศึกษา ไม่ว่าจะเป็ทักษะการจัดการกับอารมณ์ต่างๆ การตระหนักรู้ในตนเอง การเห็นคุณค่าตนเองและผู้อื่น การคิดวิเคราะห์ การตัดสินใจ ควรที่จะส่งเสริมทักษะชีวิตเหล่านี้ให้เกิดขึ้นกับเยาวชนที่

เป็นวัยกำลังศึกษาเล่าเรียนที่ต้องเผชิญกับภาวะต่างๆ ทั้งภายในตนและการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นเพื่อให้สามารถปรับตัวอยู่ได้ในสังคมอย่างปกติ

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการเรียนการสอน

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาและกำหนดทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการเรียนการสอน ดังนี้

2.1 ความหมายของรูปแบบการเรียนการสอน

รูปแบบการเรียนการสอน หมายถึง แผนงานหรือรูปแบบที่ออกแบบมาเพื่อใช้ในการจัดการเรียนรู้ ในลักษณะที่ผู้เรียนและผู้สอนเผชิญหน้ากัน(Face to face teaching)ในห้องเรียนหรือในการจัดการเรียนรู้ เสริมความรู้และเป็นรูปแบบที่ใช้ในการจัดทำสื่อการจัดการเรียนรู้ เป็นแบบแผนการดำเนินการสอนที่ได้รับการจัดเป็นระบบอย่างสัมพันธ์สอดคล้องกับทฤษฎี / หลักการเรียนรู้หรือการสอนที่รูปแบบนั้นยึดถือและได้รับการพิสูจน์ ทดสอบว่ามีประสิทธิภาพสามารถช่วยให้ผู้เรียนเกิดการ เรียนรู้ตามจุดมุ่งหมายเฉพาะของรูปแบบนั้นๆ โดยทั่วไปแบบแผนการดำเนินการสอนดังกล่าว มัก ประกอบด้วยทฤษฎี / หลักการที่รูปแบบนั้นยึดถือและกระบวนการสอนที่มีลักษณะ เฉพาะอันจะนำผู้เรียนไปสู่จุดมุ่งหมายเฉพาะที่รูปแบบนั้น กำหนด ซึ่งผู้สอนสามารถนำไปใช้เป็นแบบแผนหรือแบบอย่างในการจัดและดำเนินการสอนอื่นๆ ที่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะเช่นเดียวกันได้ แต่ละรูปแบบการจัดการเรียนรู้จะให้แนวทางการจัดการเรียนรู้เพื่อช่วยให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จตามจุดประสงค์ด้านต่างๆ ที่กำหนดไว้

ความหมายของรูปแบบ(Model)มีนักการศึกษาได้ให้ความหมายไว้หลายประการ ดังนี้

กู๊ด(Good.1973) กล่าวว่า รูปแบบ หมายถึง แบบอย่างของสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ออกแบบมาเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างหรือทำซ้ำเป็นตัวอย่างเพื่อการเลียนแบบ เป็นแผนภูมิหรือรูปสามมิติซึ่งเป็นตัวแทนของสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือหลักการหรือแนวคิด เป็นชุดของปัจจัยหรือตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันซึ่งรวมกันเป็นตัวประกอบและเป็นสัญลักษณ์ทางระบบสังคม

เฮาเซอร์(Hausser.1980,pages 132-161) กล่าวว่า สิ่งที่ออกแบบมาเพื่อแสดงถึงองค์ประกอบ และกระบวนการตรวจสอบความแตกต่างระหว่างความสัมพันธ์ในเชิงทฤษฎีกับปรากฏการณ์

เรเบอร์(Reber.1985,page 447)ให้ความหมายรูปแบบไว้ว่า เป็นตัวแทนที่สะท้อนภาพ(mirror)ทำซ้ำ(duplicate)หรือเลียนแบบ(imitate)สิ่งใดสิ่งหนึ่งในทางใดทางหนึ่งที่แสดงให้เห็นรูปแบบความสัมพันธ์ที่สังเกตได้จากข้อมูลหรือจากธรรมชาติ รูปแบบนั้นอาจจะมีลักษณะเป็นวัตถุ เช่น รูปแบบที่สร้างขึ้นมาในการศึกษาการทำงานของหูหรือเป็นทางคณิตศาสตร์ เช่น รูปแบบที่ใช้ในการศึกษาทางจิตวิทยาหรืออาจจะเป็นการผสมระหว่างลักษณะของทั้งสองประการที่กล่าวข้างต้น เช่น รูปแบบที่

นำมาใช้ในงานวิจัยทางด้านปัญญาประดิษฐ์(Artificial Intelligence) ถ้านำมาใช้ในความหมายนี้ รูปแบบจะกลายเป็นทฤษฎีย่อยซึ่งระบุกระบวนการ คุณค่าและประโยชน์ที่จะนำไปใช้ ซึ่งเกิดขึ้นจากผลของการศึกษาวิจัยเพื่อนำไปสู่การพัฒนาทฤษฎีต่างๆ

บุญชม ศรีสะอาด(2541, หน้า 19) กล่าวว่า รูปแบบ หมายถึง โครงสร้างที่แสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่างๆ หรือตัวแปรต่างๆ ผู้วิจัยสามารถใช้รูปแบบอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่างๆหรือตัวแปรต่างๆที่มีในปรากฏการณ์ธรรมชาติหรือในระบบต่างๆ อธิบายลำดับขั้นตอนขององค์ประกอบหรือกิจกรรมในระบบ การเสนอรูปแบบกระทำได้หลายลักษณะ เช่น สมการ Flow chart แผนภูมิธรรมชาติ

ทิตินา แชมมณี(2552, หน้า 220) ให้ความหมายไว้ว่า เป็นเครื่องมือทางความคิดที่บุคคลใช้ในการแสวงหาคำตอบ ความรู้ความเข้าใจในปรากฏการณ์ทั้งหลาย เป็นรูปธรรมของความคิดที่เป็นนามธรรมซึ่งบุคคลแสดงออกมาในลักษณะใดลักษณะหนึ่ง เช่น คำอธิบาย แผนผัง ไดอะแกรมหรือแผนภาพ เพื่อช่วยให้ตนเองและบุคคลอื่นสามารถเข้าใจได้อย่างชัดเจนยิ่งขึ้น

จากความหมายข้างต้นสรุปได้ว่า รูปแบบ หมายถึง โครงสร้างหรือแผนผังที่เป็นรูปธรรมซึ่งเป็นตัวแทนหรือเป็นสัญลักษณ์แทนปรากฏการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น แนวคิด ทฤษฎี เป็นต้นซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงความสัมพันธ์กันขององค์ประกอบต่างๆ เพื่อใช้เป็นสื่อหรืออธิบายองค์ประกอบต่างๆเหล่านั้นตามลำดับขั้นตอนให้เกิดความเข้าใจได้ง่าย

2.2 ลักษณะของรูปแบบ

คีฟส์(Keeves.1997) กล่าวว่า รูปแบบโดยทั่วไปจะต้องมีลักษณะที่สำคัญ ดังนี้

1. นำไปสู่การทำนายผลที่ตามมา(Prediction) ซึ่งสามารถพิสูจน์หรือทดสอบได้ กล่าวคือสามารถนำไปสร้างเครื่องมือเพื่อพิสูจน์ทดสอบได้
2. ประกอบด้วยโครงสร้างที่เป็นความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ(Causal Relationship)ซึ่งสามารถใช้อธิบายปรากฏการณ์นั้นๆได้
3. สามารถช่วยสร้างจินตนาการ(Imagination) ความคิดรวบยอด(Concept)และความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันของมิติทัศน์ต่างๆ รวมทั้งช่วยขยายขอบเขตของการสืบเสาะความรู้เพิ่มเติมต่อไป
4. ประกอบด้วยความสัมพันธ์เชิงโครงสร้าง(Structural Relationship)มากกว่าความสัมพันธ์เชิงเชื่อมโยง(Associative Relationship)

ทิตินา แชมมณี(2552, หน้า 220-221) ได้เสนอลักษณะของรูปแบบไว้ดังนี้

1. รูปแบบเชิงเปรียบเทียบ(Analogue Model) หมายถึง รูปแบบที่เป็นความคิด การเปรียบเทียบสิ่งต่างๆ อย่างน้อย 2 สิ่งขึ้นไป รูปแบบลักษณะนี้นิยมใช้ในด้านวิทยาศาสตร์กายภาพ สังคมศาสตร์และพฤติกรรมศาสตร์

2. รูปแบบเชิงภาษา(Semantic Model) หมายถึง รูปแบบที่ใช้ภาษา(พูดและเขียน) รูปแบบลักษณะนี้นิยมใช้ในด้านภาษาศาสตร์

3. รูปแบบเชิงคณิตศาสตร์(Mathematical Model) หมายถึง รูปแบบที่ใช้สูตรคณิตศาสตร์ซึ่งส่วนมากจะเกิดขึ้นหลังจากได้รูปแบบเชิงภาษาแล้ว

4. รูปแบบเชิงแผนผัง(Schematic Model) หมายถึง รูปแบบที่ใช้แผนผัง แผนภาพ ไดอะแกรมหรือกราฟ

5. รูปแบบเชิงสาเหตุ(Causal Model) หมายถึง รูปแบบที่ใช้ที่แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์เชิงสาเหตุและผลระหว่างตัวแปรต่างๆ ของปัญหาใดๆ รูปแบบลักษณะนี้นิยมใช้ในด้านศึกษาศาสตร์

กล่าวได้ว่า รูปแบบเป็นสัญลักษณ์ที่มีโครงสร้างของความเชื่อมโยงสัมพันธ์กันระหว่างสิ่งที่เป็นรูปธรรมกับนามธรรมเพื่อให้เกิดความเข้าใจด้วยสื่อเชิงภาษา รูปภาพ ตัวเลขที่เป็นเหตุเป็นผลต่อกัน

2.3 การออกแบบการเรียนการสอน

การออกแบบการเรียนการสอนเป็นกระบวนการหรือการเปลี่ยนแปลงจากหลักการเรียนรู้และการสอนมาสู่การวางแผนสำหรับการจัดการเรียนการสอนหรือสื่อการสอนและกิจกรรมการเรียนโดยเน้นเกี่ยวกับการสร้าง การวางแผนสำหรับการพัฒนาสื่อการสอนและกิจกรรมที่จะช่วยเพิ่มการเรียนรู้ของผู้เรียน ผู้สอนได้นำหลักการเรียนรู้มาสู่การวางแผนสำหรับจัดกิจกรรมการเรียนและเลือกใช้สื่อการสอน ซึ่งมีพื้นฐานมาจากการวิเคราะห์ผู้เรียน สถานการณ์และเนื้อหาที่จะเรียน นักการศึกษาได้เสนอหลักการและองค์ประกอบในการออกแบบการเรียนไว้หลายแนวทาง ดังนี้

จอห์นสันและเฟา(Johnson and Foa.1989,page 21) เสนอว่า การออกแบบการเรียนการสอนหรือการพัฒนาแบบการเรียนเริ่มต้นจากการกำหนดความจำเป็นที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียนที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย จากนั้นจึงออกแบบวิธีการซึ่งมักจะเรียนกันในชื่อของการออกแบบการเรียนการสอน (Instruction Design)แล้วนำผลที่ได้จากการออกแบบไปทดลองใช้เพื่อประเมินว่าบรรลุตามความต้องการหรือต้องกำหนดใหม่หรือไม่ นั่นคือการพัฒนาแบบการเรียนการสอนเป็นกระบวนการที่ประกอบด้วยขั้นตอนหลัก 4 ขั้นตอน เรียงตามลำดับนี้

ขั้นที่ 1 กำหนดความต้องการ

ขั้นที่ 2 ออกแบบวิธีการเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ต้องการ

ขั้นที่ 3 การนำวิธีการไปทดลองใช้เพื่อหาประสิทธิภาพ

ขั้นที่ 4 การประเมินผลลัพธ์

เคมพ์และรอส(Kemp and Ross.1994) เสนอว่า การออกแบบการเรียนการสอนมีองค์ประกอบ 9 ประการ ดังนี้

1. วิเคราะห์ปัญหาการเรียนการสอนเพื่อกำหนดเป้าหมายในการออกแบบการเรียนการสอน
2. ทดสอบลักษณะสำคัญของผู้เรียนที่จำเป็นต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่ในระหว่างการเรียนรู้
3. กำหนดขอบเขตเนื้อหาและวิเคราะห์งานเพื่อกำหนดเป้าหมายและจุดประสงค์ทั่วไป
4. กำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ของผู้เรียน
5. จัดลำดับเนื้อหาในหน่วยการเรียนการสอน
6. ออกแบบวิธีการเรียนการสอนที่ทำให้ผู้เรียนสามารถบรรลุวัตถุประสงค์การเรียนรู้ที่กำหนดไว้
7. วางแผนการจัดการเรียนการสอน
8. พัฒนาเครื่องมือประเมินผู้เรียนตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้
9. เลือกรูปแบบการเรียนรู้อันสนับสนุนการเรียนการสอนและกิจกรรมการเรียนรู้

ทิสนา เขมมณี(2552, หน้า 201-204) ได้กล่าวถึงขั้นตอนในการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน ดังนี้

1. กำหนดจุดมุ่งหมายการพัฒนาหรือการสร้างระบบหรือรูปแบบการเรียนการสอนให้ชัดเจน
2. ศึกษาหลักการ/ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเพื่อกำหนดองค์ประกอบและเห็นแนวทางในการจัดความสัมพันธ์ขององค์ประกอบได้รอบคอบขึ้น ซึ่งจะทำให้รูปแบบหรือระบบมีความมั่นคงขึ้น
3. ศึกษาสภาพการณ์และปัญหาที่เกี่ยวข้องซึ่งจะช่วยให้ค้นพบองค์ประกอบที่สำคัญที่จะช่วยให้ระบบมีประสิทธิภาพเมื่อนำไปใช้จริง ปัญหาและอุปสรรคต่างๆ เป็นสิ่งที่ต้องนำมาพิจารณาในการจัดองค์ประกอบต่างๆ และจัดความสัมพันธ์ขององค์ประกอบทั้งหลาย การนำข้อมูลจากความเป็นจริงมาใช้ในการสร้างรูปแบบจะช่วยขจัดหรือป้องกันปัญหาอันทำให้ระบบนั้นขาดประสิทธิภาพ
4. การกำหนดองค์ประกอบของระบบ ได้แก่ การพิจารณาว่ามีอะไรบ้างที่สามารถช่วยให้เป้าหมายหรือจุดมุ่งหมายบรรลุผลสำเร็จ

5. การจัดกลุ่มองค์ประกอบ ได้แก่ การนำองค์ประกอบที่กำหนดไว้มาจัดหมวดหมู่เพื่อความสะดวกในการคิดและดำเนินการในขั้นต่อไป

6. การจัดความสัมพันธ์ขององค์ประกอบ ชั้นนี้เป็นขั้นที่ต้องใช้ความคิด ความรอบคอบมาก ผู้สร้างระบบต้องพิจารณาว่าองค์ประกอบใดเป็นเหตุและเป็นผลขึ้นต่อกันในลักษณะใด สิ่งใดควรมาก่อนหลัง สิ่งใดสามารถดำเนินการคู่ขนานไปได้ ชั้นนี้เป็นขั้นที่อาจใช้เวลาในการพิจารณามาก

7. การจัดผังระบบ เป็นการสร้างความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่างๆ โดยแสดงให้เห็นถึงผังจำลองขององค์ประกอบต่างๆ

8. การทดลองใช้ระบบเพื่อศึกษาผลที่เกิดขึ้น

9. การประเมินผล ได้แก่ การศึกษาผลที่เกิดขึ้นจากการทดลองใช้ระบบใดๆ แล้วได้ผลตามเป้าหมายหรือใกล้เคียงกับเป้าหมายมากน้อยเพียงใด

10. การปรับปรุงระบบ นำผลการทดลองใช้ประโยชน์ในการปรับปรุงให้ดียิ่งขึ้น

สรุปได้ว่า การออกแบบการเรียนการสอนต้องดำเนินไปตามลำดับขั้นตอนอย่างเป็นระบบเพื่อให้ผู้เรียนบรรลุเป้าหมายตามรูปแบบที่กำหนดไว้ ทั้งในส่วนของการกำหนดวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เรียนบรรลุการวิเคราะห์หลักการ ทฤษฎี การออกแบบและกำหนดโครงสร้างจากหลักการ ทฤษฎีดังกล่าวอย่างเป็นระบบ การนำไปทดลองใช้และมีการประเมินผลเพื่อตรวจสอบความบกพร่องของรูปแบบนั้นหรือการนำรูปแบบนั้นไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนในกลุ่มอื่นๆ ต่อไป

2.4 การจัดการเรียนการสอน

การจัดการเรียนการสอนเป็นศาสตร์และศิลป์เกี่ยวกับการถ่ายทอดเนื้อหาวิชา ไม่ใช่เพียงการถ่ายทอดความรู้โดยใช้วิธีการบอกให้จำและนำไปท่องเพื่อการสอบเท่านั้น แต่มีความหมายที่ลึกซึ้งกว่านั้น กล่าวคือ วิธีการใดก็ตามที่ผู้สอนนำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้

ความหมายของการจัดการเรียนการสอนตามทัศนะของนักการศึกษาที่ได้ให้ไว้ ดังต่อไปนี้

ฮูและตันแคน(Hough&Duncan.1970,page 144)กล่าวว่า การจัดการเรียนการสอนเป็นกิจกรรมของบุคคลซึ่งมีหลักการและเหตุผล เป็นกิจกรรมที่บุคคลได้ใช้ความรู้ของตนเองอย่างสร้างสรรค์เพื่อสนับสนุนให้ผู้อื่นเกิดการเรียนรู้และความผาสุก ดังนั้นการจัดการเรียนรู้จึงเป็นกิจกรรมในแง่มุมมองต่างๆ 4 ด้าน คือ

1. ด้านหลักสูตร(Curriculum) หมายถึง การศึกษาจุดมุ่งหมายของการศึกษา ความเข้าใจในจุดประสงค์รายวิชาและการตั้งจุดประสงค์การจัดการเรียนรู้ที่ชัดเจน ตลอดจนการเลือกเนื้อหาที่เหมาะสมสอดคล้องกับท้องถิ่น

2. ด้านการจัดการเรียนรู้(Instruction) หมายถึง การเลือกวิธีสอนและเทคนิคการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมเพื่อช่วยให้ผู้เรียนบรรลุถึงจุดประสงค์การเรียนรู้ที่วางไว้

3. ด้านการวัดผล(Measuring)หมายถึง การเลือกวิธีการวัดผลที่เหมาะสมและสามารถวิเคราะห์ผลได้

4. ด้านการประเมินผลการจัดการเรียนรู้(Evaluating) หมายถึง ความสามารถในการประเมินผลของการจัดการเรียนรู้ทั้งหมดได้

กู๊ด(Good.1975,page 588) กล่าวว่า การจัดการเรียนรู้คือการกระทำอันเป็นการอบรมสั่งสอนผู้เรียนในสถาบันการศึกษา

มอร์(Moore.1992,page 4) กล่าวว่า การจัดการเรียนรู้คือพฤติกรรมของบุคคลหนึ่งที่ยุบายช่วยให้อีกบุคคลหนึ่งได้เกิดการพัฒนาด้านในทุกด้านอย่างเต็มศักยภาพ

สุมน ออมวิวัฒน์(2533,หน้า 460) กล่าวว่า การจัดการเรียนรู้คือสถานการณ์อย่างหนึ่งที่มีสิ่งต่อไปนี้จะเกิดขึ้นได้แก่

1. มีความสัมพันธ์และมีปฏิสัมพันธ์เกิดขึ้นระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน ผู้เรียนกับผู้เรียน ผู้เรียนกับสิ่งแวดล้อมและผู้สอนกับผู้เรียนกับสิ่งแวดล้อม

2. ความสัมพันธ์และมีปฏิสัมพันธ์นั้นก่อให้เกิดการเรียนรู้และประสบการณ์ใหม่

3. ผู้เรียนสามารถนำประสบการณ์ใหม่นั้นไปใช้ได้

กล่าวได้ว่า การจัดการเรียนรู้เป็นความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ได้แก่ ผู้สอน ผู้เรียน สภาพสิ่งแวดล้อมที่มีความเชื่อมโยงซึ่งกันและกันซึ่งเอื้อให้ผู้เรียนได้ซึมซับเรื่องราวต่างๆที่นำไปสู่การเกิดองค์ความรู้ต่างๆ และประสบการณ์ใหม่ๆ ทั้งนี้ความรู้และประสบการณ์เหล่านั้นจะต้องสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้

2.5 ความสำคัญของการจัดการเรียนการสอน

การจัดการเรียนการสอนเปรียบเสมือนเครื่องมือที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนรักการเรียน ตั้งใจเรียนและเกิดการเรียนรู้ขึ้น การเรียนของผู้เรียนจะไปสู่จุดหมายปลายทาง คือ ความสำเร็จในชีวิตหรือไม่เพียงใดนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับจัดการเรียนรู้ที่ดีของผู้สอนหรือผู้สอนด้วยกัน หากผู้สอนรู้จักเลือกใช้วิธีการจัดการเรียนรู้ที่ดีและเหมาะสมแล้ว ย่อมจะมีผลดีต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนเกิด(มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์.2553,หน้า 3)

1. มีความรู้และความเข้าใจในเนื้อหาวิชาหรือกิจกรรมที่เรียนรู้

2. เกิดทักษะหรือมีความชำนาญในเนื้อหาวิชาหรือกิจกรรมที่เรียนรู้

3. เกิดทัศนคติที่ดีต่อสิ่งที่เรียน
4. สามารถนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้
5. สามารถนำความรู้ไปศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมต่อไปได้อีก

กล่าวได้ว่า รูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมสามารถที่จะพัฒนาผู้เรียนไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรม อารมณ์ สังคม สติปัญญา การออกแบบเนื้อหาได้อย่างเหมาะสม มีกิจกรรมการเรียนรู้ที่เอื้อต่อการพัฒนา ผู้เรียนบรรลุให้เป้าหมายอย่างที่ต้องการ

2.6 หลักพื้นฐานในการจัดการเรียนการสอน

จากการสังเคราะห์แนวทางการจัดการเรียนการสอนจะส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดความเจริญงอกงามในทุกๆด้าน ซึ่งสามารถสรุปเป็นหลักการพื้นฐาน ดังนี้(มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์.2553, หน้า 3-5)

1. สอนจากสิ่งที่อยู่ใกล้ตัวออกไปหาสิ่งที่อยู่ไกลตัว ตามปกติผู้เรียนมักจะสนใจและคุ้นเคยกับสิ่งที่อยู่ใกล้ตัว บทเรียนที่ผู้สอนจะนำมาสอนนั้นควรเลือกสิ่งที่อยู่รอบตัวหรือใกล้ตัวก่อนแล้วค่อยสอนสิ่งที่อยู่ห่างออกไปจากตัวเรื่อยๆ
2. สอนจากสิ่งที่ยากไปหาสิ่งที่ยาก การจัดการเรียนรู้ถ้าจะให้เกิดการเรียนรู้ที่ดี ผู้สอนจะต้องพิจารณาเลือกหัวข้อเรื่องจากง่ายไปหายากอยู่แล้ว เพราะสิ่งง่ายๆ นั้นผู้เรียนจะเข้าใจได้ดีและเป็นพื้นฐานในการเรียนสิ่งยากต่อไป
3. สอนจากตัวอย่างไปหากฎเกณฑ์ ในการจัดการเรียนรู้อะไรก็ตาม ก็ตาม ผู้สอนควรให้ตัวอย่างหลายๆตัวอย่างหรืออาจจะให้ผู้เรียนช่วยหาตัวอย่างให้แล้วช่วยกันสรุปตั้งกฎเกณฑ์ขึ้นมา
4. สอนจากสิ่งที่รู้ไปหาสิ่งที่ไม่รู้ ทั้งนี้เป็นเพราะว่าประสบการณ์ใหม่นั้น ย่อมต้องอาศัยบทเรียนเก่าหรือประสบการณ์เดิมเป็นพื้นฐาน จึงจะเรียนบทเรียนใหม่ได้เข้าใจดี
5. สอนจากรูปธรรมไปหานามธรรม ในการจัดการเรียนรู้อะไรก็ตาม ก็ตาม ผู้สอนควรพยายามใช้สื่อการเรียนประกอบการจัดการเรียนรู้ จะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจบทเรียนได้ง่ายขึ้นเพื่อเป็นวิธีการทำให้บทเรียนเป็นรูปธรรมซึ่งจะง่ายแก่การเข้าใจของผู้เรียน
6. สอนจากการทดลองไปหาการสรุปตั้งกฎเกณฑ์ บทเรียนใดที่สามารถให้ผู้เรียนทดลองปฏิบัติจริงได้ ผู้สอนก็ควรให้ผู้เรียนทดลองปฏิบัติหรือลงมือกระทำด้วยตนเอง เมื่อทดลองเสร็จแล้ว ผู้สอนจึงซักถามและให้ผู้เรียนคิดสรุปเป็นกฎเกณฑ์ขึ้นมา
7. สอนโดยคำนึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ธรรมชาติของผู้เรียนในวัยต่างๆ นั้นจะมีความแตกต่างกันทั้งในด้านความสนใจ ความถนัดพิเศษและความสามารถ ผู้สอนจะต้องเข้าใจในหลัก

พัฒนาการของผู้เรียนในวัยต่างๆ ด้วยเพื่อที่จะได้จัดเตรียมบทเรียนและกิจกรรมไว้หลายๆอย่าง ให้ผู้เรียนได้เลือกทำกิจกรรมตามความถนัดและความสนใจซึ่งจะเกิดผลดีต่อการเรียนของผู้เรียนด้วย

8. สอนโดยคำนึงถึงหลักจิตวิทยา หลักจิตวิทยาที่ผู้สอนต้องนำมาใช้ในการจัดการเรียนรู้นั้นมากที่สุดคือ จิตวิทยาพัฒนาการและจิตวิทยาการศึกษา เป็นต้น

9. สอนโดยยึดจุดหมายของการจัดการศึกษา จุดหมายของการจัดการศึกษาจะเป็นเป้าหมายหลักตามแนวนโยบายในการจัดดำเนินการของชาติในระดับต่างๆ

10. สอนโดยยึดความมุ่งหมายของหลักสูตรและบทเรียนเป็นหลัก ในการจัดการเรียนรู้นั้น ผู้สอนจะต้องจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยยึดความมุ่งหมายหรือผลการเรียนรู้ที่คาดหวังของหลักสูตรที่กำหนดไว้เป็นหลัก และอีกทั้งผู้สอนยังต้องกำหนดผลการเรียนรู้ที่คาดหวังเฉพาะของแต่ละสาระหรือหน่วยการเรียนรู้ขึ้นด้วยและในขณะที่สอนผู้สอนต้องพยายามจัดสถานการณ์ สภาพการณ์และกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้การจัดการเรียนรู้บรรลุตามความมุ่งหมายเฉพาะสาระหรือหน่วยการเรียนรู้นั้นเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจและมีทักษะในการเรียนที่ดี

กล่าวได้ว่า การจัดการเรียนการสอนที่มีประสิทธิภาพนั้นจะต้องมีรูปแบบการจัดการเรียนรู้จากขั้นพื้นฐานไปสู่ขั้นสูงขึ้นไปหรือจากรูปธรรมไปสู่นามธรรม เพื่อให้ผู้เรียนได้เห็นภาพชัดเจนก่อนแล้วค่อยๆ พัฒนาและเชื่อมโยงองค์ความรู้ต่างๆ ในระดับที่ซับซ้อนสูงขึ้น นอกจากนี้จะต้องคำนึงถึงองค์ประกอบต่างๆ ด้วย ได้แก่ หลักจิตวิทยา กิจกรรมการเรียนรู้ กฎระเบียบข้อตกลงต่างๆ ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้อย่างเต็มความสามารถ

2.7 ลักษณะการจัดการเรียนการสอนที่ดี

การจัดการเรียนการสอนที่ดีและจะประสบความสำเร็จนั้นผู้สอนจะต้องยึดหลักดังต่อไปนี้

1. ส่งเสริมผู้เรียนได้ใช้ความคิดอยู่เสมอ โดยการซักถามหรือให้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ สำหรับผู้เรียนในระดับต่างๆ เพื่อจะได้เป็นการฝึกให้ผู้เรียนคิดหาเหตุผล คิดเปรียบเทียบและคิดพิจารณาถึงความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งต่างๆ

2. ส่งเสริมให้ผู้เรียนมีประสบการณ์ตรงให้มากที่สุดด้วยการเรียนโดยการกระทำด้วยตนเอง (Learning by doing)

3. ส่งเสริมให้ผู้เรียนทำงานเป็นกลุ่ม(Group working)โดยมีการปรึกษาหารือกันในกลุ่มแบ่งงานกันทำด้วยความร่วมมือกันและประเมินผลรวมกัน

4. ส่งเสริมให้ผู้เรียนรู้จักแก้ปัญหาด้วยตนเองตามวิธีการทางวิทยาศาสตร์

5. มีการเปลี่ยนแปลงวิธีการจัดการเรียนรู้หรือผู้สอนเพื่อให้การจัดการเรียนรู้นั้นเกิดความยืดหยุ่น น่าสนใจและไม่น่าเบื่อโดยการนำเอาเทคนิคการจัดการเรียนรู้แบบต่างๆมาดัดแปลงใช้ในการจัดการเรียนรู้
6. มีการเตรียมการจัดการเรียนรู้ไว้ล่วงหน้าเพื่อที่ผู้สอนจะได้ทราบว่า จะสอนอย่างไรบ้าง ตามลำดับขั้นและยังช่วยให้ผู้สอนพร้อมที่จะสอนด้วยความมั่นใจ
7. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมและคิดหาเหตุผลความเป็นมาของสิ่งที่เรียน และมีการรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน
8. มีการประเมินผลอยู่ตลอดเวลาเน้นการประเมินตามสภาพจริง ประเมินตามความรู้ ความสามารถของผู้เรียนอย่างแท้จริง เพื่อให้แน่ใจว่าการจัดการเรียนรู้ได้ผลตรงตามจุดประสงค์ที่วางไว้ หรือไม่ เพียงใด
9. มีสื่อการจัดการเรียนรู้ เพื่อช่วยให้ผู้เรียนสนใจและเข้าใจบทเรียน เช่น ของจริง รูปภาพ หุ่นจำลอง แผนภูมิ คอมพิวเตอร์ช่วยสอน วีดิทัศน์ ฐานข้อมูลการเรียนรู้ เว็บไซต์และสื่อทัศนูปกรณ์อื่นๆ
10. มีการจูงใจในระหว่างการจัดการเรียนรู้ เช่น การใช้รางวัล การชมเชย การลงโทษการตีเตือน การให้คะแนน การสอบ การแข่งขัน การปรบมือให้เกียรติ ฯลฯ มาใช้เป็นส่วนกระตุ้นและชี้แนวทางเพื่อผู้เรียน เกิดความสนใจ ตั้งใจ ขยันหมั่นเพียรในการเรียนการทำกิจกรรมมากขึ้น
11. มีกิจกรรมให้ผู้เรียนทำหลายอย่างเพื่อสร้างความสนใจของผู้เรียนและช่วยให้ผู้เรียนสนุกสนาน ในการเรียน
12. ส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความเจริญงอกงามในทุกด้านทั้งร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา
13. ส่งเสริมความสัมพันธ์หรือการบูรณาการระหว่างวิชาที่เรียนกับวิชาอื่นๆในหลักสูตร เช่น สอนภาษาไทยก็สอนให้สัมพันธ์กับสังคมศึกษา ศิลปะศึกษา ดนตรีและนาฏศิลป์ เป็นต้น
14. มีการสร้างบรรยากาศในการจัดการเรียนรู้ให้เหมาะแก่การเรียนรู้ตามบทเรียนที่สอนทั้งในแง่ของสิ่งแวดล้อมและอารมณ์ของผู้เรียน
15. สอนแบบเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ(Child Center)ในการจัดกิจกรรมต่างๆ ผู้เรียนจะเป็นผู้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมต่างๆเอง ผู้สอนจะเป็นเพียงผู้คอยให้ความช่วยเหลือแนะนำในการทำกิจกรรม
16. สอนโดยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 ให้มากที่สุด
17. สอนตามกฎแห่งการเรียนรู้โดยจัดบทเรียนให้เหมาะสมกับวัย ความสามารถและประสบการณ์เดิมของผู้เรียน
18. สอนโดยส่งเสริมการดำเนินชีวิตตามแบบประชาธิปไตยโดยสามารถแสดงความคิดเห็นต่างๆ และฝึกให้ผู้เรียนรู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เคารพความคิดเห็นของผู้อื่น อีกทั้งเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีการวางแผนงานร่วมกับผู้สอน

2.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการเรียนการสอน

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการเรียนการสอน ดังนี้

คอยห์รูล แอนวอร์(Khoirul Anwar.2015,Pages 62-64) ได้ศึกษารูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดคอนสตรัคติวิซึ่มเพื่อกระตุ้นแรงจูงใจของนักเรียนที่เรียนภาษาอังกฤษ จำนวน 20 คน โดยใช้การวิจัยแบบผสมวิธี(Mixed Method) รวบรวมข้อมูลทั้งแบบสอบถามและการสังเกต ซึ่งรูปแบบการเรียนการสอนประกอบด้วย 1)การวางแผน(Plan) มีผู้สอนจำนวน 4 คนมาประชุมร่วมกันออกแบบแผนการเรียนรู้จำนวน 4 แผน จากนั้นนำไปสู่ 2) การปฏิบัติ(Do) ลงมือสอนและมีการบันทึก สังเกตกระบวนการเรียนการสอนดังกล่าวในห้องเรียน และ 3) การค้นพบ(See) ระหว่างครูผู้สอนมาร่วมกันอภิปรายถึงจุดแข็ง จุดอ่อนของแผนเพื่อที่จะปรับปรุง ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดคอนสตรัคติวิซึ่มช่วยให้ผู้เรียนเกิดแรงจูงใจทั้งรายบุคคลและการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม กระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจในการบรรลุเป้าหมายการเรียนรู้ได้ดียิ่งขึ้น การศึกษาดังกล่าวยังสอดคล้องกับ อรญา นิชรรัตน์(2561, หน้า 1-2) ได้พัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับการสอนสังคมศึกษาในยุคศตวรรษที่ 21 โดยใช้แนวคิดคอนสตรัคติวิซึ่ม(Constructivism)ร่วมกับวิธีการแก้ปัญหาแบบซินดิเคตเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสาระการเรียนรู้ประวัติศาสตร์ กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรมชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เป็นงานวิจัยที่พัฒนาและหาประสิทธิภาพของรูปแบบการจัดการเรียนรู้และเพื่อศึกษาผลของการใช้รูปแบบดังกล่าว อีกทั้งศึกษาความพึงพอใจของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 17 คน ปีการศึกษา 2560 ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการจัดการเรียนรู้ดังกล่าวประกอบด้วย 3 องค์ประกอบได้แก่ 1)องค์ประกอบเชิงหลักการและวัตถุประสงค์ 2)องค์ประกอบเชิงกระบวนการเรียนการสอน และ 3)องค์ประกอบเชิงเงื่อนไขการนำรูปแบบไปใช้ ส่วนกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1)ขั้นเตรียม 2)ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ซึ่งใช้ภาพ แผนภูมิ เกม บทความ เรื่องเล่าและวีดิทัศน์ที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหา นำมาสนทนาซักถาม 3)ขั้นจัดกิจกรรม และ 4)ขั้นวัดและประเมินผล จากการประเมินผลรูปแบบการจัดการเรียนรู้ดังกล่าวมีประสิทธิภาพเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ 80/80 จากการทดลองใช้พบว่า นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสาระการเรียนรู้ประวัติศาสตร์ กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรมสูงกว่าก่อนเรียนที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01 และมีความพึงพอใจต่อรูปแบบดังกล่าวโดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

มานิตย์ ซาซียะ(2555, หน้า 283-284)ได้พัฒนารูปแบบการเรียนรู้ตลอดชีวิตของคนหลายวัยในศูนย์คุ้มโสมลูกหลานบ้านเหล่าลิ่ง จังหวัดร้อยเอ็ด โดยมีกระบวนการประกอบด้วย 1)การสร้างและประเมินความเหมาะสมของรูปแบบ 2)การนำรูปแบบไปทดลองใช้และการประเมินเชิงคุณภาพโดยกลุ่มผู้นำชุมชน ผู้ปกครอง เด็กและเยาวชน จำนวน 50 คน และ 3)ทดลองใช้และประเมินผลกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิต

จากผู้ปกครอง เด็กและเยาวชน จำนวน 40 คน จากการวิจัยพบว่า รูปแบบการเรียนรู้ตลอดชีวิตของคนหลายวัยในศูนย์คุ้มครองและช่วยเหลือสตรีไทยบ้านเหล่าลิ่ง คือ LING MODEL ซึ่งประกอบด้วย 1) การเรียนรู้ (Learning) โดยการปรับแนวคิด สานิตีให้ดู เรียนรู้ชุมชนอื่น นำมาปฏิบัติพัฒนาต่อยอด 2) การค้นหาความถนัด (Individual) โดยการเรียนรู้สิ่งเดิมเสริมสร้างสิ่งใหม่ 3) การสร้างเครือข่าย (Network) การพัฒนาต่อยอดความรู้ให้มีการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง 4) การปลูกฝัง (Grown) การเรียนรู้พื้นฐานวิถีชุมชนบนความพอเพียง ซึ่งจากการทดลองใช้รูปแบบการเรียนรู้ดังกล่าว พบว่า ทำให้กลุ่มผู้นำชุมชน กลุ่มผู้ปกครอง กลุ่มเด็กและเยาวชน เกิดความรู้ความถนัดและสามารถสร้างเครือข่ายและการปลูกฝังรากฐานวิถีชีวิตและสามารถใช้ในการส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดความต้องการเรียนรู้ตลอดชีวิตได้จริง

ศุภักษร ฟองจางวางและกอบสุข คงมันัส (2560, ออนไลน์) ได้พัฒนารูปแบบการเรียนการสอนแบบผสมผสานโดยใช้การเรียนรู้แบบร่วมมือเกี่ยวกับเรื่องการเขียนโปรแกรมขั้นพื้นฐานด้วยภาษาจาวาสคริปต์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนพะเยาประสาธน์วิทย์ จังหวัดพะเยา จำนวน 25 คน รูปแบบดังกล่าวประกอบด้วย 1) หลักการ เป็นส่วนที่แสดงสาระสำคัญที่ถูกนำมาใช้ในการออกแบบกระบวนการเรียนการสอน 2) วัตถุประสงค์ คือ เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนซึ่งครอบคลุมด้านพุทธิพิสัยและด้านปฏิบัติหรือความสามารถในการเขียนโปรแกรม 3) เนื้อหา (หลักการเขียน ภาษาที่ใช้เขียน จาวาสคริปต์เบื้องต้น ตัวแปรต่างๆ การเปรียบเทียบ การวนซ้ำ) 4) กระบวนการจัดการเรียนการสอน (ขั้นเตรียมก่อนการเรียนการสอน ขั้นนำเข้าสู่เนื้อหา ขั้นสอนเนื้อหา ขั้นศึกษาเนื้อหาและฝึกปฏิบัติ ขั้นสร้างและนำเสนอผลงานกลุ่ม ขั้นวิเคราะห์การทำงานกลุ่ม ขั้นทดสอบย่อยและหาคะแนนพัฒนาการรายบุคคล ขั้นยกย่องและให้รางวัลกลุ่มและขั้นสรุปเนื้อหา) 5) การวัดและประเมินผล (ทดสอบก่อนเรียน การฝึกปฏิบัติรายบุคคล การสร้างผลงานกลุ่ม การสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม การทดสอบย่อยและการทดสอบหลังเรียน) ผลจากการใช้รูปแบบการเรียนการสอนดังกล่าว พบว่า คะแนนสอบหลังเรียน ($\bar{x} = 77.48, SD = 12.06$) สูงกว่าคะแนนก่อนเรียน ($\bar{x} = 5.40, SD = 1.16$) และสูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 75 แต่ไม่สูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนมีความพึงพอใจต่อกระบวนการจัดการเรียนการสอนดังกล่าวในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.08, SD = 0.41$)

ปรีวัตร เขียนแก้วและทิพรัตน์ นพฤทธิ์ (2559, หน้า 81-86) ได้พัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 เพื่อส่งเสริมการคิดเชิงสถิติของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ในการพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ประกอบด้วย 1) การร่างรูปแบบการจัดการเรียนรู้โดยการสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและการสนทนากลุ่มแล้วนำผลมาร่างแนวทางการจัดการเรียนรู้และพัฒนาแผนที่สอดคล้องกับผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 2) พัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ โดยนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 34 คน เก็บรวบรวมข้อมูลจากการ

ประเมิน การสังเกต สัมภาษณ์ สันทนาการกลุ่มย่อย การสะท้อนคิดของผู้เรียนและผู้สอน 3) นำรูปแบบการสอนที่พัฒนาขึ้นไปใช้กับนักศึกษาที่ลงทะเบียน ปีการศึกษา 2557 จำนวน 26 คน และเก็บรวบรวมข้อมูลจากการประเมิน การสังเกต สัมภาษณ์ สันทนาการกลุ่มย่อย การสะท้อนคิดของผู้เรียนและผู้สอน 4) ปรับปรุงรูปแบบการจัดการเรียนรู้โดยการวิเคราะห์ผลการพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้แล้วสรุปผลการใช้รูปแบบจากการวิจัยพบว่า นักศึกษามีระดับการคิดเชิงสถิติสูงขึ้นในทุกด้านภายหลังได้รับการจัดการเรียนรู้ตามรูปแบบและมีเจตคติที่ดีต่อการจัดการเรียนรู้ตามรูปแบบการจัดการเรียนรู้

กุลธวัช สมารักษ์(2558, หน้า 205-213) ศึกษาการพัฒนารูปแบบการเรียนรู้แบบผสมผสานผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์โดยใช้กรณีศึกษาด้วยวิดีโอแชร์ริงเพื่อพัฒนการทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาเทคโนโลยีสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยรามคำแหง ชั้นปีที่ 1 จำนวน 20 คน กระบวนการเรียนการสอนประกอบด้วย 1) ชั้นเตรียมก่อนการสอน(การฝึกปฏิบัติจัดกลุ่มผู้เรียน วัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการคิดอย่างมีวิจารณญาณของผู้เรียนก่อน) 2) ชั้นการจัดการกระบวนการเรียนการสอน มี 2 ขั้นตอน

ขั้นที่ 1 การศึกษาเนื้อหา (ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ)

ขั้นที่ 2 กระบวนการเรียนการสอน(ทำความเข้าใจประเด็นปัญหา วิเคราะห์ สะท้อนอภิปราย เสนอวิธีการแก้ปัญหา ประเมินและตัดสินใจ แบ่งปันประสบการณ์ สืบสานสร้างความรู้ใหม่ และการวัดและประเมินผล)

จากการวิจัยพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาหลังเรียน($\bar{x}=26.25, SD=1.29$)สูงกว่าก่อนเรียน($\bar{x}=18.70, SD=2.39$) และผลการเปรียบเทียบการคิดอย่างมีวิจารณญาณพบว่า หลังเรียน($\bar{x}=41.50, SD=3.50$)สูงกว่าก่อนเรียน($\bar{x}=30.45, SD=4.54$)อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สรุปได้ว่า รูปแบบการเรียนรู้ เป็นการออกแบบอย่างเป็นลำดับขั้นตอนจากขั้นการวางแผน มีการวิเคราะห์เอกสาร แนวคิด งานวิจัยหรือการสนทนากลุ่ม จากนั้นนำไปสู่การออกแบบ (Design) รูปแบบเพื่อให้เกิดความเหมาะสมกับผู้เรียนโดยมีกิจกรรมการเรียนรู้ที่อยู่ภายใต้ขั้นตอนนี้ นำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างเพื่อทดสอบในสภาพการณ์จริงแล้วประเมินผลการใช้รูปแบบ ซึ่งแสดงให้เห็นประสิทธิผลของการนำรูปแบบการเรียนรู้มาทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างว่าสามารถพัฒนาผู้เรียนให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ได้

3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาและกำหนดบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดและหลักการปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ดังนี้

3.1 แนวคิดและหลักการปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวคิดที่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ 9 ทรงพระราชทานแก่ประชาชนคนไทยเพื่อเป็นหลักในการดำเนินชีวิตบนทางสายกลาง ไม่สุดโต่งทั้งสองข้าง(ทุนนิยมและสังคมนิยม) ซึ่งเป็นแนวคิดที่พระองค์ทรงคิดขึ้นและพิสูจน์เรื่อยมาผ่านโครงการต่างๆ จนเป็นที่ประจักษ์แก่สายตาของผู้ที่นำไปปฏิบัติ เป็นแนวทางการดำเนินชีวิตและวิถีปฏิบัติที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมีพระราชดำรัสชี้แนะแก่พสกนิกรชาวไทยมาโดยตลอดนานกว่า ๓๐ ปี และได้ทรงเน้นย้ำแนวทางพัฒนาที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของทางสายกลาง และความไม่ประมาท โดยคำนึงถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ตลอดจนใช้ความรู้ และคุณธรรมเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตและที่สำคัญจะต้องมี “สติ ปัญญาและความเพียร” ซึ่งจะนำไปสู่ความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างแท้จริงและป้องกันให้รอดพ้นจากวิกฤต และให้สามารถดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคงและยั่งยืนภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์และความเปลี่ยนแปลงต่างๆ(สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.2550,หน้า 6,คณะกรรมการข้าราชการพลเรือน.2016,หน้า 15-16)

เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และการปฏิบัติของบุคคลทุกคนและทุกระดับตั้งแต่ระดับครอบครัวจนถึงระดับรัฐเพื่อให้ดำเนินไปในทางสายกลางเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนและก้าวทันต่อยุคโลกาภิวัตน์ สามารถที่จะพึ่งตนเองได้ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและไม่แน่นอนของกระแสโลก สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ(2550,หน้า 9)ได้กล่าวถึงความหมายของแต่ละองค์ประกอบของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไว้ว่า ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมีผลกระทบใดๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบและความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่างๆมาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอนและขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติโดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎีและนักธุรกิจในทุกระดับให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์ สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติ ปัญญาและความรอบคอบเพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวาง ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็นหลักการในการดำรงชีวิตที่ยึดหลักความพอเหมาะพอดี มีเหตุมีผลและความไม่ประมาท เป็นเสมือนรากฐานของการดำเนินชีวิตที่จะทำให้ชีวิตมีความมั่นคง ดังพระราชดำรัสที่ว่า

“เศรษฐกิจพอเพียงเป็นเสมือนรากฐานของชีวิต รากฐานความมั่นคงของแผ่นดิน เปรียบเสมือนเสาเข็มที่ถูกต้องรองรับบ้านเรือนตัวอาคารไว้แน่นอน สิ่งก่อสร้างจะมั่นคงได้ก็อยู่ที่เสาเข็ม แต่คนส่วนมากมองไม่เห็นเสาเข็มและลืมเสาเข็มเสียด้วยซ้ำไป” (พระราชดำรัสเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวจากวารสารชัยพัฒนา อ่างอิงจาก คณะกรรมการข้าราชการพลเรือน.2016,หน้า 21)

จากพระราชดำรัสดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิตเพราะเป็นรากฐานที่จะทำให้ชีวิตดำเนินไปอย่างมั่นคง แม้จะอยู่ท่ามกลางกระแสของการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ถ้าหากมีรากฐานที่ดีแล้วย่อมเปรียบเสมือนกับเสาเข็มที่ยึดตัวอาคารบ้านเรือนให้มั่นคงนั่นเอง เป็นเศรษฐกิจที่สามารถอุ้มชูตัวเองได้ ให้มีความพอเพียงกับตนเอง อยู่ได้โดยไม่ต้องเดือดร้อน โดยต้องสร้างพื้นฐานเศรษฐกิจของตนเองให้ดีเสียก่อน คือตั้งตัวให้มีความพอกินพอใช้ ไม่ใช่มุ่งหวังแต่จะสร้างความเจริญยกเศรษฐกิจให้รวดเร็วแต่เพียงอย่างเดียว เพราะผู้ที่มีอาชีพและฐานะเพียงพอที่จะพึ่งตนเอง ย่อมสามารถสร้างความเจริญก้าวหน้าและฐานะทางเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นไปตามลำดับต่อไปได้(สุเมธ ตันติเวชกุล จิรายุ อิศรางกูร ณ อยุธยา และปริยานุช ธรรมปิยา.2558,หน้า 6)

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงถือว่าเป็นแนวคิดใหม่ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงประกาศขึ้นท่ามกลางกระแสของระบบทุนนิยมที่มีความเชื่อมโยงภาคและกระแสของสังคมนิยมที่ยึดตนเองหรือชุมชนเป็นหลักที่ไม่ต้องการจะพัฒนาตนให้เชื่อมโยงกับโลก เป็นทฤษฎีใหม่ที่ไม่ปรากฏในตำราทางด้านเศรษฐศาสตร์มาก่อน ตามตำราของต่างประเทศปรากฏคำว่า Self Sufficiency Economy(การพึ่งตนเองหรือการอยู่ได้ด้วยตนเองโดยไม่ต้องไปพึ่งคนอื่น) ตามความหมายนี้ไม่ใช่ปรัชญาเศรษฐกิจพอ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงใช้คำว่า Sufficiency Economy ซึ่งเป็นคำใหม่ หมายถึง การเนินชีวิตที่มีความพอในความต้องการตามอัตภาพของตน ไม่สุดโต่ง ไม่โลภมาก ทำให้เบียดเบียนคนอื่น เบียดเบียนทรัพยากรและโลกน้อยลง(ทิสนา แคมมณี.2559,หน้า 45) ดังพระราชดำรัสที่ว่า

“เศรษฐกิจพอเพียง แปลว่า Sufficiency Economy คำว่า Sufficiency Economy นี้ไม่มีในตำราเศรษฐกิจ จะมีได้อย่างไร เพราะว่าเป็นทฤษฎีใหม่ Sufficiency Economy นั้นไม่มีในตำราเพราะหมายความว่าเรามีความคิดใหม่และโดยที่ท่านผู้เชี่ยวชาญสนใจ ก็หมายความว่าเราก็สามารถที่จะไปปรับปรุงหรือไปใช้หลักการเพื่อที่จะให้เศรษฐกิจของประเทศและของโลกพัฒนาดีขึ้น”

“...เศรษฐกิจพอเพียงนั้นเขาตีความว่าเป็นเศรษฐกิจชุมชน หมายความว่า ให้พอเพียงในหมู่บ้านหรือในท้องถิ่น ให้สามารถที่จะมีพอกิน เริ่มด้วยพอมมี พอกิน พอมมีพอกินนี้ได้พูดมาหลายปี 10 กว่าปีมาแล้ว ให้พอมมีพอกิน แต่ว่าพอมมีพอกินนี้เป็นเพียงเริ่มต้นของเศรษฐกิจ เมื่อปีที่แล้วบอกว่า ถ้าพอมมีพอกินคือ พอมมีพอกินของตัวเองนั้นไม่ใช่เศรษฐกิจพอเพียง เป็นเศรษฐกิจสมัยหิน สมัยหินนั้นเป็นเศรษฐกิจ

พอเพียงเหมือนกัน แต่ว่าค่อยๆพัฒนาขึ้นมา...” (พระราชดำรัสเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวจากวารสารชัยพัฒนา อ้างอิงจาก คณะกรรมการข้าราชการพลเรือน.2016,หน้า 21)

กล่าวได้ว่า เศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวคิดที่เกิดขึ้นใหม่จากพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวที่พระราชทานไว้มาเป็นเวลาร่วม 40 กว่าปี แต่ไม่มีการตื่นตัวจนกระทั่งเกิดวิกฤตทางเศรษฐกิจทั่วโลกในปี พ.ศ. 2541 ทำให้แนวพระราชดำริของพระองค์ได้รับการยอมรับว่าเป็นแนวทางที่จะพัฒนาตนเองและสังคมตลอดจนประเทศชาติให้มีการพัฒนาอย่างเป็นลำดับขั้นตอนเพื่อให้เกิดความมั่นคงและยั่งยืน ทิศนา แคมมณี(2559,หน้า 5)กล่าวว่า ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นทั้งหลักคิดและหลักปฏิบัติที่เป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตของประชาชนทุกระดับ รวมทั้งรัฐและหน่วยงานต่างๆ ก็สามารถนำปรัชญานี้ไปประยุกต์และใช้ในการบริหารและพัฒนาประเทศด้านต่างๆ ได้อย่างกว้างขวางไม่ว่าจะเป็นทางด้าน เศรษฐกิจ ธุรกิจ กฎหมาย สังคม การศึกษา ศาสนา วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ(2550,หน้า 4-5 อ้างอิงจาก มหุรี เสือคำรามและสมศักดิ์ ลีลา.2561,หน้า 41) ได้รวบรวมและสรุปแนวคิดของเศรษฐกิจพอเพียงซึ่งมีหลักพิจารณาอยู่ 5 ส่วนดังนี้

1. กรอบแนวคิด เป็นปรัชญาที่ชี้แนะแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนในทางที่ควรจะเป็น โดยมีพื้นฐานมาจากวิถีชีวิตดั้งเดิมของสังคมไทย สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ตลอดเวลาและเป็นการมองโลกเชิงระบบที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มุ่งเน้นการรอดพ้นจากภัยและวิกฤตเพื่อความมั่นคงและยั่งยืนของการพัฒนา

2. คุณลักษณะ เศรษฐกิจพอเพียงสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติตนได้ในทุกระดับ โดยเน้นการปฏิบัติตนบนทางสายกลางและการพัฒนาอย่างเป็นขั้นตอน

3. คำนิยาม ความพอเพียงจะต้องประกอบด้วย 3 คุณลักษณะพร้อมๆ กัน ดังนี้

- 3.1 ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีต่อความจำเป็นและเหมาะสมกับฐานะของตนเอง สังคม สิ่งแวดล้อม รวมทั้งวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ ทิศนา แคมมณี (2559,หน้า 51)กล่าวว่า ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป มีความพอเหมาะกับตนเอง ดังพระราชดำรัสที่ว่า

“...คนเราถ้าพอในความต้องการ ก็มีความโลภน้อย เมื่อมีความโลภน้อย ก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย ถ้าทุกประเทศมีความคิด อันนี้ไม่ใช่เศรษฐกิจ มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่าพอประมาณ ไม่สุดโต่ง ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข...” (พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา 4 ธันวาคม 2541 อ้างอิงจาก คณะกรรมการข้าราชการพลเรือน.2016,หน้า 12)

ทิสนา แชมมณี(2559, หน้า 51-52) กล่าวถึงหลักเกณฑ์ในการพิจารณาถึงความพอประมาณไว้ว่า ควรพิจารณาตามเหตุผลที่สมควร ซึ่งควรตั้งบนพื้นฐานของความถูกต้อง และความเป็นจริง โดยพิจารณาให้เหมาะสมกับกับและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่

1. มีความเหมาะสมกับตนในด้านต่างๆ เช่น ความรู้ ความสามารถ สุขภาพ ทรัพยากรที่มี และอื่นๆ การกระทำที่เหมาะสมกับตน คือ การกระทำที่ไม่เบียดเบียนตนเองให้ได้รับความเดือดร้อนเสียหายเกินกว่าที่ตนจะรับได้

2. มีความเหมาะสมกับผู้อื่นที่เกี่ยวข้อง คือ ไม่เบียดเบียนผู้อื่นให้ได้รับความเสียหายเดือดร้อน

3. มีความเหมาะสมกับบริบทที่เกี่ยวข้องทั้งทางด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมคือไม่เบียดเบียนสิ่งแวดล้อม ชุมชน สังคมให้ได้รับความเสียหาย เดือดร้อน

4. มีความเหมาะสมทั้งในระยะสั้นและระยะยาวคือการพิจารณาถึงผลที่จะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นทั้งในระยะสั้นและระยะยาว ถ้าเกิดผลเสียแก่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งในระยะสั้นหรือระยะยาวก็แสดงว่าการกระทำนั้นยังขาดความเหมาะสมหรือไม่พอดี พอประมาณควรต้องมีการยั้งคิดหรือหาทางแก้ไขหรือในอีกกรณีหนึ่ง หากรู้จักอดกลั้นต่อผลประโยชน์ระยะสั้นเพื่อให้ได้ประโยชน์ระยะยาวย่อมมีความเหมาะสมมากกว่าการเห็นแก่ประโยชน์ระยะสั้น โดยเสียผลประโยชน์ระยะยาว ตัวอย่างเช่น เลือกที่จะหยุดสูบบุหรี่ซึ่งให้ความสุขเพียงระยะสั้นๆ เพื่อที่จะได้ไม่เป็นโรคต่างๆ อันมีบุหรี่เป็นสาเหตุในระยะยาว

3.2 ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้นจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผลตามหลักวิชาการ หลักกฎหมาย หลักศีลธรรม จริยธรรมและวัฒนธรรมที่ดีงาม โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นๆ อย่างรอบคอบ ตลอดจนคำนึงถึงที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นๆ อย่างรอบคอบ การพิจารณาถึงเหตุและผลนี้มีความหมายตรงกับภาษาอังกฤษว่า Cause-effect ผู้ที่ตัดสินใจอย่างมีเหตุผล คือผู้ที่มีการพิจารณาถึงผลที่จะเกิดตามมาจากเหตุซึ่งควรพิจารณาในหลายด้านทั้งผลที่มีต่อตนเอง ผู้อื่นและส่วนรวมและผลที่เกิดขึ้นทั้งในระยะสั้นและระยะยาว(ทิสนา แชมมณี.2559, หน้า 58)

3.3 การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อม กับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรมต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นโดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกลเพื่อให้สามารถปรับตัวและรับมือได้อย่างทัน่วงที

4. เงื่อนไข การตัดสินใจและการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ให้อยู่ในระดับพอเพียงนั้น ต้องอาศัยทั้งเงื่อนไขความรู้และคุณธรรม หลักวิชาและเงื่อนไขชีวิตเป็นพื้นฐาน กล่าวคือ

4.1 เจาะลึกความรู้ ประกอบด้วย ความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาต่างๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน ความรอบคอบที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผนและความระมัดระวังในขั้นปฏิบัติ

4.2 เจาะลึกคุณธรรม ที่จะต้องเสริมสร้างประกอบด้วยมีความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริตและมีความอดทน รู้ รัก สามัคคี ไม่โลภ ไม่ตระหนี่และรู้จักแบ่งปันให้ผู้อื่น มีความเพียร ใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต

5. แนวทางปฏิบัติ/ผลที่คาดว่าจะได้รับจากการนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอมาประยุกต์ใช้ คือ การพัฒนาที่สมดุลและยั่งยืน พร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลงในทุกด้าน ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม ความรู้และเทคโนโลยี

สุเมธ ตันติเวชกุล(2544, หน้า 21) ได้กล่าวถึงความพอเพียงตามความหมายของเศรษฐศาสตร์คือ ให้อำนาจกลับมายึดเส้นทางสายกลางในการดำรงชีวิตตามหลักการพึ่งตนเองซึ่งมีรายละเอียด 5 ประการ ดังนี้

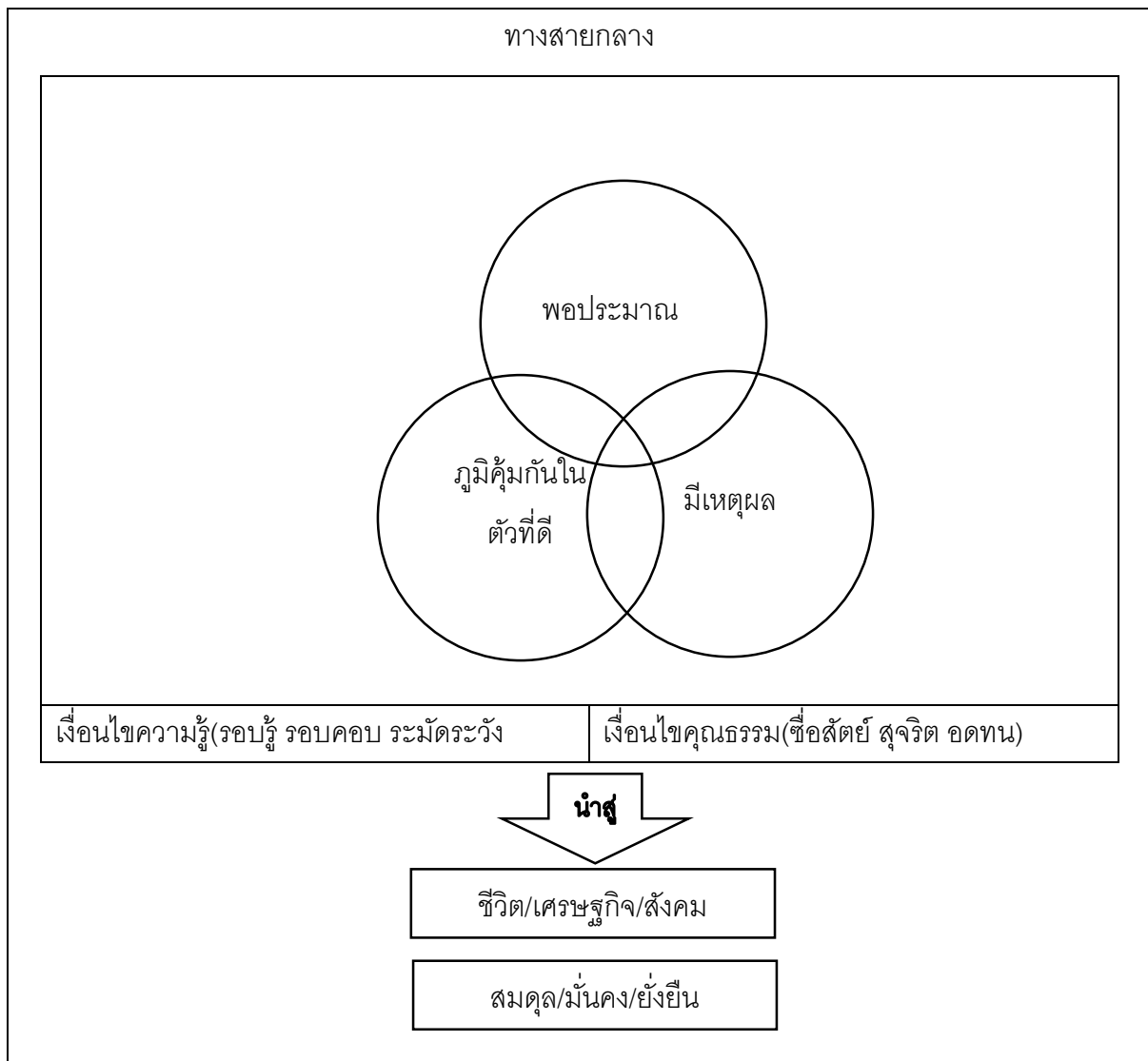
1. พึ่งตนเองทางจิตใจ คนที่สมบูรณ์พร้อมต้องมีจิตใจที่เข้มแข็ง มีจิตสำนึกว่าตนนั้นสามารถพึ่งตนเองได้ ดังนั้นจึงควรที่จะสร้างพลังผลักดันให้มีภาวะจิตใจอีกเข็มต่อสู้ชีวิตด้วยความสุจริต แม้อาจจะไม่ประสบความสำเร็จบ้างก็ตาม มิพึงทอดยถ้อยทำให้พยายามต่อไป

2. พึ่งตนเองทางสังคม ควรเสริมสร้างให้แต่ละชุมชนในท้องถิ่นได้ร่วมมือช่วยเหลือเกื้อกูลกันนำความรู้ที่ได้รับมาถ่ายทอดและเผยแพร่ให้ได้ประโยชน์ซึ่งกันและกัน

3. พึ่งตนเองได้ทางทรัพยากรธรรมชาติ คือการส่งเสริมให้มีการนำเอาศักยภาพของผู้คนในท้องถิ่นสามารถเสาะแสวงหาทรัพยากรธรรมชาติหรือวัสดุในท้องถิ่นที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ซึ่งส่งผลให้เกิดการพัฒนาประเทศได้อย่างดียิ่ง สิ่งดีก็คือการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นซึ่งมีมากมายในประเทศ

4. พึ่งตนเองได้ทางเทคโนโลยี ควรส่งเสริมให้มีการศึกษา ทดลอง ทดสอบเพื่อให้ได้มาซึ่งเทคโนโลยีใหม่ๆ ที่สอดคล้องกับสภาพภูมิประเทศและสังคมไทยและสิ่งสำคัญสามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม

5. พึ่งตนเองได้ทางเศรษฐกิจ หมายถึง สามารถอยู่ได้ด้วยตนเองในระดับเบื้องต้น กล่าวคือ แม้ไม่มีเงินก็ยังมีข้าว ปลา ผัก ผลไม้ในท้องถิ่นของตนเองเพื่อการยังชีพและสามารถนำไปสู่การพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศในระดับมหภาคต่อไปด้วย



รูปภาพที่ 2.1 สรุปปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ที่มา : สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ(2550,หน้า 6)

3.2 การพัฒนามนุษย์ตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง

มนุษย์ถือว่าเป็นจุดศูนย์กลางของการพัฒนา ถ้าหากมนุษย์ปราศจากความรู้ คุณธรรมย่อมจะนำไปสู่ความเสียหายต่อการพัฒนาสิ่งต่างๆ การพัฒนามนุษย์ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงเป็นการทำให้บุคคลสามารถที่จะพึ่งพาตนเองได้ ชัยอนันต์ สมุทวณิช(2542,หน้า 9) มองว่า ความพอเพียงมิได้มีความหมายในแง่เศรษฐศาสตร์เพียงด้านเดียว แต่มีความหมายเชิงปรัชญา จริยธรรม คุณค่าและปะถสถานทางพฤติกรรมสำหรับการดำเนินชีวิตในทุกๆด้านอีกด้วย นอกจากนี้ปรัชญาการพัฒนาที่เน้นทางสายกลางยังเป็นมัชฌิมาพัฒนา คือเป็นนความพอเพียงที่มีพลวัตและมีแง่มุมทางด้านปรัชญาด้านเศรษฐศาสตร์ คือ

ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการเปลี่ยนแปลงทั้งภายในและภายนอกและสามารถพึ่งตนเองได้ ทั้งนี้จะต้องอาศัยความรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างในการนำวิชาการต่างๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอนที่สำคัญจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่รัฐ นักทฤษฎีและนักธุรกิจในทุกระดับให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริตและให้มีความรู้ที่เหมาะสม ดังนั้น ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงจึงเป็นแนวทางในการพัฒนามนุษย์ให้ดำเนินชีวิตบนทางสายกลาง พัฒนาบุคคลให้มีความรอบรู้ในวิชาการต่างๆ อย่างรอบด้านกรอบด้วยการมีคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริตเป็นพื้นฐานทางจิตใจเพื่อที่จะได้นำหลักวิชาการเหล่านั้นไปใช้อย่างรอบคอบและระมัดระวัง

วิธีการพัฒนามนุษย์ตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติและศูนย์ เศรษฐวิญญูสร้าง(อ้างอิงจาก มธุรี เสือคำรามและสมศักดิ์ ธิลา.2561, หน้า 44) ได้เสนอวิธีการในการพัฒนาตามลำดับขั้นตอนต่อไปนี้

1. จับประเด็นปัญหา/ค้นหาความต้องการของตนเองว่ามีปัญหาอะไร และอะไรเป็นสาเหตุ มีความต้องการอะไร มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิตอย่างไร เช่น ต้องการมีชีวิตที่มีอนาคต ก้าวหน้า ความเป็นอิสระ มีเวลาเพื่อครอบครัวและสังคม มีทรัพย์สินเพียงพอ มีความสุข หลุดพ้นจากความยากลำบาก เป็นต้น

2. วิเคราะห์ข้อมูลของตนเองและครอบครัว ซึ่งจะช่วยให้รู้สถานภาพ รู้สาเหตุของปัญหา รู้ปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง รู้ผลกระทบต่างๆ ที่เกิดขึ้น ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม เทคโนโลยี ทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม

2.1 ศักยภาพของตนเอง เช่น ความรู้ ความสามารถ ความชำนาญ(ทักษะ) ชื่อเสียง ประสิทธิภาพ ความมั่นคง ความก้าวหน้า สภาพทางการเงิน การสร้างรายได้ การใช้จ่าย การออม คุณธรรม และศีลธรรม เป็นต้น

2.2 ศักยภาพของครอบครัว เช่น วิธีการดำรงชีวิต ภาวะเศรษฐกิจของครอบครัว ความเชื่อทัศนคติ ค่านิยม วัฒนธรรม ประเพณี คุณภาพชีวิตของคนในครอบครัว ฐานะทางสังคม ฐานะทางการเงินที่เป็นทรัพย์สินและหนี้สินของครัวเรือน รายได้และรายจ่ายของครัวเรือน

3. วางแผนการพัฒนาการดำเนินชีวิต มีหลักการ คือ

- กำหนดสิ่งที่ตั้งใจปฏิบัติหรือทำเป็นแผนปฏิบัติให้สอดคล้อง “พอเพียง” กับการแก้ปัญหาสำคัญเร่งด่วนที่เผชิญก่อน

- กำหนดเป้าหมายของการปฏิบัติให้พอเหมาะกับศักยภาพที่มีอยู่

- กำหนดขอบเขตและกรอบเวลาของสิ่งที่ตั้งใจประพฤติปฏิบัติเพื่อให้สามารถวัดผลสัมฤทธิ์ได้

จากหลักการข้างต้น มนุรี เสือคำรามและสมศักดิ์ ลิลา(2561, หน้า 44)ได้เสนอวิธีการปฏิบัติตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ดังนี้

1. พัฒนาตนเอง ให้มีการเรียนรู้ต่อเนื่อง(ใฝ่เรียนรู้) สร้างวินัยกับตนเอง โดยเฉพาะวินัยทางการเงิน
2. สร้างนิสัยที่มีความคิดก้าวหน้ามุ่งมั่นในเป้าหมายชีวิต หมั่นพิจารณาความคิด ตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นระบบโดยใช้ความรู้(ที่รอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง) มีความรับผิดชอบต่อตนเอง สังคมและครอบครัว

3. หมั่นบริหารจัดการใจให้มีความซื่อสัตย์ สุจริต รักชาติ เสียสละ สามัคคี เที่ยงธรรม ศีลธรรม
4. ควบคุมจิตใจให้ตนเองประพฤตินในสิ่งที่ดีงาม สร้างสรรค์ความเจริญรุ่งเรือง
5. พัฒนาจิตใจให้ลด ละ เลิก อบายมุข กิเลส ตัณหา ความโกรธ ความหลง
6. เสริมสร้างและฟื้นฟูความรู้และคุณธรรมของตนเองและครอบครัว เช่น เข้ารับการฝึกอบรม ฝึกทักษะในวิชาการต่างๆหรือวิชาชีพ หมั่นตรวจสอบและแก้ไขข้อบกพร่องอย่างสม่ำเสมอ

7. ปรับทัศนคติในเชิงบวกและมีความเป็นไปได้อ

นอกจากนี้วิธีการปฏิบัติตนเพื่อไปสู่เป้าหมายให้เกิดคุณลักษณะตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงทั้ง 3 คุณลักษณะได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผลและการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว มีหลักปฏิบัติ ดังนี้ (สุเมธ ตันติเวชกุล.2549, หน้า 10)

1. รู้จักใช้อย่างพอประมาณ การจะทำอะไรต้องดูศักยภาพของตัวเองก่อนว่าจะเป็นอย่างไร ไม่ใช่จะเลียนแบบคนอื่นทั้งหมด

2. รู้จักใช้เหตุผลในการเลือกทางเดิน อย่าตามกระแส ต้องคำนึงถึงจุดแข็งของตัวเองเป็นหลัก

3. ต้องสร้างภูมิคุ้มกัน คือ รู้จักบริหารความเสี่ยงตลอดเวลา ต้องคิดอะไรล่วงหน้า และต้องมีประโยชน์ไม่เพียงแต่ปัจจุบัน แต่ต้องโยงไปถึงอนาคตด้วย

4. อดทนที่การปฏิบัติตามแผนและการทำบัญชีรับ-จ่าย

5. สรุปผลการพัฒนาตนเองและครอบครัว โดยพิจารณาจาก

- 5.1 ร่างกายมีสุขภาพ สมบูรณ์ แข็งแรง

- 5.2 อารมณ์ต้องไม่เครียด มีเหตุผล มีความเชื่อมั่น มีระบบคิดเป็นระบบเป็นขั้นตอน มีแรงจูงใจ กล้าคิดกล้าทำ ไม่ท้อถอยหรือหมดกำลังใจ เมื่อประสบปัญหาในชีวิต

- 5.3 ลด ละ เลิก สิ่งต่อไปนี้ ได้แก่ របាយแดง บัตรเครดิต โทรศัพท์มือถือ สถานะเงินรวมย่
เหล้า บุหรี่ การพนัน เป็นต้น

3.3 การพัฒนาทักษะชีวิตตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง

การพัฒนาทักษะชีวิตเป็นการส่งเสริมความสามารถของบุคคลในการปรับตัวต่อสถานการณ์หรือเหตุการณ์หรือความเปลี่ยนแปลงใดๆ ที่เกิดทั้งภายในและภายนอก มีมุมมอง ทักษะคิดและพฤติกรรมเป็นไปในทางที่ถูกต้องดีงาม สามารถที่จะอยู่ในได้ในสังคมอย่างปกติสุขท่ามกลางความผันผวนของกระแสโลกาภิวัตน์และพร้อมรับผลกระทบต่างๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงเหล่านั้นอย่างรู้เท่าทันตนเองและสังคมด้วยการมีเจตคติที่ถูกต้อง มีวิถีคิดที่สามารถจะจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม กล่าวเผชิญต่อสิ่งเร้าต่างๆ ในชีวิตอย่างสร้างสรรค์ มีประสิทธิภาพพร้อมทั้งสอดคล้องกับวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม/สังคม ผู้ที่มีทักษะชีวิตดีจะมีปฏิสัมพันธ์และมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความบากบั่น รู้จักแก้ปัญหาได้ดี ปรับตัวได้ ฟังตนเองได้และป้องกันตัวเองในภาวะคับขันได้(ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์. 2552, หน้า 3)

การพัฒนานักศึกษาวิชาชีพครูให้ดำรงตนอยู่ตามวิถีที่พอเหมาะสมและการมีทักษะชีวิต กล่าวคือมีเจตคติที่ถูกต้องดีงาม มีวิถีการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมประกอบด้วยคุณธรรม มีความพอประมาณ มีความรอบรู้ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทั้งภายในและภายนอกและสามารถพึ่งตนเองได้จำเป็นอย่างยิงจะต้องปลูกฝังองค์ความรู้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ดังนั้น ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงจึงเป็นแนวทางในการพัฒนาบุคคลให้ดำเนินชีวิตบนทางสายกลาง ส่งเสริมให้เป็นผู้มีความใฝ่รู้ใฝ่เรียนอยู่ตลอดเวลา มีทักษะการคิดในการแก้ไขปัญหาต่างๆ การจัดการกับตัวเองและรู้เท่าทันตนเองและสังคม มีความรอบรู้ในวิชาการต่างๆ อย่างรอบด้านครอบคลุมด้วยการมีคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริตเป็นพื้นฐานทางจิตใจ

จากองค์ความรู้ที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยมีความเชื่อว่า หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของคนทุกคน โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักศึกษาระดับวิชาชีพครู ผู้ที่จะไปเป็นผู้นำด้านสติปัญญาของผู้เรียนในวันข้างหน้า ถ้าหากนักศึกษาระดับวิชาชีพครูเหล่านี้ มีทักษะในการดำเนินชีวิต มีวิถีชีวิตอยู่ด้วยความพอประมาณ มีหลักในการดำเนินชีวิตที่สอดคล้องกับภูมิสังคม สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม ประเพณี และมีความประพฤติที่ซื่อสัตย์สุจริต มีการใฝ่เรียนรู้อยู่ตลอดเวลา ก็เชื่อมั่นแน่ว่าจะสามารถไปเป็นครูที่ดีได้และเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตให้กับผู้เรียนในวันข้างหน้าได้เช่นเดียวกัน อีกทั้งเมื่อได้ฝึกทักษะชีวิตตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงยังจะเป็นการเสริมภูมิคุ้มกันให้กับตัวเองและพร้อมที่จะไปเป็นผู้พัฒนาเด็กๆ เพื่อให้เติบโตเป็นบุคลากรที่มีคุณภาพของประเทศได้

3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบการเรียนรู้และศึกษาผลของรูปแบบการเรียนรู้ตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักศึกษา ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวคิดที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่รัชกาลที่ 9 ได้พระราชทานไว้ ซึ่งถือว่าพระองค์ได้มอบมรดกอันล้ำค่านี้ให้แก่ประชาชนคนไทยทุกคนเพื่อเป็นหลักในการดำเนินชีวิตและมีการพิสูจน์ด้วยกระบวนการวิจัยและเห็นเป็นรูปธรรมชัดเจนมากยิ่งขึ้น เช่น การศึกษาของ จำเริญรัตน์ จิตต์จิรจรรย์(2559, หน้า 47- 51)ที่พัฒนารูปแบบการประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพัฒนาตนเองในการศึกษาของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ผลการศึกษาพบว่า 1)องค์ประกอบของรูปแบบการประยุกต์ใช้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพัฒนาตนเองของนักศึกษาประกอบด้วย 1)หลักการเหตุผล 2)วัตถุประสงค์ 3)สาระสำคัญของรูปแบบ(การเรียนรู้เพื่อรู้ การเรียนรู้เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ การเรียนรู้เพื่อเป็นพลเมืองที่ดี การเรียนรู้เพื่ออยู่ในสังคมอย่างมีความสุขและการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเอง โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันในตัว โดยมีเงื่อนไขความรู้และคุณธรรม) 4)แนวทางการนำรูปแบบสู่การปฏิบัติ 5)เงื่อนไขการนำรูปแบบสู่การปฏิบัติ ซึ่งรูปแบบดังกล่าวโดยรวมมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุดและการยืนยันรูปแบบตรงกับสภาพจริงอยู่ในระดับมากทุกด้าน เช่นเดียวกับ อังคนา ตุงคะสมิตและคณะ(2523, หน้า 228-229)ได้พัฒนาการจัดการเรียนรู้ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสำหรับนักเรียนและศึกษาผลที่เกิดจากการจัดการเรียนรู้ตามแนวทางดังกล่าว โดยใช้รูปแบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม กลุ่มเป้าหมายเป็นครูที่สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาขอนแก่น เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ สาระการเรียนรู้ท้องถิ่นตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ครูผู้สอนพัฒนาขึ้น แบบสัมภาษณ์นักเรียน แบบสัมภาษณ์ผู้บริหาร แบบบันทึกการนิเทศ แบบสะท้อนผลการจัดการเรียนรู้ของครูผู้สอน รายงานสรุปผลการดำเนินงานของสถานศึกษา แบบสอบถามความคิดเห็นของครูผู้สอนและแบบสอบถามความพึงพอใจของครูผู้สอนต่อการจัดการเรียนรู้ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ผลการศึกษาพบว่า

1. การจัดการเรียนรู้ดังกล่าวมี 4 ขั้นตอน คือ 1)ขั้นวางแผน ผู้บริหารและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกำหนดนโยบายและวางแผนการจัดการเรียนรู้ โดยครูผู้สอนเป็นผู้สร้างสาระการเรียนรู้และมีการวางระบบนิเทศภายใน 2)ปฏิบัติการ ครูผู้สอนดำเนินการจัดการเรียนรู้ 3) สังเกตการณ์ด้วยกระบวนการนิเทศภายในและภายนอก 4)สะท้อนผลปรับปรุงแก้ไขด้วยการประชุมผู้ที่เกี่ยวข้องแล้วนำผลไปแก้ไขปรับปรุงและดำเนินการวางแผนในวงรอบปฏิบัติการต่อไป

2. ผลจากการจัดการเรียนรู้ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า ครูที่เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจมากขึ้น สามารถจัดทำสาระการเรียนรู้ท้องถิ่นตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เขียน

แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้วิธีการสอนหลายรูปแบบ พัฒนากิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้ทรัพยากรใกล้ตัวจัดการเรียนรู้เหมาะสมกับท้องถิ่น มีความรู้ในการนำแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปบูรณาการในการจัดการเรียนรู้ในกลุ่มสาระที่ตนเองรับผิดชอบ นอกจากนี้ ผลที่เกิดกับนักเรียน พบว่า นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียน สนใจเรียนมากขึ้น มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงพร้อมทั้งสามารถนำความรู้ดังกล่าวไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน มีความรู้ ความเข้าใจ ตระหนัก ห่วงแหนงภูมิปัญญา แหล่งเรียนรู้ในท้องถิ่น เห็นคุณค่าของการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ส่วน กมลมาลย์ วิรัตน์เศรษฐินและธาดา วิมลวัตรเวที(2553, หน้า 2) ได้พัฒนารูปแบบการอบรมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการดำเนินชีวิตของนิสิต คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 156 คนและขยายผลสู่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 125 คน รูปแบบดังกล่าวประกอบด้วย การบรรยายเรื่องการอบรมทรัพย์ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กิจกรรมกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนที่ส่งเสริมเจตคติทางบวกต่อการอบรม การเห็นคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมกรอบม รวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการทดลองด้วยแบบสอบถาม ผลการศึกษาพบว่า ทั้งนิสิตและนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีเจตคติต่อการอบรม การเห็นคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมกรอบม หลังการทดลองดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพฤติกรรมกรอบมใช้จ่ายค่าเอกสาร/ตำราของนิสิตและพฤติกรรมกรอบมใช้จ่ายค่าวัสดุ/อุปกรณ์/เครื่องเขียนของนักเรียนตัวอย่างน้อยกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับการศึกษาของ พัชรศรีพันธ์ ศิริพันธ์ สุทธิ พรรณหาญและศักดิ์ สุวรรณฉาย(2558, หน้า 137-138) ที่ได้พัฒนาชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยบูรณาการกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างการปรับตัวในการดำรงชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โดยศึกษาทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตหลังจากการใช้ชุดกิจกรรมที่บูรณาการปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงซึ่งเป็นการประเมินตนเองของนักเรียน ประเมินโดยเพื่อนและประเมินโดยครูผู้สอน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนกบินทร์วิทยา จังหวัดปราจีนบุรี จำนวน 30 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตอยู่ในระดับดี และเมื่อศึกษารายกรณีกับนักเรียนจำนวน 3 คน พบว่า ทั้งสามคนมีพฤติกรรมโดยรวมในด้านการปรับตัวดีขึ้นเช่นกัน

ขณะที่ กรรณิการ์ ภิรมย์รัตน์(2553, หน้า 2-3) ได้ศึกษาพฤติกรรมกรอบมดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 420 คน เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและแบบสอบถามวัดพฤติกรรมกรอบมดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏมีระดับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงโดยรวมอยู่ในระดับสูง($\bar{x}=15.53$) ส่วนพฤติกรรมกรอบมดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอยู่ในระดับสูง($\bar{x}=1.35$) ซึ่งประกอบด้วย ด้าน

ความพอประมาณอยู่ในระดับปานกลาง($\bar{x}=1.11$)ด้านความมีเหตุผลอยู่ในระดับสูง($\bar{x}=1.38$)และด้านการมีภูมิคุ้มกันอยู่ในระดับสูง($\bar{x}=1.49$) ขณะที่ความคิดเห็นต่อการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต พบว่า

1. ด้านการดำรงชีวิตประจำวัน มีการเก็บออมเงิน การจัดทำบัญชีรายรับรายจ่าย การใช้ทรัพยากรทุกอย่างอย่างประหยัดและรู้คุณค่า ประยุกต์ของเก่าให้กลับมาใช้ได้อีกครั้ง

2. ด้านการเรียนสอน มหาวิทยาลัยควรมีการจัดทำหลักสูตรการเรียนรายวิชา “เศรษฐกิจพอเพียง” ควรมีการสอดแทรกเศรษฐกิจพอเพียงในทุกรายวิชา มีการจัดตั้งชมรมเศรษฐกิจพอเพียง มีการฝึกปฏิบัติตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

3. ด้านการรณรงค์ ให้มีการทำสื่อโฆษณาประชาสัมพันธ์ในมหาวิทยาลัย จัดอบรมให้ความรู้ทั้งในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ การจัดนิทรรศการเศรษฐกิจพอเพียง

สำรวจ สุขชัย(2554, หน้า 69-71) ได้ศึกษาผลการจัดการเรียนรู้ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่มีต่อทักษะพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ของเด็กปฐมวัย อายุระหว่าง 5-6 ปี พบว่า ทักษะพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์โดยรวมจากระดับพอใช้($\bar{x}=9.67$)เพิ่มขึ้นเป็นระดับดีมาก($\bar{x}=16.44$)อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อจำแนกรายด้านพบว่า ทักษะการจำแนกประเภทจากระดับควรปรับปรุง($\bar{x}=1.74$)เพิ่มขึ้นเป็นระดับดีมาก($\bar{x}=4.04$) ทักษะการสื่อความหมายจากระดับควรปรับปรุง($\bar{x}=3.70$)เพิ่มขึ้นเป็นระดับดีมาก($\bar{x}=6.19$) ทักษะการลงความเห็นจากระดับพอใช้($\bar{x}=4.22$) เพิ่มขึ้นเป็นระดับดี($\bar{x}=6.22$) ซึ่งแสดงให้เห็นถึงผลการจัดการเรียนรู้ตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงสามารถที่จะสร้างทักษะทางคณิตศาสตร์ของผู้ต้องเรียน

กล่าวได้ว่า รูปแบบการเรียนรู้ที่มีการประยุกต์หลักเศรษฐกิจพอเพียงเข้าไปร่วมด้วยเป็นรูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่มีความเหมาะสมในการพัฒนาผู้เรียนให้เป็นผู้มีความกระตือรือร้น สนใจในการเรียน มีพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม พอประมาณกับฐานะและชีวิตของตน มีการใช้จ่ายอย่างสมเหตุสมผลและรู้คุณค่า มีพฤติกรรมในการปรับตัวที่ดีในการดำรงชีวิต

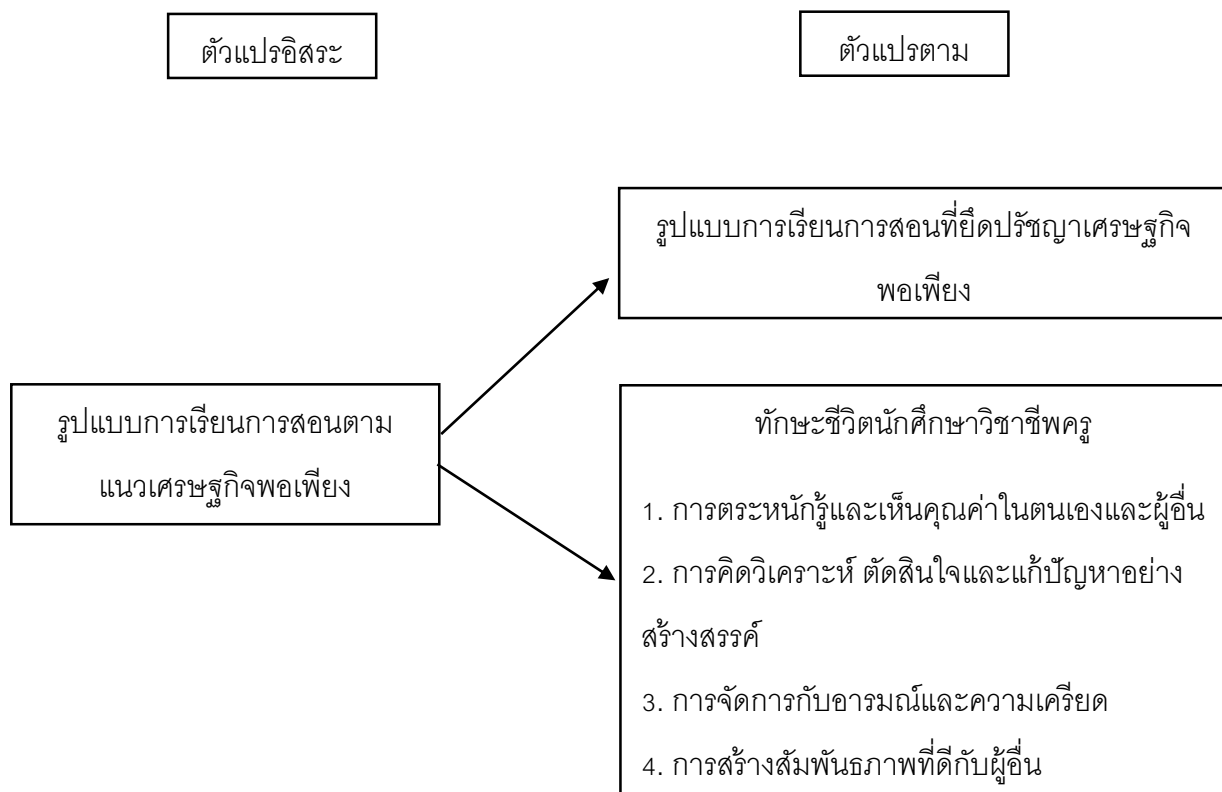
จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต รูปแบบการเรียนรู้และแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาทั้งหมด ผู้วิจัยเชื่อว่า การออกแบบการเรียนรู้ที่ยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงซึ่งเป็นหลักการในการดำเนินชีวิตจะสามารถพัฒนาทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพระดับปริญญาตรีได้ การมุ่งเน้นพัฒนาเพียงแค่หลักวิชาการที่จะนำไปประกอบอาชีพจึงไม่เพียงพอต่อการพัฒนาอย่างรอบด้าน สิ่งที่สำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งไม่แพ้กันคือการพัฒนาทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพระดับปริญญาตรีให้เป็นผู้มีความตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีการแก้ไขปัญหาและการตัดสินใจด้วยการคิดวิเคราะห์หรืออย่างเป็นเหตุเป็นผล รู้จักที่จะจัดการกับอารมณ์และความเครียดของตนเองอย่างเหมาะสมพร้อมทั้งพัฒนาสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้นจึงนำไปสู่การออกแบบในการวิจัยต่อไป

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า ทักษะชีวิตเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่จะช่วยส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคคลประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต ผู้ที่มีทักษะชีวิตสูงเป็นผู้ที่สามารถปรับตัวต่อสภาพการณ์เปลี่ยนแปลงต่างๆ ได้และอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีความสุขมากกว่าผู้มีทักษะในชีวิตต่ำ อีกทั้งยังเป็นผู้ที่ใฝ่เรียนรู้ แสวงหาความรู้อย่างมีเหตุผลเพื่อเพิ่มทักษะในการคิดวิเคราะห์ การแก้ปัญหา การจัดการความเครียด มีคุณธรรม จริยธรรม มีมนุษยสัมพันธ์ มีทักษะในการเข้าสมาคมและรู้จักประเมินประนอมเพื่อปรับตัวเองให้อยู่ในสังคมปัจจุบันอย่างมีความสุข(ไพโรจน์ คะเชนทร์.2560,หน้า 3) อีกทั้งมีการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องเพื่อความก้าวหน้าในชีวิต ซึ่งทักษะชีวิตดังกล่าวสามารถที่เรียนรู้และฝึกฝนให้เกิดขึ้นได้เมื่อมีรูปแบบที่เหมาะสม เป็นขั้นตอนและมีประสิทธิภาพ

การจัดการเรียนการสอนเพื่อเสริมสร้างและสนับสนุนให้นักศึกษามีทักษะชีวิตจำเป็นสำหรับบุคคลที่จะไปทำหน้าที่ความเป็นครูเพื่อที่จะเป็นครูที่มีประสิทธิภาพและเป็นแบบอย่างให้กับนักเรียน นอกจากความรู้และทักษะในเชิงวิชาการแล้ว สิ่งจำเป็นอย่างยิ่งอีกประการหนึ่งคือ นักศึกษาจะต้องเรียนรู้และฝึกฝนทักษะการดำรงชีวิตในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคม

การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูครั้งนี้ ผู้วิจัยมีความเชื่อว่า แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 9 ได้พระราชทานแก่พสกนิกรของพระองค์เป็นมรดกที่ล้ำค่า สามารถที่จะนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของบุคคลทุกคนได้ ยิ่งในยุคปัจจุบันที่กระแสทุนนิยมมีความเชื่อมโยงรวดเร็ว การดำรงชีวิตอย่างมีความพอดีและมีภูมิคุ้มกัน จะช่วยให้บุคคลสามารถพึ่งตนเองได้ โดยเฉพาะนักศึกษาวิชาชีพครูที่จะไปทำหน้าที่ความเป็นครูในวันข้างหน้าและจะต้องไปเป็นแบบอย่างให้กับผู้เรียนจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมียุทธศาสตร์การดำรงชีวิตอย่างพอเพียงและมีภูมิคุ้มกัน การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบการเรียนรู้อยู่ด้วยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงซึ่งมีแบบแผนการทดลอง One Group Pretest-Posttest Design ดังภาพประกอบที่ 2.1 ดังนี้



ภาพที่ 2.1 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง รูปแบบการเรียนรู้ที่ยืดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของ นักศึกษาวิชาชีพครู เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง(Quasi – Experimental Research) ซึ่งมีแบบแผนการทดลอง One Group Pretest-Posttest Design มีขั้นตอนดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและขั้นตอนการดำเนินการสร้างเครื่องมือ
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาวิชาชีพครู ชั้นปีที่ 2 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ กำแพงเพชร ปีการศึกษา 2561 ภาคเรียนที่ 2 จำนวน 450 คน

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาวิชาชีพครู ชั้นปีที่ 2 โปรแกรมสาขาวิชาสังคมศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 ใช้วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 15 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและขั้นตอนการดำเนินการสร้างเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

1. แบบสอบถามทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู
2. รูปแบบแผนการจัดการเรียนการสอนที่ยืดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จำนวน 8 แผน

ขั้นตอนการดำเนินการสร้างเครื่องมือ

1. แบบสอบถามทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู

แบบสอบถามทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยมีขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

1.1 ศึกษารายละเอียดจากตำรา เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับทักษะชีวิตเพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในสร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตให้ครอบคลุมนิยามศัพท์ประกอบด้วย ทักษะการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ทักษะการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ทักษะการจัดการกับอารมณ์และความเครียดและทักษะการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

1.2 สร้างแบบสอบถามทักษะชีวิตให้ครอบคลุมทั้ง 4 องค์ประกอบ โดยนำข้อมูลที่ได้จากข้อ 1.1 มาเป็นแนวทางในการสร้างข้อคำถามให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ดังกล่าวได้จำนวน 40 ข้อซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า(Rating Scales) 5 ระดับ แบบสอบถามทักษะชีวิตดังกล่าวเป็นแบบสอบถามให้ผู้ตอบประเมินตนเองมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า(Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ (1) ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงของตนเองน้อยที่สุด จนถึง (5) ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงของตนเองมากที่สุด จำนวน 40 ข้อ

การตอบแบบสอบถามแต่ละข้อ จะให้ผู้ตอบได้สำรวจและประเมินตนเองในแต่ละข้อความว่าเป็นจริงตรงกับความเป็นจริงของตนเองมากน้อยเพียงใด โดยมีคำตอบให้เลือกดังต่อไปนี้

- มากที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด
 - มาก หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงตรงกับความคิดเห็นของท่านระดับมาก
 - ปานกลาง หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงตรงกับความคิดเห็นของท่านระดับปานกลาง
 - น้อย หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงตรงกับความคิดเห็นของท่านระดับน้อย
 - น้อยที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงตรงกับความคิดเห็นของท่านระดับน้อยที่สุด
- เกณฑ์การให้คะแนน

การคิดคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามด้วยการหาค่าเฉลี่ยของคะแนนที่ได้จะเป็นค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 1.00-5.00 สำหรับการแปลผล ผู้วิจัยใช้เกณฑ์ในการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยที่ได้จากการตอบแบบสอบถาม ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	ความหมาย
4.50-5.00	คะแนนทักษะชีวิตอยู่ในระดับมากที่สุด
3.50-4.49	คะแนนทักษะชีวิตอยู่ในระดับมาก
2.50-3.49	คะแนนทักษะชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง
1.50-2.49	คะแนนทักษะชีวิตอยู่ในระดับน้อย
1.00-1.49	คะแนนทักษะชีวิตอยู่ในระดับน้อยที่สุด

1.3 หาค่าความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์(Face Validity)ของแบบสอบถามทักษะชีวิต โดยผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้สร้างขึ้นเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตรและการสอน ด้านเศรษฐกิจพอเพียง และด้านการวัดผลประเมินผล จำนวน 3 ท่าน เพื่อหาค่า IOC และตรวจสอบความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามศัพท์ ความเหมาะสมของเนื้อหา ภาษาที่ใช้ พิจารณาข้อคำถามในแบบสอบถามที่สร้างขึ้นว่าสามารถวัดได้ตรงตามลักษณะต่างๆ ตามนิยามศัพท์ของกรวิจัยครั้งนี้หรือไม่ ต่อจากนั้นนำแบบสอบถาม

ทักษะชีวิตมาคำนวณหาค่า IOC แล้วคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.60 ถึง 1.00 ได้จำนวน 40 ข้อ อีกทั้งนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

1.4 หาค่าอำนาจจำแนก(Item Discrimination)ของแบบสอบถามทักษะชีวิต ผู้วิจัยนำแบบสอบถามทักษะชีวิตที่ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์และการหาค่า IOC จากผู้เชี่ยวชาญแล้ว จำนวน 40 ข้อไปทดลองใช้(Try Out)กับกลุ่มนักศึกษาวิชาชีพระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 30 คน จากนั้นนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อ(r) อยู่ระหว่าง 0.20 – 0.70 ได้จำนวน 28 ข้อ และหาค่าความเชื่อมั่น(Reliability)โดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา(Alpha-Coefficient)ของครอนบาค(Cronbach)ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.837

2. รูปแบบการเรียนรู้ที่ยืดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

รูปแบบการเรียนรู้ที่ยืดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โดยมีขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

2.1 ศึกษารายละเอียดของหลักการ แนวคิด ขั้นตอนการปฏิบัติเกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและรูปแบบการเรียนรู้เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนในการสร้างรูปแบบการเรียนรู้ที่ยืดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงให้มีเหมาะสม สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการวิจัย

2.2 สร้างรูปแบบการเรียนรู้ที่ยืดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายและนิยามศัพท์ในการวิจัยครั้งนี้ แล้วนำรูปแบบดังกล่าวเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตรและการสอน ด้านเศรษฐกิจพอเพียงและด้านการวัดผลและประเมินผล จำนวน 3 ท่าน เพื่อประเมินและตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหา ภาษาที่ใช้ กระบวนการ ระยะเวลาที่ดำเนินการ วิธีการดำเนินการ และการประเมินผล โดยมีเกณฑ์การประเมินรูปแบบการเรียนการสอนดังกล่าว ต่อไปนี้

การประเมินความเหมาะสมแต่ละข้อ ผู้เชี่ยวชาญได้ประเมินเนื้อหาของรูปแบบการเรียนการสอนที่ตรงกับความคิดเห็นของตนเอง โดยมีคำตอบให้เลือกดังต่อไปนี้

มากที่สุด	หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด
มาก	หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงตรงกับความคิดเห็นของท่านระดับมาก
ปานกลาง	หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงตรงกับความคิดเห็นของท่านระดับปานกลาง
น้อย	หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงตรงกับความคิดเห็นของท่านระดับน้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง ข้อความนั้นเป็นจริงตรงกับความคิดเห็นของท่านระดับน้อยที่สุด
เกณฑ์การให้คะแนน	

การคิดคะแนนที่ได้จากการตอบแบบประเมินด้วยการหาค่าเฉลี่ยของคะแนนที่ได้จะเป็นค่าเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 1.00-5.00 สำหรับการแปลผล ผู้วิจัยใช้เกณฑ์ในการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยที่ได้จากการตอบแบบประเมิน ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	ความหมาย
4.50-5.00	รูปแบบการเรียนการสอนมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด
3.50-4.49	รูปแบบการเรียนการสอนมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก
2.50-3.49	รูปแบบการเรียนการสอนมีความเหมาะสมอยู่ในระดับปานกลาง
1.50-2.49	รูปแบบการเรียนการสอนมีความเหมาะสมอยู่ในระดับน้อย
1.00-1.49	รูปแบบการเรียนการสอนมีความเหมาะสมอยู่ในระดับน้อยที่สุด

ต่อจากนั้น ผู้วิจัยนำมาคิดหาค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของรูปแบบดังกล่าวพร้อมทั้งปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

2.3 นำรูปแบบการเรียนรู้อัตโนมัติหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขแล้วไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ดำเนินการ ดังนี้

1. จัดทำแผนรูปแบบการเรียนการสอนที่บูรณาการหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงโดยแต่ละกิจกรรมเน้นทั้งทักษะการคิด เจตคติและการแสดงออก
2. จัดเตรียมอุปกรณ์ ชุดกิจกรรมรูปแบบการเรียนการสอนเพื่อให้นักศึกษาได้ลงมือฝึกปฏิบัติ
3. ประสานไปยังประธานโปรแกรมวิชาสังคมศึกษาและนักศึกษาวิชาชีพรู สาขาวิชาสังคมศึกษา ชั้นปีที่ 2 เพื่อชี้แจงและกำหนดวันเวลาเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมตามรูปแบบการเรียนการสอนที่ได้กำหนดขึ้น
4. นำแบบสอบถามทักษะชีวิตไปสอบถามนักศึกษาในกลุ่มตัวอย่างก่อนเข้าสู่การจัดกิจกรรมแล้วเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง(Pre-test)
5. ดำเนินการทดลองโดยใช้รูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการทดลองด้วยตนเองจำนวน 8 แผน เป็นระยะเวลา 2 วัน ตั้งแต่ 8.30 -16.00 ชั่วโมง ดำเนินการแผนกิจกรรมละ 1:30 ชั่วโมง ในวันที่ 2 มีนาคม – วันที่ 3 มีนาคม พ.ศ. 2562 ณ ห้องเรียนคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร ดังแสดงในตาราง 3.1 ดังต่อไปนี้

ตาราง 3.1 การจัดรูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ครั้งที่	วัน/เดือน/ปี	เวลา	หัวข้อเรื่อง
1	วันเสาร์ที่ 2 มีนาคม 2562	09.00-10.30	ปฐมนิเทศ Pre-test ทุกชีวิตเกิดมาล้วนแต่มีคุณค่าและความหมายในตัวเอง
2	วันเสาร์ที่ 2 มีนาคม 2562	10.45-12.00	ความคิดเป็นธรรมชาติแต่การรู้จักคิดเป็นศักยภาพ
3	วันเสาร์ที่ 2 มีนาคม 2562	13.00-14.30	อารมณ์เป็นของสรรพชีวิตแต่การรู้จักอารมณ์เป็นคุณสมบัติของบัณฑิต
4	วันเสาร์ที่ 2 มีนาคม 2562	14.45-16.00	มิตรภาพคือความงดงามของสังคมมนุษย์
5	วันอาทิตย์ที่ 3 มีนาคม 2562	09.00-10.30	การยอมรับในความเหมือนและความต่างจะสร้างความเข้าใจระหว่างกัน
6	วันอาทิตย์ที่ 3 มีนาคม 2562	10.45-12.00	ปัญหาไม่มา ปัญญาอย่าไม่เกิด
7	วันอาทิตย์ที่ 3 มีนาคม 2562	13.00-14.30	ทราบรากเหง้าเพื่อไต่เต้าไปสู่การสร้างสรรค์
8	วันอาทิตย์ที่ 3 มีนาคม 2562	14.45-16.00	สังฆพจนเจือเพื่อเอื้อเพื่อการเกิดสังคม Post-test
9	วันอาทิตย์ที่ 17 มีนาคม 2562	15.30-16.00	Follow-up test

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง(Quasi – Experimental Research)ดำเนินการตามแบบแผนการทดลองที่ศึกษาเพียงกลุ่มเดียวซึ่งมีการทดสอบระยะก่อนและหลังการทดลอง(One Group Pretest-Posttest Design) ซึ่งมีลักษณะแบบการทดลองดังตารางที่ 3.2 ดังนี้

ตารางที่ 3.2 แผนการวิจัยแบบ Quasi – Experimental Research แบบ One Group Pre-test Post-test Design

Pre-test	Treatment	Post-test	Follow-up test
T ₁	X	T ₂	T ₃

โดยที่ T₁ คือ การทดสอบระยะก่อนการทดลอง(Pre-test)

X คือ การจัดการกระทำ(Treatment)

T₂ คือ การทดสอบระยะหลังการทดลอง(Post-test)

T₃ คือ การทดสอบระยะติดตามผล(Follow-up)

6. เมื่อสิ้นสุดการทดลอง ทำการวัดทักษะชีวิตของนักศึกษาอีกครั้งหนึ่งด้วยแบบสอบถามทักษะชีวิตชุดเดิมแล้วเก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง(Post-test)

7. นำคะแนนก่อนการทดลอง (Pre-test) และหลังการทดลอง (Post-test) มาวิเคราะห์เพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนความแตกต่างด้วย t-test for dependent ซึ่งพบว่า หลังการทดลอง นักศึกษามีคะแนนทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

8. หลังจากทดลองผ่านไป 2 สัปดาห์ ทำการวัดอีกครั้งด้วยแบบสอบถามทักษะชีวิตชุดเดิมในระยะติดตามผล (Follow-up) เพื่อศึกษาความคงทนทักษะชีวิตของนักศึกษาแล้วเก็บไว้เป็นคะแนนในระยะติดตามผล

9. นำคะแนนหลังการทดลอง (Post-test) และระยะติดตามผล (Follow-up test) มาวิเคราะห์เพื่อเปรียบเทียบค่าคะแนนความแตกต่างด้วย t-test for dependent ซึ่งพบว่า ระยะติดตามผล นักศึกษามีคะแนนทักษะชีวิตไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีทางสถิติต่างๆ ดังนี้

1. การหาค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Consistency) ของแบบสอบถามทักษะชีวิต
2. การหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ของคะแนนทักษะชีวิต
3. ศึกษาผลของคะแนนทักษะชีวิตของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้การทดสอบค่าที (t-test for dependent) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน

1.1 สูตรการหาค่าเฉลี่ย (Mean) ของคะแนนทั้งหมดคำนวณจากสูตร ดังนี้

$$\text{สูตร} \quad \bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ	\bar{X}	แทน	คะแนนเฉลี่ย
	$\sum X$	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	N	แทน	จำนวนนักศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง

1.2 หาค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนทดสอบระยะก่อนและหลังการทดลองโดยใช้สูตร ดังนี้

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

เมื่อ	S.D.	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	ΣX	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	ΣX^2	แทน	ผลรวมของกำลังสองของคะแนนทั้งหมด
	N	แทน	จำนวนนักศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง

2. สถิติที่ใช้ในการทดสอบคุณภาพเครื่องมือ

2.1 หาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างแบบสอบถามกับวัตถุประสงค์ โดยคำนวณจากสูตร ดังนี้

$$\text{สูตร} \quad \text{IOC} = \frac{\Sigma R}{N}$$

เมื่อ IOC แทน ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับลักษณะพฤติกรรม

ΣR แทน ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านเนื้อหาทั้งหมด

N แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

2.2 การหาค่าอำนาจจำแนก (r) โดยใช้สูตร ดังนี้

$$\text{อำนาจจำแนก (r)} = \frac{P_H + P_L}{n}$$

เมื่อ p คือ ค่าความยากง่าย

r คือ ค่าอำนาจจำแนก

n คือ จำนวนคนในกลุ่มสูงหรือกลุ่มต่ำ

P_H คือ จำนวนคนตอบถูกในกลุ่มสูง

P_L คือ จำนวนคนตอบถูกในกลุ่มต่ำ

2.3 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิตโดยใช้สูตร ดังนี้

$$\text{สูตร} \quad r_{tt} = \frac{N}{N-1} \left[1 - \frac{\Sigma p}{s_t^2} \right]$$

เมื่อ r_{tt} แทน ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบทั้งฉบับ

N แทน จำนวนข้อในแบบทดสอบ

p แทน สัดส่วนของผู้ตอบในข้อหนึ่งๆ

s_t^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนนแบบทดสอบทั้งฉบับ

2.4 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยในระยะก่อนทดลองและหลังการทดลองโดยใช้ t-test ดังนี้

$$t = \frac{\Sigma D}{\sqrt{\frac{N\Sigma D - (\Sigma D)^2}{N-1}}}$$

เมื่อ t แทน ค่าที่จะใช้พิจารณา t – distribution

ΣD	แทน	ผลรวมของความแตกต่างระหว่างคะแนนสอบ ก่อนเรียนและหลังเรียนของนักเรียนแต่ละคน
N	แทน	จำนวนนักเรียน
ΣD^2	แทน	ผลรวมของกำลังสองของความแตกต่างระหว่าง คะแนนสอบก่อนเรียนและหลังเรียนของผู้เรียนแต่ละคน
df	=	$N - 1$

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยเรื่อง รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 เพื่อสร้างรูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู

ขั้นตอนที่ 2 เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงระยะก่อนและหลังการทดลอง

ขั้นตอนที่ 3 เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดความหมายของสัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

- N แทน จำนวนนักศึกษา
- \bar{X} แทน ค่าเฉลี่ย
- S.D. แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
- t แทน ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณาค่าความแตกต่าง
- Sig. แทน ค่านัยสำคัญทางสถิติ (P-value)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ขั้นตอนที่ 1 ผลการสร้างรูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู

1.1 ผลการสร้างรูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู เป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่ผู้วิจัยได้จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง รูปแบบการเรียนการสอนของนักวิชาการหลายท่านแล้วนำมาออกแบบแผนการเรียนการสอนเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต มีจำนวนทั้งหมด 8 แผน

1.2 ตรวจสอบความเหมาะสมและความสอดคล้องของรูปแบบการเรียนการสอนดังกล่าว จากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน โดยให้ผู้เชี่ยวชาญประเมินและให้คะแนนความเหมาะสมของแผนการเรียนการสอน โดยการพิจารณาและตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหา การออกแบบกิจกรรม รูปแบบการประเมินว่ามีความสอดคล้องที่จะนำไปพัฒนาทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูได้หรือไม่ ปรากฏดังตารางที่ 4.1 ตารางที่ 4.1 แสดงผลการประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู ของผู้เชี่ยวชาญ

รายการประเมิน	ความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน		ระดับ ความ เหมาะสม
	\bar{x}	S.D.	
1. ความสอดคล้องเหมาะสมกับการพัฒนาทักษะชีวิต	5.00	0.00	มากที่สุด
2. ความสอดคล้องเหมาะสมกับนิยามศัพท์เชิงปฏิบัติการ	5.00	0.00	มากที่สุด
3. ความสอดคล้องเหมาะสมกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้	4.66	0.47	มากที่สุด
4. ความสอดคล้องเหมาะสมด้านกิจกรรม	4.66	0.47	มากที่สุด
5. ความสอดคล้องเหมาะสมต่อขั้นตอน/ กระบวนการพัฒนาผู้เรียน	4.66	0.47	มากที่สุด
6. ความเหมาะสมของการใช้สื่อในการทำกิจกรรม	4.66	0.47	มากที่สุด
7. ความสอดคล้องเหมาะสมกับวัยของผู้เรียน	4.66	0.47	มากที่สุด
8. แนวทางและเกณฑ์การประเมินผล	4.33	0.47	มาก
9. ความเหมาะสมในการแบ่งเนื้อหาแต่ละช่วง	4.33	0.47	มาก
10. เนื้อหาครอบคลุมวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้	4.66	0.47	มากที่สุด
11. ภาษาที่ใช้อ่านเข้าใจง่าย	4.66	0.47	มากที่สุด
12. ระยะเวลาดำเนินการมีความเหมาะสม	4.66	0.47	มากที่สุด
13. วิธีดำเนินการเป็นไปตามลำดับขั้นตอน	4.66	0.47	มากที่สุด
เฉลี่ย	4.66	0.17	มากที่สุด

จากตารางที่ 4.1 พบว่า รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู จำนวน 8 แผน มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด โดยมีค่าเฉลี่ย(\bar{X} = 4.66, S.D. = 0.17) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า รูปแบบการเรียนการสอนมีความเหมาะสมกับการพัฒนาทักษะชีวิตและมีความสอดคล้องกับนิยามศัพท์เชิงปฏิบัติการอยู่ในระดับมากที่สุด โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X} = 5.00, S.D. = 0.00) ส่วนแนวทางและเกณฑ์การประเมินผล ความเหมาะสมในการแบ่งเนื้อหาแต่ละช่วงอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ย (\bar{X} = 4.33, S.D. = 0.47)

ขั้นตอนที่ 2 เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงระยะก่อนและหลังการทดลอง

ในการศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูระยะก่อนและหลังโดยใช้สถิติการทดสอบคะแนนความแตกต่าง(Dependent sample t-test) แสดงรายละเอียดตามตารางที่ 4.2 ดังนี้

ตารางที่ 4.2 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูโดยใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงระยะก่อนและหลังการทดลอง

การทดสอบ	ก่อนทดลอง		หลังการทดลอง		t	Sig.
	(n=15)		(n=15)			
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
ด้านการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น	59.29	8.07	66.86	7.19	-7.25*	.000
ด้านการคิดวิเคราะห์ การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์	56.14	5.90	67.29	3.59	-9.25*	.000
ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด	49.00	10.01	60.29	6.37	-6.38*	.001
ด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น	59.86	4.14	67.57	3.78	-7.41*	.000
รวม	56.07	7.03	65.50	5.23	-7.57*	.000

*มีนัยสำคัญทางสถิติ $p < 0.01$

จากตารางที่ 4.2 พบว่า ประสิทธิภาพของรูปแบบการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูในระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนระยะการทดลองโดยมีค่าเฉลี่ย(\bar{X}) ก่อนการทดลองเท่ากับ 56.07 หลังการทดลองเท่ากับ 65.50 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน(SD) ก่อนการทดลองเท่ากับ 7.03 หลังการทดลองเท่ากับ 5.23 ค่า t เท่ากับ -7.57 และค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ

0.01 เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ทั้งด้านการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ด้านการคิดวิเคราะห์ การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด และด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มีค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เช่นเดียวกัน แสดงว่า รูปแบบการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสามารถพัฒนาทักษะชีวิตของนักศึกษาเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ขั้นตอนที่ 3 เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

ในการศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลโดยใช้สถิติการทดสอบคะแนนความแตกต่าง(Dependent sample t-test) แสดงรายละเอียดตามตารางที่ 4.3 ดังนี้

ตารางที่ 4.3 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูโดยใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

การทดสอบ	หลังทดลอง (n=15)		ติดตามผล (n=15)		t	Sig.
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD		
ด้านการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น	67.38	6.82	66.50	8.55	.63*	.547
ด้านการคิดวิเคราะห์ การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์	66.67	3.50	63.67	5.78	2.81*	.037
ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด	60.29	6.37	60.71	8.77	-.23*	.823
ด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น	67.57	3.78	67.29	4.60	.32*	.760
รวม	65.47	1.48	64.54	1.78	.88	.541

*มีนัยสำคัญทางสถิติ $p > 0.01$

จากตารางที่ 4.3 พบว่า ประสิทธิผลของรูปแบบการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล โดยภาพรวมไม่แตกต่างกันโดยมีค่าเฉลี่ย(\bar{X})หลังการทดลองเท่ากับ 65.47 ระยะติดตามผลเท่ากับ 64.54 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน(SD)หลังการทดลองเท่ากับ 1.48 ระยะติดตามผลเท่ากับ 1.78 ค่า t เท่ากับ .88 แสดงว่า ความ

คงทนของทักษะชีวิตของนักศึกษาที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู ผู้วิจัยได้ดำเนินการสรุปผลการวิจัยตามลำดับ ดังนี้

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลรูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู พบว่า

1. รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู จำนวน 8 แผน มีค่าเฉลี่ย (\bar{X} = 4.66) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D. = 0.17)ซึ่งมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้
2. นักศึกษาวิชาชีพครูที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้
3. นักศึกษาวิชาชีพครูที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีทักษะชีวิตในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้

อภิปรายผลการวิจัย

1. รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู ที่ผู้วิจัยออกแบบ จำนวน 8 แผนตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ที่ได้ประเมิน พบว่า มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด แสดงให้เห็นว่า การออกแบบรูปแบบการเรียนการสอนมีส่วนสำคัญในการนำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพอย่างสูงสุด ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการออกแบบการเรียนการสอนจากนักวิชาการเพื่อศึกษาถึงการจัดลำดับเนื้อหา ขั้นตอน การระบุวัตถุประสงค์ การประเมินผลการเรียนรู้ การออกแบบกิจกรรมเพื่อให้เกิดความเหมาะสมต่อเป้าหมายที่ต้องการให้ผู้เรียนบรรลุโดยคำนึงถึงหลักจิตวิทยาการเรียนรู้แล้วนำมาร่างเป็นรูปแบบการเรียนการสอนตามหลักการดังกล่าว นอกจากนี้ในการจัดกิจกรรมยังมีการสังเกตและปรับ

ประยุกต์รูปแบบดังกล่าวให้มีความสอดคล้องกับการเรียนรู้ของผู้เรียนอีกด้วยซึ่งสอดคล้องกับ ปรีวัตร เขียน แก้วและทิพรรัตน์ นพทฤทธิ(2559,หน้า 81-86)ที่ได้พัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับผู้เรียนใน ศตวรรษที่ 21 เพื่อส่งเสริมการคิดเชิงสถิติของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ซึ่งมีการ 1)ร่างรูปแบบการจัดการ เรียนรู้โดยการสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและการสนทนากลุ่มแล้วนำผลมา ร่างแนวทางการจัดการเรียนรู้และพัฒนาแผนที่สอดคล้องกับผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 2)พัฒนารูปแบบการ จัดการเรียนรู้ โดยนำไปทดลองใช้แล้วเก็บรวบรวมข้อมูลจากการประเมิน การสังเกต สัมภาษณ์ สนทนา กลุ่มย่อย การสะท้อนคิดของผู้เรียนและผู้สอน 3) ปรับปรุงรูปแบบการจัดการเรียนรู้โดยการวิเคราะห์ผลการ พัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้แล้วสรุปผลการใช้รูปแบบ และสอดคล้องกับ มานิตย์ ชาชีโย(2555,หน้า 283-284)ที่พัฒนารูปแบบการเรียนรู้ตลอดชีวิตของคนหลายวัยในศูนย์ตุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าถึง จังหวัดร้อยเอ็ด โดยมีกระบวนการประกอบด้วย 1)การสร้างและประเมินความเหมาะสมของรูปแบบ 2)การ นำรูปแบบไปทดลองใช้และการประเมินเชิงคุณภาพ และ 3)ทดลองใช้และประเมินผลกระบวนการเรียนรู้ ซึ่งจากการวิจัยพบว่า รูปแบบการเรียนรู้ตลอดชีวิตดังกล่าว คือ LING MODEL ซึ่งประกอบด้วย 1)การ เรียนรู้(Learning)โดยการปรับแนวคิด สาธิตให้ดู เรียนรู้ชุมชนอื่น นำมาปฏิบัติพัฒนาต่อยอด 2)การค้นหา ความถนัด(Individual)โดยการเรียนรู้สิ่งเดิมเสริมสร้างสิ่งใหม่ 3)การสร้างเครือข่าย(Network)การพัฒนา ต่อยอดความรู้ให้มีการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง 4)การปลูกฝัง(Grown)การเรียนรู้พื้นฐานวิถีชุมชนบนความ พอเพียง นอกจากนี้ ผลจากการทดลองใช้รูปแบบการเรียนรู้ดังกล่าว ยังพบอีกว่า ทำให้กลุ่มผู้นำชุมชน กลุ่มผู้ปกครอง กลุ่มเด็กและเยาวชน เกิดความรู้ความถนัดและสามารถสร้างเครือข่ายและการปลูกฝัง รากฐานวิถีชีวิตและสามารถใช้ในการส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดความต้องการเรียนรู้ตลอดชีวิตได้จริง

รูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นยังได้ออกแบบเป็น ลำดับขั้นตอน ได้แก่ ขั้นเตรียมการก่อนสอน เช่น การจัดกลุ่มผู้เรียน การเล่นเกมสเตรียมความพร้อม การ ฝึกสมาธิ เป็นต้น ส่วนขั้นการสอนมีการอภิปรายเนื้อหา เสนอความคิดเห็น การวิเคราะห์ประเด็น การ ทบทวนและสะท้อนการเรียนรู้ และขั้นของการสรุปการสอน มีการให้ผู้เรียนเป็นผู้สรุปองค์ความรู้ตามความ เข้าใจของผู้เรียนเอง อีกทั้งมีการสรุปและอธิบายเพิ่มเติมจากสมาชิกกลุ่มร่วมกับผู้สอนจึงทำให้เกิด ประสิทธิภาพในการเรียนรู้ของผู้เรียน สอดคล้องกับ กุลธวัช สมารักษ์(2558,หน้า 205-213) ที่ได้ศึกษาการ พัฒนารูปแบบการเรียนแบบผสมผสานผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์โดยใช้กรณีศึกษาด้วยวิดีโอแชรริงเพื่อ พัฒนาการทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณกับกลุ่มนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาเทคโนโลยี สื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยรามคำแหง ชั้นปีที่ 1 จำนวน 20 คน ซึ่งมีกระบวนการเรียนการสอน ประกอบด้วย 1) ขั้นเตรียมก่อนการสอน(การฝึกปฏิบัติ จัดกลุ่มผู้เรียน วัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการ คิดอย่างมีวิจารณญาณของผู้เรียนก่อน) 2)ขั้นการจัดกระบวนการเรียนการสอน มี 2 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นที่ 1

การศึกษาเนื้อหาทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติและชั้นที่ 2 กระบวนการเรียนการสอน มีทำความเข้าใจประเด็นปัญหา วิเคราะห์ สะท้อน อภิปราย เสนอวิธีการแก้ปัญหา ประเมินและตัดสินใจ แบ่งปันประสบการณ์ สืบสานสร้างความรู้ใหม่ และการวัดและประเมินผล ซึ่งจากการวิจัยพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาหลังเรียน($\bar{x} = 26.25, SD = 1.29$)สูงกว่าก่อนเรียน($\bar{x} = 18.70, SD = 2.39$) และผล การเปรียบเทียบการคิดอย่างมีวิจารณญาณพบว่า หลังเรียน($\bar{x} = 41.50, SD = 3.50$)สูงกว่าก่อนเรียน($\bar{x} = 30.45, SD = 4.54$)อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. ทักษะชีวิตของนักศึกษาเพิ่มขึ้นหลังการเข้าร่วมทดลองรูปแบบการสอนที่ยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานที่ตั้งไว้ การนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาออกแบบเป็นกิจกรรมในการพัฒนาผู้เรียนเป็นการนำหลักคิดที่ชี้ให้เห็นถึงวิธีการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานแห่งความพอดี ความมีเหตุมีผลและความพอประมาณ เป็นการเสริมสร้างให้ผู้เรียนมีทักษะในการดำเนินชีวิตแบบพึ่งพาตนเอง มีความพอในความต้องการตามอัตภาพของตนเอง ไม่สุดโต่ง ไม่โลภมาก(ทีศนา แชมมณี.2559, หน้า 45) ไม่ใช่จ่ายฟุ่มเฟือย รู้จักพิจารณาถึงความจำเป็นในการใช้สอย ทรัพยากรหรือใช้จ่ายทรัพย์สินเงินทองในชีวิตประจำวัน กล่าวได้ว่า เป็นการพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักตระหนักถึงความจำเป็นในการใช้จ่ายรวมถึงเห็นคุณค่าในการประหยัดอดออมซึ่งจะทำให้ไม่เบียดเบียนตนเอง ครอบครัวและสิ่งแวดล้อม สร้างความตระหนักรู้ในอัตภาพและฐานะของตนเองอย่างถูกต้องเหมาะสม สอดคล้องกับงานวิจัยของ กมลมาลย์ วิรัตน์เศรษฐินและธาดา วิมลวัตรเวที(2553, หน้า 2)ที่พัฒนารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการดำเนินชีวิตของนิสิต ซึ่งทำให้นิสิตมีเจตคติต่อการออม การเห็นคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมการออมดีขึ้นและสอดคล้องกับงานวิจัยของ กรรณิการิภมย์วิรัตน์(2553, หน้า 2-3)ที่ศึกษาพฤติกรรมการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 420 คน ซึ่งพบว่า การดำรงชีวิตประจำวันของนักศึกษา มีการเก็บออมเงิน การจัดทำบัญชีรายรับรายจ่าย การใช้ทรัพยากรทุกอย่างอย่างประหยัด และรู้คุณค่า รู้จักประยุกต์ของเก่าให้กลับมาใช้ใหม่ได้อีก นอกจากนี้ การใช้รูปแบบการเรียนการสอนตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงดังกล่าว ยังช่วยส่งเสริมให้นักศึกษามีทักษะในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นเป็นสังคม รู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ แบ่งปัน มีน้ำใจ ถ้อยทีถ้อยอาศัยพึ่งพากัน รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ไม่เบียดเบียนผู้อื่นหรือเอาวัดเอาเปรียบซึ่งกันและกัน มีคุณธรรมประจำตน รู้จักปรับตัวให้อยู่ร่วมกับคนอื่นอย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พัชรศรัณย์ ศิริพันธ์ สุทธิ พรรณหาญและศักดิ์ สุวรรณฉาย (2558, หน้า 137-138)ที่ได้พัฒนาชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยบูรณาการกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจ

พอเพียงเพื่อเสริมสร้างการปรับตัวในการดำรงชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนกบินทร์วิทยา จังหวัดปราจีนบุรี พบว่า การบูรณาการปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงช่วยเสริมสร้างให้นักเรียนมีทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตและมีพฤติกรรมปรับตัวอยู่ร่วมกับคนอื่นในทางที่เหมาะสม ยิ่งกว่านั้น ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงยังชี้ให้เห็นถึงความเป็นมนุษย์ที่จะต้องประกอบด้วยความรู้ซึ่งจะเป็นเครื่องครุ่นคิดพิจารณาในการประกอบกิจการงานใดๆ จะต้องอาศัยความมีเหตุมีผลในการกระทำ ไม่กระทำไปตามอำนาจของความอยากปรารถนาหรือเมื่อเกิดปัญหาขึ้นมีภูมิคุ้มกันภายในตนเองเพื่อเป็นเกราะป้องกันความทุกข์ที่จะเกิดขึ้น เป็นพื้นฐานของจิตใจที่จะช่วยบรรเทาความทุกข์ที่เกิดจากปัญหาในการดำรงชีวิตท่ามกลางกระแสทุนนิยม เพื่อดำเนินชีวิตบนทางสายกลาง ไม่สุดโต่งเกินไป รู้จักที่จะพึงพาตนเองอย่างเหมาะสม ดังที่ สุเมธ ตันติเวชกุล(2544, หน้า 21) กล่าวไว้ว่า ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นหลักคิดที่ชี้ให้เห็นถึงการดำเนินชีวิตที่พึงตนเองบนทางสายกลาง ประกอบด้วย การพึ่งตนเองด้านจิตใจ พึ่งตนเองด้านสังคม พึ่งตนเองด้านทรัพยากร พึ่งตนเองด้านเทคโนโลยีและพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ กล่าวได้ว่า การนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นเนื้อหาในการฝึกช่วยให้ผู้เรียนดำเนินชีวิตบนพื้นฐานแห่งความพอเพียง ไม่โลภมากจนเกินไป เป็นสร้างภูมิคุ้มกันด้านความรู้จักประมาณตน พัฒนาตนเองให้เป็นผู้มีความรอบรู้ สติปัญญา รู้จักใคร่ครวญพิจารณาด้วยหลักการและเหตุผล เพื่อทำตนเองให้เป็นที่พึงของตนเองให้ได้และเป็นปลูกฝังคุณค่าภายในที่เป็นพื้นฐานของจิตใจหรือเป็นคุณลักษณะของนักศึกษาเมื่อเจริญเติบโตไปในภายภาคหน้า

รูปแบบกิจกรรมที่นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นเนื้อหาและออกแบบขั้นตอนในการพัฒนาผู้เรียนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นกิจกรรมฝึกที่เสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ซึ่งจะช่วยพัฒนาบุคลากรทางการศึกษาที่จะไปทำหน้าที่ครูในอนาคต ครูจะต้องมีทักษะในการดำเนินชีวิต เป็นแบบอย่างให้กับผู้เรียน มีทักษะในการปรับตัวและจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม เพราะการอยู่ร่วมกับผู้เรียนและการทำหน้าที่จัดการเรียนการสอนจะต้องเผชิญกับความยากลำบากอาจก่อให้เกิดอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ เช่น ความกดดัน ความเครียด เป็นต้น การพัฒนาทักษะชีวิตจะช่วยลดอารมณ์ความเครียด รู้จักวิธีในการจัดการกับความเครียดของตนเองและมีวิธีในการป้องกันการเกิดอารมณ์หรือความเครียดที่เหมาะสม สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี ไม่แสดงออกหรือเก็บกดมากเกินไป เกิดความมั่นคงทางอารมณ์(วิมลศรี อุทัยพัฒนาชีพ ชัยภูมิ ชุมภูและพัชริน คุณคำชู.2558, หน้า 6) สอดคล้องกับงานวิจัยของ ไฮตาและเวนคาเทช(Hita C.R. & Venkatesh Kumar.2018,page 146)ที่ได้ศึกษาแบบฝึกทักษะชีวิตด้านการจัดการความเครียดทางอารมณ์ของวัยรุ่นชายและหญิง จำนวน 80 คน พบว่า การฝึกทักษะชีวิตมีผลทำให้ความเครียดลดลงและช่วยทำให้เกิดสุขภาวะทางอารมณ์ สามารถจัดการกับความเครียด

ของตนเองได้ อีกทั้ง นักศึกษาจะต้องรู้จักปรับตัวต่ออาชีพครู ปรับตัวต่อผู้เรียนที่ตนเองจะต้องดูแล เห็นคุณค่าในอาชีพที่ตนเองทำ มีความรักความเมตตาต่อผู้เรียน ตระหนักรู้และเข้าใจตนเองและผู้อื่นเป็นอย่างดี สอดคล้องกับงานวิจัยของ ปูชา ยาดาฟและนาเวด อิกบอล(Pooja Yadav&Naved Igbal.2009,page 61)ที่ได้ศึกษาผลของการฝึกทักษะชีวิตที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง การปรับตัวและควมมีเมตตาของวัยรุ่น จำนวน 60 คน พบว่า การฝึกทักษะชีวิตช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นในด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง การปรับตัวทางอารมณ์ การปรับตัวด้านการเรียนรวมทั้งการปรับตัวในทุกๆ ด้านและควมมีเมตตา ขณะเดียวกัน รูปแบบการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นยังส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการตระหนักรู้ในตนเอง เห็นคุณค่าและรู้จักมองผู้อื่นในแง่บวก เข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล ยอมรับข้อดี ข้อเสียทั้งของตนเองและผู้อื่นอย่างตรงไปตรงมา ดำเนินชีวิตอย่างมีเป้าหมาย รู้จักแยกแยะข้อมูลข่าวสาร วิเคราะห์ปัญหาและประเมินสถานการณ์ด้วยเหตุผลและข้อมูลที่ต้องการ สามารถรับรู้ปัญหา รู้สาเหตุของปัญหาและหาทางเลือกและตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างสร้างสรรค์ มีการตระหนักรู้เท่าทันภาวะอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น รู้สาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์และความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายและปรับเปลี่ยนอารมณ์ของตนเองในทางที่เป็นบวก ตระหนักรู้เท่าทันอารมณ์และคำนึงถึงความต้องการของผู้อื่น สามารถวางตัวได้ถูกต้องเหมาะสมในสถานการณ์ต่างๆ รวมถึงความสามารถในการสื่อสารด้วยภาษาพูดและภาษากายเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดี สร้างความร่วมมือและการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (กระทรวงศึกษาธิการ.2552,หน้า 1-4)ซึ่งสอดคล้องกับศึกษาของ รมณภัทร กตตน์วงศ์กร(2557,หน้า 88)ที่ได้ศึกษาผลการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบางจาก(โกมลประเสริฐอุทิศ) จำนวน 34 คน พบว่า ทักษะชีวิตของนักเรียนไม่ว่าจะเป็นด้านการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ด้านการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดและด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นเพิ่มขึ้นในระดับดีหลังจากได้รับการฝึกทักษะชีวิต

3. การศึกษาความคงทนของทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูระยะหลังการทดลองไปแล้ว 2 สัปดาห์ ยังพบว่าอีกว่า ไม่มีความเปลี่ยนแปลง แสดงให้เห็นว่า การออกแบบกิจกรรมของรูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นสามารถที่จะส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ที่คงทนถาวร เนื่องด้วยรูปแบบดังกล่าวมีการออกแบบที่ยึดหลักการ วัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ คำนึงถึงคุณลักษณะและวัยของผู้เรียน และยังมีขั้นตอนที่เป็นตามหลักการออกแบบการเรียนการสอน ได้แก่ ขั้นเตรียมความพร้อม ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ขั้นลงมือปฏิบัติกิจกรรม ขั้นสะท้อนการเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับ อรญา นิชรรัตน์(2561,หน้า 1-2) ที่ได้พัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับการสอนสังคมศึกษาในยุคศตวรรษที่ 21 โดยใช้แนวคิดคอนสตรัคติวิซึม(Constructivism)ร่วมกับวิธีการแก้ปัญหาแบบซินดิเคท เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการจัดการเรียนรู้จะต้องประกอบด้วย 3

องค์ประกอบได้แก่ 1)องค์ประกอบเชิงหลักการและวัตถุประสงค์ 2)องค์ประกอบเชิงกระบวนการเรียนการสอน และ 3)องค์ประกอบเชิงเงื่อนไขการนำรูปแบบไปใช้ ส่วนกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1)ขั้นเตรียม 2)ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ซึ่งใช้ภาพ แผนภูมิ เกม บทความ เรื่องเล่าและวีดิทัศน์ที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหา นำมาสนทนาซักถาม 3)ขั้นจัดกิจกรรม และ 4)ขั้นวัดและประเมินผล นอกจากนี้ ในการปฏิบัติกิจกรรมผู้เรียนยังมีแรงจูงใจที่ได้ทำงานร่วมกันเป็นทีม มีกระบวนการกลุ่มคอยกระตุ้นให้เกิดเรียนรู้ร่วมกัน แบ่งปันประสบการณ์ ช่วยกันคิดแก้ไขปัญหาเพื่อที่จะทำให้กลุ่มบรรลุเป้าหมายสอดคล้องกับคอย์รุฎ แอนวอร์(Khoirul Anwar.2015,Pages 62-64) ได้ศึกษารูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดคอนสตรัคทีวิซึ่มเพื่อกระตุ้นแรงจูงใจของนักเรียนที่เรียนภาษาอังกฤษ ผลการวิจัยพบว่ารูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดคอนสตรัคทีวิซึ่มช่วยให้ผู้เรียนเกิดแรงจูงใจทั้งรายบุคคลและการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม กระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจในการบรรลุเป้าหมายการเรียนรู้ได้ดียิ่งขึ้น อีกทั้ง ผู้วิจัยได้ออกแบบรูปแบบการเรียนการสอนโดยคำนึงถึงวัยของผู้เรียน เลือกวิธีการจัดการเรียนการสอนที่หลากหลายและเหมาะสมในการออกแบบกิจกรรมเพื่อให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมให้ได้มากที่สุดและให้ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเองซึ่งช่วยให้ผู้เรียนจดจำได้ดียิ่งขึ้น เกิดการจัดการความรู้อย่างเป็นระบบและสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง การจัดการเรียนการสอนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจึงเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และกระตุ้นให้เกิดความรักในการเรียนรู้เพื่อนำตนเองไปสู่การบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ ดังที่มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์(2553,หน้า 3) กล่าวว่า การจัดการเรียนการสอนเปรียบเสมือนเครื่องมือที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนรักการเรียน ตั้งใจเรียนและเกิดการเรียนรู้ขึ้น การเรียนของผู้เรียนจะไปสู่จุดหมายปลายทาง คือ ความสำเร็จในชีวิตหรือไม่เพียงใดนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับการจัดการเรียนรู้ที่ดีของผู้สอนหรือผู้สอนด้วยเช่นกัน หากผู้สอนรู้จักเลือกใช้วิธีการจัดการเรียนรู้ที่ดีและเหมาะสมแล้ว ย่อมจะมีผลดีต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน

กล่าวได้ว่า การฝึกทักษะชีวิตด้วยรูปแบบการสอนที่ยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีความเหมาะสมและส่งผลด้านบวกทำให้นักศึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลงด้านการคิดวิเคราะห์ การตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ รู้จักที่จะแยกแยะข้อมูลข่าวสาร รู้วิธีการจัดการกับปัญหา มองสถานการณ์ต่างๆ รอบตัวอย่างเข้าใจ ด้านความรู้สึก นักศึกษาเกิดการตระหนักรู้ตนเอง มองเห็นจุดดี จุดด้อย มีแรงจูงใจในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง มองเห็นคุณค่าผู้อื่น ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล มีความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่น รู้จักการจัดการกับอารมณ์และความเครียดของตนเองอย่างเหมาะสม และด้านทักษะ นักศึกษารู้จักวิธีการที่จะสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มีความสามารถในการสื่อสารทั้งวงวนภาษาและอวงวนภาษา แสดงออกถึงการเป็นผู้นำและผู้ตามขณะทำงานร่วมกันเป็นทีม

8. ข้อเสนอแนะในการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการนำไปปฏิบัติ ดังนี้

1. ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวคิดที่ชี้ให้เห็นถึงหลักการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานความพอประมาณ ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกัน ด้วยเงื่อนไขของความรู้และคุณธรรม บุคคลากรทางการศึกษาที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการเรียนการสอนสามารถนำรูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนให้มีทักษะในการดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นๆ ในสังคมได้

2. รูปแบบการเรียนการสอนที่ยึดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น นอกจากจะพัฒนานักศึกษาวิชาชีพรุ่นแล้ว ยังสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาผู้เรียนในระดับประถมศึกษาหรือมัธยมศึกษาได้ เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมให้กับผู้เรียนตั้งแต่เยาว์วัยให้มีทักษะในการใช้ชีวิตและจะเป็นการปลูกฝังให้ผู้เรียนได้ทราบถึงหลักคิดที่สำคัญซึ่งเป็นมรดกของชาติที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 ทรงพระราชทานไว้เป็นแนวทางในการดำรงชีวิต

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยกับกลุ่มนักศึกษาวิชาชีพรุ่น โปรแกรมวิชาสังคมศึกษาคณะครุศาสตร์เท่านั้น ดังนั้น จึงควรมีการศึกษาและวิจัยกับกลุ่มนักศึกษาในสาขาวิชาอื่นๆ หรือในคณะอื่นๆ นอกจากนี้ ยังสามารถดำเนินการวิจัยกับกลุ่มนักเรียนทั้งระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษาหรือนักเรียนอาชีวศึกษา เพื่อเป็นการพัฒนาทักษะชีวิตให้กับเยาวชนเหล่านั้น

2. สามารถสร้างและพัฒนารูปแบบกิจกรรมการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพัฒนาทักษะในด้านอื่นๆ เช่น ทักษะทางสังคม ทักษะทางการเรียนรู้ เป็นต้น เป็นการนำแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาเพื่อให้เกิดทักษะใหม่ๆ ที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิต

3. การประยุกต์ใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอนจะต้องศึกษาหลักคิดดังกล่าวให้เข้าใจอย่างลึกซึ้ง ละเอียด รอบคอบเพื่อจะนำไปสู่การประยุกต์ใช้ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

บรรณานุกรม

- กมลมาลัย วิรัตน์ เศรษฐสุนันและธาดา วิมลวัตรเวที.(2553).การพัฒนาารูปแบบการออมตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงต่อการดำเนินชีวิตของนิสิตคณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. รายงานการวิจัย ประจำปี 2553. สืบค้นเมื่อวันที่ 15 มิ.ย. 2561 :
http://thesis.swu.ac.th/swufac/Phy_Ed/Kamolman_W_R418716.pdf
- กวรรณิการ์ ภิรมย์รัตน์.(2553).พฤติกรรมกรดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร. รายงานการวิจัย สืบค้นเมื่อวันที่ 15 มิ.ย. 2561 : http://www.ssruir.ssru.ac.th/bitstream/ssruir/932/1/015_53.pdf.
- กุลธวัช สมารักษ์.(2558).การพัฒนาารูปแบบการเรียนแบบผสมผสานผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์โดยใช้กรณีศึกษาด้วยวิดีโอแชร์ริงเพื่อพัฒนาทักษะการคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ. วารสารวิชาการครุศาสตร์อุตสาหกรรม พระจอมเกล้าพระนครเหนือ ปีที่ 6 ฉบับที่ 1 มกราคม-มิถุนายน 2558.
- จำเริญรัตน์ จิตต์จิรจรรย์(2559).การพัฒนาารูปแบบการประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อพัฒนาตนเองในการศึกษาของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วารสาร สมาคมสถาบันอุดมศึกษาแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ปีที่ 22 ฉบับที่ 2 พฤศจิกายน 2559.
- ประเวช ตันติพิวัฒน์สกุล.(2555). 6 คำถามสร้างทักษะชีวิต: ประสบการณ์สำหรับครูทุกกลุ่มสาระการเรียนรู้แผนงานสร้างเสริมสุขภาพจิต. พิมพ์ครั้งที่ 1 ห้างหุ้นส่วนจำกัด จุลลาย มอริ่ง.
- ปริวัตร เขียนแก้วและทิพรรัตน์ นพฤทธิ.(2559).การพัฒนาารูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 เพื่อส่งเสริมการคิดเชิงสถิติของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยฟาร์อีสเทอร์น ปีที่ 10 ฉบับที่ 3 กรกฎาคม – กันยายน 2559.
- ชูลีพร ดัดงาม.(2554).การศึกษาความสามารถการใช้ทักษะชีวิตตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม ปีการศึกษา 2554.
กรุงเทพฯ : โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม.
- ทิสนา แหมมณี.(2559).ถอดรหัสปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสู่การสอนกระบวนการคิด. พิมพ์ที่
โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.กรุงเทพฯ.
- .(2552).ศาสตร์การสอน:องค์ความรู้เพื่อกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ. พิมพ์ครั้งที่
10 กรุงเทพฯ:สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ธันต์ถักานต์ ศรีเฉลียว.(2560).**การพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โดยใช้การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม**.วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ ปีที่ 11 ฉบับที่ 2 พฤษภาคม-สิงหาคม 2560.

บุญชม ศรีสะอาด.(2541).**การพัฒนาการสอน**.กรุงเทพฯ : ชมรมเด็ก

พัชรศรีพันธ์ ศรีพันธ์ สุธี พรรณหาญและศักดิ์ สุวรรณฉาย.(2558).**การพัฒนาชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยบูรณาการกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4**. วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์ ปีที่ 5 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม-ธันวาคม 2558.

ไพโรจน์ คณะจันทร์(2560) .**ทักษะชีวิต**. สืบค้นเมื่อวันที่ 10 พฤษภาคม 2561 :

<http://kachen.esy.es/pdf30/20ทักษะชีวิต.pdf>

มธุรี เสือคำรามและสมศักดิ์ ลีลา.(2561).**เศรษฐกิจพอเพียง ศาสตร์แห่งการพัฒนา**. สืบค้นเมื่อ 10 มิถุนายน 2561 : http://www.bu.ac.th/knowledgecenter/executive_journal/july_sep_12/pdf/aw05.pdf.

มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์.(2553).**คู่มือการจัดระบบการเรียนการสอนที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้**. พิมพ์ครั้งที่ 1 โรงพิมพ์เทียนวัฒนา พิษณุตติง : กรุงเทพฯ.

มานิตย์ ซาซึโย.(2555).**รูปแบบการเรียนรู้ตลอดชีวิตของคนหลายวัยในศูนย์คุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าลิง**. วารสารวิจัย มข. ปีที่ 2 ฉบับที่ 3 กรกฎาคม-กันยายน 2555.

ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติและสุวรรณา เรื่องกาญจนาเศรษฐ์.(2553).**ทักษะชีวิต**.สำนักงานส่งเสริมสุขภาพจิต (สสส).

ยูนิเซฟ(Unicef).(2561). **ความรู้เพื่อชีวิต เข้าใจใส่ใจวัยรุ่น**.สืบค้นเมื่อ 10 มิถุนายน 2561 :

<http://www.factsforlifethai.cf.mahidol.ac.th>.

รัตโนทัย พลับรู้งการ.(2561).**ทักษะชีวิตวัยเด็ก** . สืบค้นเมื่อวันที่ 10 พฤษภาคม 2561 :

<http://humaneco.stou.ac.th/UploadedFile/72202-11.pdf>

รมณัทพร กตตน์วงศ์กร.(2557).**การศึกษาผลการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบางจาก(โกมลประเสริฐอุทิศ) สำนักงานเขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร**.

หลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา พฤษภาคม 2557.

รุ่งศักดิ์ ศิวาชัย.(2561).**ทักษะการแก้ปัญหาและการตัดสินใจ สมรรถนะหลักของผู้ใช้ในทุกยุคทุกสมัย**. สืบค้นเมื่อวันที่ 10 พฤษภาคม 2561 : <http://www.training.mut.ac.th/startup/downloadFile/000148>.

สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ.

(2554). **เศรษฐกิจพอเพียง**. หนังสือเรียนสาระทักษะการดำเนินชีวิต.สำนักงาน กศน. สำนักงาน ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ เอกสารวิชาการลำดับที่ 18/2555.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ.(2558).**แนวทางการจัดกิจกรรม**

พัฒนาทักษะชีวิตเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันปัญหาเสพติด.พิมพ์ที่ โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์ การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด : กรุงเทพฯ.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ.(2552). **แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิต**

บูรณาการการเรียนการสอน 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้. หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้น พื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ.

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการ เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.(2550).**ปรัชญาของเศรษฐกิจ**

พอเพียง. พิมพ์ครั้งที่ 1 พิมพ์ที่ โรงพิมพ์ 21 เซ็นจูรี่ : กรุงเทพฯ.

สำรวย สุขชัย.(2554).**ผลการจัดการเรียนรู้ตามแนวปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่มีต่อทักษะ**

พื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ของเด็กปฐมวัย.ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษา ปฐมวัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สมเดช มุงเมือง.(2555) .**ทักษะชีวิต Life Skills**.มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.พิมพ์ครั้งที่ 1 :

กรุงเทพฯ : สุตรไพศาลบิวเดอร์.

สุเมธ ดันติเวชกุล จิรายุ อิศรางกูล ณ อยุธยา และปริยานุช ธรรมปิยา.(2558).**ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง**

และการประยุกต์ใช้. หนังสืออิเล็กทรอนิกส์ สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน.

สุรสิทธิ์ นาคสัมฤทธิ์.(2557).**การพัฒนาทักษะชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัยของนักศึกษามหาวิทยาลัย**

ราชภัฏกลุ่มรัตนโกสินทร์. คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต สืบค้นเมื่อวันที่ 14

มิ.ย. 61 : <https://research.dusit.ac.th/new/upload/file>

/fd7442fd24646a1461317931bf9e1e23.pdf.

สุวรรณ ภาณี.(2561).**ทักษะชีวิต (Life Skill)**. สืบค้นเมื่อวันที่ 10 พฤษภาคม 2561 :

<http://www.bsit.ac.th/UserFiles/File/Manual/scout/site11.doc>.

โสภา กีบ่างยางและคณะ.(2560). **การดำรงชีวิตในสังคมยุคใหม่และประชาคมอาเซียน**.

เอกสารประกอบการสอน สืบค้นเมื่อ วันที่ 3 มีนาคม 2561 :http://ge.kbu.ac.th/media_learning

/doc/main_media_learning/GE121/04.pdf

ศุภภัชกร ฟองจางวางและกอบสุข คงมนัส.(2560).**การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนแบบผสมผสาน**

โดยใช้การเรียนรู้แบบร่วมมือเรื่องการเรียนรู้โปรแกรมขั้นพื้นฐานด้วยภาษาจาวาสคริปต์
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. Journal of Community Development Research
(Humanities and Social Sciences 2017. สืบค้นเมื่อวันที่ 14 มิ.ย. 61: <https://www.tci-thaijo.org/index.php/Veridian-E-Journal/article/view/74268>.

วิมลศรี อุทัยพัฒนาชีพ ชัยภูมิ ชุมภูและพัชริน คุณคำชู.(2558).การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมจัดการ
ความเครียดสำหรับวัยทำงาน.กรองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวง
สาธารณสุข.

วีระศักดิ์ แก้วทรัพย์ และคณะ.(2559).การศึกษาองค์ประกอบของทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษา
ปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1.การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ ราชธานีวิชาการ
ครั้งที่ 1. สืบค้นเมื่อวันที่ 14 มิ.ย. 61 : [http://jes.rtu.ac.th/rtunc2016/pdf](http://jes.rtu.ac.th/rtunc2016/pdf/Oral%20Presentation/Oral%20กลุ่ม%20มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์/SC_41.pdf)
/Oral%20Presentation/Oral%20กลุ่ม%20มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์/SC_41.pdf

อรญา นิษฐ์ตัน.(2561).รูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับการสอนสังคมศึกษาในยุคศตวรรษ
ที่ 21 โดยใช้แนวคิดคอนสตรัคทีวิซึ่มร่วมกับวิธีการแก้ปัญหาแบบซินติเคทเพื่อพัฒนา
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาระการเรียนรู้ประวัติศาสตร์ กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา
ศาสตร์และวัฒนธรรม ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. การประชุมวิชาการระดับชาติ “วลัยลักษณ์วิจัย”
ครั้งที่ 10 วันที่ 27-28 มีนาคม 2561 สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์.

อังคณา ตุงคะสมิตและคณะ.(2523).การพัฒนาการจัดการเรียนรู้ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจ
พอเพียง. Veridian E-Journal, SU Vol.4 No. 2 September – December 2011 กลุ่ม
มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์.

Cliff Parry and Maria Nomikou.(2018). Life Skills Developing Active Citizens. British Council
Cited by <https://www.britishcouncil.gr/sites/default/files/life-skills-developing-active-citizens-en.pdf>.

Good.(1973). C.V.Dictionary of Education. 3rd ed. New York : McGraw-Hill.

Hausser,D.L.(1980).Comparison of different models for organizational analysis, In
organizational assessment perspective on the measurement of organizational behavior
and the quality of wok life. New York : John Willey & Son.

Hita C.R. & Venkatesh Kumar.(2018).Effect of Life Skills Training On Emotional Distress: A

- Comparative Study between Adolescent Boys and Girl.** The international journal of Indian Psychology, Volume 5 Issue 1, DIP:18.01.018/20170501,DOI: 10.25215/0501.018.
- Johnson,K.A.,and Foa,L.J.(1989). **Instructional Design : New Alternatives for Effective Education and Training.** New York : Macmillian Publishing Company.
- Keeves J.P.(1997).'**Educational research methodology and measurement.**' An international handbook. Cambridge Pergamon.
- Kemp,Jerrold E, Morrison, Gary R, Ross, Steven M.(1994). **Designing Effective Instruction.** New York : Macmillan College.
- Khoirul Anwar.(2015).**A Constructive Teaching Model in Learning Research Concept for English Language Teaching Students.** International Education Studies, Vol.8, No.5, Published by Canadian Center of Science and Education, doi:10.5539/ies.v8n5p62.
- Pooja Yadav&Naved Igbal.(2009).**Impact of Life Training on Self-esteem, Adjustment and Empathy among Adolescents.** Journal of the Indian Academy of Applied Psychology October 2009,Vol. 35, Special Issue.
- Reber.(1985). **Arthur S.Dictionary of Psychology.** Penguin Group.
- Unicef.(2561).**Module 7 Life Skills.** Cited by website : https://www.unodc.org/pdf/youthnet/action/message/escap_peers_07.pdf.

ภาคผนวก

- รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ
- หนังสือเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ
- ผลการประเมินความสอดคล้องแบบสอบถามทักษะชีวิตของผู้เชี่ยวชาญ
- ค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิต
- ผลการประเมินความเหมาะสมแผนการเรียนการสอนของผู้เชี่ยวชาญ
- รูปแบบการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
- รูปภาพตัวอย่างกิจกรรมปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต
- ประวัติย่อผู้วิจัย

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ

การตรวจสอบเพื่อหาค่า IOC (Index of Item Objective Congruence) ของแบบสอบถามทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครูและรูปแบบการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีจำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วย

1. ดร.ขวัญชัย ช้วนา อาจารย์ประจำตำแหน่งด้านหลักสูตรและการสอน ผู้เชี่ยวชาญด้านเศรษฐกิจพอเพียง
2. ดร.จารุพันธ์ ขวัญแน่น อาจารย์ประจำหลักสูตรด้านการวัดผลและประเมินผล ผู้เชี่ยวชาญด้านการวัดผลและประเมินผล
3. นางสาวศิริโสภา แสนบุญเวช อาจารย์โปรแกรมวิชาการประถมศึกษา ผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตรและการสอน



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร โทร. ๒๐๐๑

ที่ -

วันที่ ๑๓ กันยายน ๒๕๖๓

เรื่อง ขอเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ศิริโสภา แสนบุญเวช

สิ่งที่แนบมาด้วย แบบสอบถามทักษะชีวิตและแผนการเรียนการสอนตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จำนวน 8 แผ่น

เนื่องด้วย นายมนตรี หลินภู ตำแหน่งอาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยาและการแนะแนว ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจากคณะครุศาสตร์ เรื่อง รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู ซึ่งมี ดร.มณฑา หนีไพรพฤษ์ เป็นที่ปรึกษาวิจัย ในกรณีนี้ จึงขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย(ตามที่แนบมา)

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือวิจัยในครั้งนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายมนตรี หลินภู)

พนักงานมหาวิทยาลัย (สายวิชาการ)

สาขาวิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร โทร. ๒๐๐๑

ที่ -

วันที่ ๑๓ กันยายน ๒๕๖๓

เรื่อง ขอเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.ขวัญชัย ช้วนา

สิ่งที่แนบมาด้วย แบบสอบถามทักษะชีวิตและแผนการเรียนการสอนตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จำนวน 8 แผ่น

เนื่องด้วย นายมนตรี หลินภู ตำแหน่งอาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยาและการแนะแนว ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจากคณะครุศาสตร์ เรื่อง รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู ซึ่งมี ดร.มณฑา หนีไพรพฤษ์ เป็นที่ปรึกษาวิจัย ในการนี้ จึงขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย(ตามที่แนบมา)

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือวิจัยในครั้งนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายมนตรี หลินภู)

พนักงานมหาวิทยาลัย (สายวิชาการ)

สาขาวิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร โทร. ๒๐๐๑

ที่ -

วันที่ ๑๓ กันยายน ๒๕๖๓

เรื่อง ขอเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.จารุพันธ์ ขวัญแน่น

สิ่งที่แนบมาด้วย แบบสอบถามทักษะชีวิตและแผนการเรียนการสอนตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จำนวน 8 แผ่น

เนื่องด้วย นายมนตรี หลินภู ตำแหน่งอาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยาและการแนะแนว ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจากคณะครุศาสตร์ เรื่อง รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู ซึ่งมี ดร.มณฑา หนีไพรพฤษ์ เป็นที่ปรึกษาวิจัย ในกรณีนี้ จึงขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย(ตามที่แนบมา)

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือวิจัยในครั้งนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายมนตรี หลินภู)

พนักงานมหาวิทยาลัย (สายวิชาการ)

สาขาวิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์

ตารางที่ 6.1 ผลการประเมินความสอดคล้องแบบสอบถามทักษะชีวิตของผู้เชี่ยวชาญ

ข้อที่	คำถาม	คะแนนความ คิดเห็น ของผู้เชี่ยวชาญ			ΣX	IOC	สรุป ผล
		1	2	3			
ด้านที่ 1 การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น							
1	ฉันสามารถบอกถึงความสามารถ ความถนัด ความสนใจของตนเองได้(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
2	ฉันรู้สึกชื่นชมและเชื่อมั่นในความสามารถของผู้อื่น(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
3	ฉันยอมรับเหตุผลเมื่อผู้อื่นมีความคิดเห็นและการกระทำที่แตกต่างไปจากฉัน(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
4	ฉันภูมิใจที่ได้ทำประโยชน์ให้กับผู้อื่นและสังคม(+)	+1	+1	+1	3		ใช้ได้
5	ฉันรับรู้ถึงสิทธิของตนเองและการให้ความเคารพต่อผู้อื่น(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
6	ฉันรู้สึกไม่มั่นใจในการแสดงความคิดเห็น เมื่อมีความขัดแย้งกับผู้อื่น(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
7	ฉันมักจะหยุดหึงดูเวลาที่ตนเองทำอะไรแล้วไม่ได้ตั้งใจ(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
8	ฉันรู้สึกไม่พอใจเพื่อนๆ ที่แสดงความคิดเห็นไม่สอดคล้องกับตัวเอง(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
9	ฉันไม่ได้กำหนดเป้าหมายต่อกิจกรรมที่กำลังดำเนินการทำอยู่(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
10	ฉันรู้สึกไม่ค่อยมั่นใจเพื่อนๆ เมื่อมอบหมายให้ทำงานแทน(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
ด้านที่ 2 การวิเคราะห์ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์							
11	ฉันสามารถวิเคราะห์ได้ว่าข้อมูลไหนจริง-เท็จ มีประโยชน์-ไม่มีประโยชน์(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
12	ฉันสามารถวิเคราะห์ความน่าเชื่อถือของข้อมูล ข่าวสารจากแหล่งต่างๆ ได้(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
13	ฉันรู้จักใช้ประโยชน์จากข้อมูลข่าวสารในการตัดสินใจและแก้ปัญหาเมื่อเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้

14	ฉันสามารถวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาและเลือกวิธีแก้ปัญหได้อย่างเหมาะสม(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
15	ฉันแก้ไขปัญหาด้วยวิธีการที่หลากหลาย(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
16	เมื่อเกิดปัญหาเฉพาะหน้า ฉันสับสนในการแก้ไขปัญหานั้น(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
17	ฉันตัดสินใจแก้ไขปัญหาด้วยวิธีการศึกษาข้อมูลเพียงบางส่วน(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
18	ฉันตัดสินใจและแก้ไขปัญหาย่างรวดเร็วโดยไม่รีรอ(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
19	ฉันมักจะปรับเปลี่ยนความคิดไปตามเหตุผลและสถานการณ์(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
20	ฉันไม่สามารถแยกแยะได้ว่าข้อมูลใดเป็นประโยชน์หรือเป็นโทษ(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
ด้านที่ 3 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด							
21	ฉันสามารถควบคุมอารมณ์ได้เมื่อเกิดการโต้เถียงหรือขัดแย้งระหว่างเพื่อน(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
22	ฉันสามารถแสดงอารมณ์ได้เหมาะสมกับบุคคล สถานการณ์และกาลเทศะ(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
23	ฉันคิดว่าไม่มีสิ่งใดจะได้ตามความต้องการของเราเสมอไป(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
24	ฉันแก้ไขปัญหโดยใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
25	แม้จะเจอสถานการณ์เลวร้าย แต่ฉันคิดว่าเดี๋ยวมันก็ผ่านไป(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
26	ฉันรู้สึกลำบากใจเมื่อพบปัญหาที่มันยากเกินไปที่จะแก้ไข(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
27	ฉันมักไม่รู้สึกดวขณะที่เกิดความขัดแย้งกับคนอื่น(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
28	ฉันรู้สึกวิตกกังวลเมื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่ไม่ต้องการ(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
29	ฉันมักเก็บปัญหาหรือความทุกข์ใจของตัวไว้โดยไม่ปรึกษาใครหรือบอกให้ใครรู้(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
30	ฉันรู้สึกเครียดเวลาที่เจอสถานการณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจ(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
ด้านที่ 4 การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น							

31	ฉันพยายามแปลความหมายเวลาที่คนอื่นสื่อสารออกมา(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
32	ฉันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนๆอยู่เสมอ(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
33	ฉันเต็มใจเมื่อได้มีโอกาสช่วยเหลืองานคนอื่น(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
34	ฉันรู้สึกมีความสุขเมื่อได้ร่วมกันทำงานกับคนอื่น(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
35	ฉันปรึกษาเพื่อนทุกครั้งเมื่อทำงานร่วมกัน(+)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
36	ฉันพูดกับเพื่อนๆ โดยไม่ระมัดระวังคำพูดตัวเอง(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
37	ฉันคิดว่าเป็นสิ่งที่ดีในการที่ปล่อยให้เพื่อนเผชิญปัญหาตามลำพัง(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
38	ฉันไม่ค่อยแสดงความคิดเห็นเมื่อทำงานร่วมกับคนอื่น(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
39	ฉันไม่ใส่ใจรับฟังความคิดเห็นของคนอื่นที่ไม่สอดคล้องกับความเห็นของฉัน(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้
40	ฉันไม่คำนึงถึงความรู้สึกของคนอื่นเมื่อเกิดความไม่พอใจ(-)	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้

ตารางที่ 6.2 ค่าอำนาจจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิต

การหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู ซึ่งมีจำนวน 40 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ 0.837 ตัดทิ้งเหลือข้อที่นำไปใช้จำนวน 28 ข้อ ดังแสดงรายละเอียดด้านล่างนี้

ข้อที่	ประเด็นคำถาม	ค่าอำนาจจำแนก(r)	ผล
1	ฉันสามารถบอกถึงความสามารถ ความถนัด ความสนใจของตนเองได้(+)	.300	ใช้ได้
2	เมื่อเกิดปัญหาเฉพาะหน้า ฉันสับสนในการแก้ไขปัญหาที่นั้น(-)	.184	ตัดทิ้ง
3	ฉันสามารถควบคุมอารมณ์ได้เมื่อเกิดการโต้เถียงหรือขัดแย้งระหว่างเพื่อน(+)	-.003	ตัดทิ้ง
4	ฉันพูดกับเพื่อนๆ โดยไม่ระมัดระวังคำพูดตัวเอง(-)	.499	ใช้ได้
5	ฉันพยายามแปลความหมายเวลาที่คนอื่นสื่อสารออกมา(+)	-.160	ตัดทิ้ง
6	ฉันรู้สึกลำบากใจเมื่อพบปัญหาที่มันยากเกินไปที่จะแก้ไข(-)	.414	ใช้ได้
7	ฉันสามารถวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาและเลือกวิธีแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม(+)	.096	ตัดทิ้ง
8	ฉันรู้สึกไม่ค่อยมั่นใจเพื่อนๆ เมื่อมอบหมายให้ทำงานแทน(-)	.323	ใช้ได้
9	ฉันสามารถวิเคราะห์ได้ว่าข้อมูลไหนจริง-เท็จ มีประโยชน์-ไม่มีประโยชน์(+)	.032	ตัดทิ้ง
10	ฉันคิดว่าไม่มีสิ่งใดจะได้ตามความต้องการของเราเสมอไป(+)	.324	ใช้ได้
11	ฉันเต็มใจเมื่อได้มีโอกาสช่วยเหลืองานคนอื่น(+)	.349	ใช้ได้
12	ฉันรู้สึกเครียดเวลาที่เจอสถานการณ์ที่น่าพิงพอใจ(-)	.207	ใช้ได้
13	ฉันไม่สามารถแยกแยะได้ว่าข้อมูลใดเป็นประโยชน์หรือเป็นโทษ(-)	.506	ใช้ได้
14	ฉันรู้สึกไม่พอใจเพื่อนๆ ที่แสดงความคิดเห็นไม่สอดคล้องกับตัวเอง(-)	.652	ใช้ได้
15	ฉันตัดสินใจและแก้ไขปัญหาอย่างรวดเร็วโดยไม่รีรอ(-)	.045	ตัดทิ้ง
16	ฉันแก้ไขปัญหาโดยใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์(+)	.092	ตัดทิ้ง
17	ฉันไม่ค่อยแสดงความคิดเห็นเมื่อทำงานร่วมกับคนอื่น(-)	.557	ใช้ได้
18	ฉันรู้สึกวิตกกังวลเมื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่ไม่ต้องการ(-)	.530	ใช้ได้
19	ฉันตัดสินใจแก้ไขปัญหาด้วยวิธีการศึกษาข้อมูลเพียงบางส่วน(-)	.415	ใช้ได้
20	ฉันรู้สึกไม่มั่นใจในการแสดงความคิดเห็นเมื่อมีความขัดแย้งกับผู้อื่น(-)	.705	ใช้ได้

21	ฉันรู้จักใช้ประโยชน์จากข้อมูลข่าวสารในการตัดสินใจและแก้ปัญหาเมื่อเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ(+)	.175	ตัดทิ้ง
22	ฉันมักเก็บปัญหาหรือความทุกข์ใจของตนไว้โดยไม่ปรึกษาใครหรือบอกให้ใครรู้(-)	.264	ใช้ได้
23	ฉันไม่ใส่ใจรับฟังความคิดเห็นของคนอื่นที่ไม่สอดคล้องกับความเห็นของฉัน(-)	.564	ใช้ได้
24	ฉันสามารถแสดงอารมณ์ได้เหมาะสมกับบุคคลสถานการณ์และกาลเทศะ(+)	.222	ใช้ได้
25	ฉันสามารถวิเคราะห์ความน่าเชื่อถือของข้อมูล ข่าวสารจากแหล่งต่างๆ ได้(+)	.225	ใช้ได้
26	ฉันยอมรับเหตุผลเมื่อผู้อื่นมีความคิดเห็นและการกระทำที่แตกต่างไปจากฉัน(+)	.505	ใช้ได้
27	ฉันมักจะหงุดหงิดเวลาที่ตนเองทำอะไรแล้วไม่ได้ตั้งใจ(-)	.315	ใช้ได้
28	ฉันแก้ไขปัญหาด้วยวิธีการที่หลากหลาย(+)	.091	ตัดทิ้ง
29	ฉันมักไม่รู้ลึกถึงตัวขณะที่เกิดความขัดแย้งกับคนอื่น(-)	.639	ใช้ได้
30	ฉันปรึกษาเพื่อนทุกครั้งเมื่อทำงานร่วมกัน(+)	-.020	ตัดทิ้ง
31	ฉันภูมิใจที่ได้ทำประโยชน์ให้กับผู้อื่นและสังคม(+)	.260	ใช้ได้
32	ฉันมักจะไม่ปรับเปลี่ยนความคิดไปตามเหตุผลและสถานการณ์(-)	.452	ใช้ได้
33	ฉันรับรู้ถึงสิทธิของตนเองและการให้ความเคารพต่อผู้อื่น(+)	.440	ใช้ได้
34	ฉันคิดว่าเป็นสิ่งที่ดีในการที่ปล่อยให้เพื่อนเผชิญปัญหาตามลำพัง(-)	.342	ใช้ได้
35	แม้จะเจอสถานการณ์เลวร้าย แต่ฉันคิดว่าเดี๋ยวมันก็จะผ่านไป(+)	.240	ใช้ได้
36	ฉันรู้สึกชื่นชมและเชื่อมั่นในความสามารถของผู้อื่น(+)	.337	ใช้ได้
37	ฉันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนๆ อยู่เสมอ(+)	.133	ตัดทิ้ง
38	ฉันไม่ได้กำหนดเป้าหมายต่อกิจกรรมที่กำลังดำเนินการทำอยู่(-)	.329	ใช้ได้
39	ฉันรู้สึกมีความสุขเมื่อได้ร่วมกันทำงานกับคนอื่น (+)	-.210	ตัดทิ้ง
40	ฉันไม่คำนึงถึงความรู้สึกของคนอื่นเมื่อเกิดความไม่พอใจ(-)	.404	ใช้ได้

ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ 0.837

ตารางที่ 6.3 แบบแสดงความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญที่มีต่อแผนการเรียนการสอน

เรื่อง รูปแบบการเรียนการสอนโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาวิชาชีพครู

คำชี้แจง ขอให้ท่านผู้เชี่ยวชาญได้กรุณาแสดงความคิดเห็นของท่านที่มีต่อแบบแผนการเรียนการสอน โดยใส่เครื่องหมาย (✓) ลงในช่องความคิดเห็นของท่านพร้อมเขียนข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการนำไปพิจารณาปรับปรุงต่อไป

รายการขอความคิดเห็น	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			ΣX	IOC	สรุปผล
	1	2	3			
1. ความสอดคล้องเหมาะสมกับการพัฒนาทักษะชีวิต	+1	+1	+1	3	1	เหมาะสม
2. ความสอดคล้องเหมาะสมกับนิยามศัพท์เชิงปฏิบัติการ	+1	+1	+1	3	1	เหมาะสม
3. ความสอดคล้องเหมาะสมกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้	+1	+1	+1	3	1	เหมาะสม
4. ความสอดคล้องเหมาะสมด้านกิจกรรม	+1	+1	+1	3	1	เหมาะสม
5. ความเหมาะสมต่อขั้นตอน/กระบวนการพัฒนาผู้เรียน	+1	+1	+1	3	1	เหมาะสม
6. ความเหมาะสมของการใช้สื่อในการทำกิจกรรม	+1	+1	+1	3	1	เหมาะสม
7. ความเหมาะสมของการประเมินผล	+1	+1	+1	3	1	เหมาะสม
8. ความสอดคล้องเหมาะสมกับวัยวุฒิของนักศึกษา	+1	+1	+1	3	1	เหมาะสม
9. ความเหมาะสมกับความสนใจของนักเรียน	+1	+1	+1	3	1	เหมาะสม
10. ความเหมาะสมของรูปแบบการเรียนการสอน	+1	+1	+1	3	1	เหมาะสม

แผนการเรียนรู้การสอนครั้งที่ 1 ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เรื่อง ชีวิตที่เกิดมาแล้วมีคุณค่าและความหมายในตัวเอง

สาระสำคัญ

ทุกสรรพชีวิตไม่ว่าจะเป็นตัวเราเองหรือบุคคลอื่นหรือแม้แต่สัตว์และสิ่งของทุกอย่างไม่มีสิ่งไหนที่ไร้คุณค่า หมายความว่า ทุกอย่างมีมุมมองหรือมุมที่ต่างกันไป อยู่ที่เราจะมองเห็นคุณค่าและใช้ประโยชน์ของสิ่งนั้นอย่างไรเช่นเดียวกับการมีชีวิตที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ถือว่าเป็นสิ่งที่ประเสริฐที่สุดเพราะมีสติปัญญาการคิดอ่าน สามารถที่จะลงมือทำสิ่งที่ตั้งใจได้ การจะมีสติปัญญาและความสามารถจะต้องยอมรับและตระหนักถึงสิ่งที่ตัวเองเป็น สิ่งที่คุณค่าหรือส่วนที่บกพร่องของตนเอง และจะต้องสามารถบอกตัวเองถูกต้องตามความเป็นจริง ขณะเดียวกันการจะพัฒนาชีวิตตนเองให้มีคุณค่าและความหมายได้ จะต้องสรรหาจากสิ่งรอบตัว ได้แก่ บุคคลอื่นที่เป็นแบบอย่าง (Modelling) ในทางที่ตั้งใจ หมายความว่า มองหาและมองเห็นด้านดีของบุคคลอื่นที่จะนำมาเป็นแบบอย่างให้กับตนเองเพื่อมาเติมเต็มสิ่งที่ตัวเองบกพร่องให้ดี พร้อมทั้งขยายขอบเขตของการทำความดีหรือประโยชน์ให้เกิดขึ้นกับตนเองและสังคม ซึ่งจะเป็นการทำชีวิตของตนเองให้มีคุณค่าและดำเนินชีวิตให้สมกับการได้เกิดมาเป็นมนุษย์ที่มีคุณค่าและเป็นชีวิตที่มีความหมายขณะเดียวกันก็เป็นแบบอย่างและร่วมกันรับผิดชอบสังคมอย่างมีสามัญสำนึกร่วมกัน

กรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เงื่อนไขความรู้ - ชีวิตที่เกิดมาไม่ว่าจะเป็นตัวเองและผู้อื่น ย่อมมีความหมายและมีคุณค่าในการเกิดมาและการดำรงอยู่

ความพอประมาณ - การรู้จักใช้ชีวิตให้คุ้มค่าและการประกอบหน้าที่ที่มีต่อตนเองและผู้อื่นให้พอเหมาะพอดีต่อความรู้ความสามารถของตนเอง

การมีเหตุผล - การบอกจุดดีและจุดด้อย เห็นความบกพร่องและความถนัดของตนเอง จะทำให้แก้ไขและพัฒนาได้ตรงจุด และการมองเห็นข้อดีของคนอื่นจะทำให้อยู่ร่วมกับคนอื่นได้อย่างเป็นสุขและสามารถนำข้อดีของผู้อื่นมาใช้ในการพัฒนาตนเอง

การสร้างภูมิคุ้มกัน - ฝึกมองให้เห็นข้อดี ข้อเสีย ความถนัดของตนเอง และฝึกมองให้เห็นด้านดีของผู้อื่นเพื่อจรรโลงจิตใจของตนเอง ด้านเสียของคนอื่นเพื่อยอมรับความเป็นธรรมดาของมนุษย์ มองเห็นวิกฤตเป็นโอกาส มองเห็นความทุกข์เป็นบททดสอบ

เงื่อนไขคุณธรรม – การอยู่ร่วมกันด้วยความรัก ความเมตตา การรู้จักยอมรับซึ่งกันและกัน การรู้จักชื่นชมผู้อื่น

วัตถุประสงค์

1. สร้างความคุ้นเคยและเปิดใจระหว่างผู้เรียนด้วยกันและผู้นำกลุ่ม
2. ผู้เรียนสามารถบอกถึงจุดดี จุดด้อย ความถนัด ความสามารถของตนเองได้
3. ผู้เรียนสามารถบอกถึงด้านดีของคนอื่นๆ ได้
4. ผู้เรียนสามารถอธิบายถึงเป้าหมายในชีวิตของตนเองได้
5. ให้ผู้เรียนสามารถบอกถึงสิ่งที่ตนเป็นประโยชน์ต่อสังคมที่ตนเองสามารถกระทำได้

ระยะเวลาดำเนินการ

1:30 ชั่วโมง

อุปกรณ์ที่ใช้

1. ดนตรีบรรเลง
2. กระจกแห่งสติ
3. กระดาษและปากกา

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ผู้เรียนนั่งขัดสมาธิหรือนั่งพับเพียบล้อมเป็นวงกลมให้มีระยะห่างระหว่างหัวเข่าพอประมาณ
2. ผู้เรียนยกมือไหว้ซึ่งกันและกันพร้อมกับแนะนำตัวเอง
3. ผู้นำกลุ่มชี้แจงถึงกิจกรรมที่จะทำร่วมกันในวันนี้

ขั้นดำเนินการ

1. ให้ผู้เรียนจับมือกันเบาๆ โดยคนหนึ่งหงายมือขึ้น ขณะที่อีกคนหนึ่งเอามือคว่ำและวางไว้บนมือที่หงายของเพื่อนแล้วหลับตาเบา
2. ผู้นำกลุ่มสะท้อนการสัมผัสมือด้วยพูดและอธิบายประกอบขณะมือสัมผัสกัน
3. ผู้นำกลุ่มตั้งคำถาม “การสัมผัสมือเพื่อน ให้ความหมายอะไร”

4. ผู้นำกลุ่มชักชวนผู้เรียนให้นิยามของประโยค “ชีวิตเราและคนอื่นมีคุณค่าและมีความหมายอย่างไรในการเกิดมา” และกระตุ้นให้ผู้เรียนเห็นถึงสิ่งที่บกพร่อง สิ่งที่มีคุณค่าในตนเองและผู้อื่นพร้อมกับชวนให้ตระหนักในคุณค่าถึงสิ่งรอบข้างที่ส่วนสัมพันธ์กับตนเอง
5. ผู้นำกลุ่มชวนให้เกิดมุมมองในการดำเนินชีวิตที่มีคุณค่าและการอยู่อย่างมีความรับผิดชอบต่อชีวิตตนเองและสังคม ด้วยหลักการมีความรู้ การรู้จักใช้ชีวิต การมีเหตุผลในการกระทำ การรู้จักระมัดระวังในการดำเนินชีวิต การมีคุณธรรมเป็นหลักการดำเนินชีวิตแล้วร่วมกันอภิปรายกลุ่ม

ขั้นสรุปกิจกรรม

1. ผู้เรียนร่วมกันสะท้อนสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มและการทำกิจกรรม
2. ผู้นำกลุ่มสะท้อนมุมมองของชีวิตและหลักการดำเนินชีวิตกับสถานการณ์ปัจจุบัน

การประเมินผล

1. การสังเกตการมีส่วนร่วมกับผู้อื่นและการแสดงออกถึงการใช้ภาษากายและภาษาพูด
2. การมีส่วนร่วมในกิจกรรมและการแสดงความคิดเห็น อภิปรายกลุ่ม

แผนการเรียนรู้การสอนที่ 2 ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เรื่อง ความคิดเป็นธรรมชาติแต่การรู้จักคิดเป็นศักยภาพ

สาระสำคัญ

ความคิดเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของความเป็นมนุษย์มนุษย์ ชีวิตจะเป็นอย่างไร เจริญหรือเสื่อม ย่อมขึ้นอยู่กับความคิด ถ้าหากบุคคลมีความคิดที่ถูกต้องดีงามย่อมจะนำไปสู่การแสดงออกที่ดีงามตามไปด้วย แสดงให้เห็นว่าบุคคลจะเป็นเช่นไรวิถีคิดจะเป็นตัวกำหนด โดยธรรมชาติแล้วมนุษย์มีการคิดอยู่ 2 รูปแบบ ได้แก่ การคิดอย่างมีเป้าหมายและการคิดอย่างไร้เป้าหมาย การคิดอย่างมีเป้าหมายประกอบด้วย การคิดวิเคราะห์ การคิดตัดสินใจ การคิดสร้างสรรค์ การคิดแบบนิรนัย-อุปนัย ขณะที่การคิดแบบไร้เป้าหมายเป็นการคิดที่เพ้อฝันจินตนาการ ไม่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของหลักการและเหตุผลข้อเท็จจริง

ในยุคนับปัจจุบันถือว่าการคิดเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างมากเนื่องด้วยเป็นยุคที่เต็มไปด้วยข้อมูลข่าวสารทั้งที่เป็นประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์ ทั้งที่เป็นข้อมูลจริงและข้อมูลเท็จ การเสพข้อมูลข่าวสารเหล่านั้นถ้าปราศจากซึ่งการคิดอย่างมีเป้าหมายแล้วอาจจะนำไปสู่การเชื่อและตัดสินใจแบบผิดๆ ถ้าหากรู้จักแยกแยะ วิเคราะห์ข้อมูลเหล่านั้นอย่างละเอียดถี่ถ้วนตามหลักการและเหตุผล รู้จักแหล่งที่มา ข้อมูลข่าวสารที่ได้รับมา ย่อมจะเกิดประโยชน์แก่ผู้เสพ แต่การที่จะเป็นบุคคลที่มีทักษะด้านการคิดจำเป็นอย่างไรที่จะต้องได้รับการฝึกฝนและเรียนรู้ ซึ่งการฝึกฝนนี้เป็นสิ่งที่มนุษย์สามารถทำให้เกิดขึ้นได้ด้วยการพัฒนาศักยภาพที่มีอยู่ในตนเองให้รู้จักการเป็นผู้คิดอย่างพิเคราะห์ มีวิจารณญาณ ประกอบด้วยหลักการและเหตุผลย่อมจะเป็นผู้มีทักษะด้านการคิดที่เหมาะสม

กรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เงื่อนไขความรู้ - การคิดเป็นองค์ประกอบหนึ่งของความเป็นมนุษย์ ชีวิตจะเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับวิถีคิด การคิดดีมีวิจารณญาณหรือคิดอย่างมีเป้าหมายย่อมนำไปสู่การเลือกสรรข้อมูลที่ถูกต้องและเหมาะสม

ความพอประมาณ - การรู้จักใช้ความคิดของตนเองอย่างถูกต้องและเหมาะสม ไม่จมปลักหรือหมกมุ่นกับความคิดที่ไม่เกิดประโยชน์ย่อมจะเกิดผลดีต่ออารมณ์ความรู้สึกและสภาพร่างกายของตนเอง และนอกจากนี้ยังส่งต่อความคิดที่เป็นประโยชน์ออกสู่สังคม

การมีเหตุผล – การแยกแยะข้อมูลต่างๆ ด้วยการวิเคราะห์อย่างมีหลักการและเหตุผล การรู้จักกับข้อมูลข่าวสารด้วยความมีวิจารณญาณ จะทำให้เกิดการพัฒนาในระบบการคิดให้เป็นผู้รู้จักคิดวิเคราะห์ แยกแยะต่อข้อมูลเหล่านั้นนำไปสู่การตัดสินใจหรือการสร้างสรรค์สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

การสร้างภูมิคุ้มกัน – ฝึกแยกแยะข้อมูลที่เป็นประโยชน์และไม่ใช้ประโยชน์จะนำไปสู่การตัดสินใจที่ถูกต้อง จะสร้างระบบการคิดที่เป็นไปในทางที่มีวิจารณญาณ สร้างสรรค์

เงื่อนไขคุณธรรม – การรู้จักคิดในทางที่เป็นประโยชน์ ถูกต้องดีงามจะช่วยให้บุคคลมองเห็นแต่สิ่งที่ดีงามและอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยความเข้าใจและไม่ตกเป็นทาสของข้อมูลเหล่านั้น

วัตถุประสงค์

1. ผู้เรียนสามารถบอกได้ว่าข้อมูลใดเป็นจริงข้อมูลใดเป็นเท็จ
2. ผู้เรียนสามารถแยกแยะรายละเอียด บอกถึงแหล่งที่มาของข้อมูลแต่ละชนิดได้
3. ผู้เรียนบอกเหตุผลประกอบการวิเคราะห์องค์ประกอบต่างๆ ของข้อมูล
4. ผู้เรียนบอกวิธีในการตัดสินใจเลือกข้อมูลและให้เหตุผลในการเลือกตัดสินใจ
5. ผู้เรียนอธิบายเปรียบเทียบองค์ประกอบด้านการคิดอย่างมีหลักการและการคิดแบบจินตนาการ

ระยะเวลาดำเนินการ

1:30 ชั่วโมง

อุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษ A4
2. ดินสอสี

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ผู้สอนอธิบายกิจกรรมและชี้แจงกฎกติกาเรื่อง “รูปภาพที่แสดงตัวตนของตนเอง”
2. แจกกระดาษขนาด A4 และให้ผู้เรียนลงมือวาดรูปที่แสดงถึงตัวตนของตนเองหรือสิ่งที่ตนเองอยากจะเป็น

ขั้นดำเนินการ

1. ให้ผู้เรียนนั่งล้อมวงเป็นวงกลม เข้าชิดกันพอประมาณ

2. หยิบกระดาษวาดภาพตัวตนของตนเองแล้วเคลื่อนภาพวาดไปตามวงกลมด้านขวา
 3. ให้อุบัติการณ์เคลื่อนภาพแล้วสอบถามผู้เรียนถึงภาพที่กำลังถือว่าเป็นของใคร เพราะเหตุไรจึงคิดว่าเห็นคนนั้น ให้ผู้เรียนวิเคราะห์ แยกแยะ อภิปรายข้อมูลเหล่านั้นถึงแหล่งที่มา ประเมินด้วยหลักการและเหตุผลที่สามารถเชื่อถือได้
 4. สอบถามระหว่างผู้รู้และไม่รู้เกี่ยวกับภาพวาดนั้นว่าเป็นของใคร มีการให้ผู้เรียนได้คาดเดาโดยใช้หลักการและเหตุผล มีการแลกเปลี่ยนระหว่างเจ้าของภาพตัวจริงกับคนที่จับภาพได้
- ขั้นสรุปกิจกรรม
1. ผู้สอนกระตุ้นให้ผู้เรียนได้สะท้อนบทเรียนที่ได้ทำร่วมกันและมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกลุ่ม
 2. ผู้สอนและผู้เรียนร่วมกันสรุปวิธีการคิดที่มีหลักการและการคิดอย่างมีจินตนาการแบบรวบยอด

การประเมินผล

1. สังเกตจากการมีส่วนร่วมขณะทำกิจกรรม การแสดงถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นด้วยภาษา กายและคำพูด
2. สังเกตจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การแสดงความคิดเห็นอภิปรายกลุ่ม การให้ความร่วมมือในการทำงานกลุ่ม

แผนการเรียนรู้การสอนที่ 3 ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เรื่อง อารมณ์เป็นของสรรพชีวิตแต่การรู้จักอารมณ์เป็นคุณสมบัติของบัณฑิต

สาระสำคัญ

อารมณ์เป็นองค์ประกอบหนึ่งของมนุษย์ เป็นความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไปจากปกติ เช่น ดีใจ เสียใจ พอใจ ไม่พอใจ เป็นต้น ถ้ามนุษย์ปราศจากอารมณ์แล้วก็ไม่ทำอะไรแตกต่างไปจากหุ่นยนต์กลไก อารมณ์จึงช่วยให้มนุษย์มีชีวิตที่ไม่เจ็ดขีด ตามหลักจิตวิทยาถือว่าอารมณ์เป็นส่วนหนึ่งที่จะต้องได้รับการพัฒนา เป็นส่วนของจิตพิสัย ลักษณะด้านนี้จะต้องได้รับการฝึกฝนให้เป็นผู้ที่มีอารมณ์เบิกบานแจ่มใส มีความรู้สึกรักเมตตา ปรารถนาดีต่อผู้อื่น ขณะเดียวกันถ้าหากอารมณ์ไม่ได้รับการฝึกฝนในด้านบวกจะกลายเป็นอารมณ์ด้านลบ เช่น โกรธ ชุนมัว ไม่พอใจ หดหู่ เป็นต้น

การจะปรับเปลี่ยนอารมณ์หรือรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองของคนอื่นได้นั้น บุคคลจะต้องรู้จักอารมณ์ก่อน ตระหนักรู้ในอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ด้านลบ ได้แก่ ความเครียด ความโกรธ ความโศกเศร้า หดหู่ เป็นต้น หรืออารมณ์ด้านบวก เช่น ดีใจ พอใจ ยินดี เป็นต้น ถ้าบุคคลตระหนักรู้ในอารมณ์ทั้งสองด้านดังกล่าวจะช่วยให้เป็นผู้มีความฉลาดในอารมณ์ เมื่อเกิดปัญหากับตนเอง ไม่ว่าจะเจอสิ่งที่ถูกใจก็จะไม่ดีใจจนเกินไปหรือถ้าหากเจอสิ่งที่ทุกซี้ใจก็จะไม่ทุกซี้ร้อนจนเกินไป นอกจากนี้ยังสามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นได้อย่างรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและเข้าใจเมื่อบุคคลอื่นแสดงอารมณ์ออกมา

กรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เงื่อนไขความรู้ - อารมณ์ความรู้สึกเป็นส่วนของจิตพิสัยซึ่งจะทำให้มนุษย์แตกต่างจากเครื่องจักรมีชีวิตที่ไม่เจ็ดขีด แต่อารมณ์ก็มีทั้งส่วนที่เป็นบวก เช่น ดีใจ เบิกบาน เป็นต้น และเป็นลบ เช่น เสียใจ โศกเศร้า เป็นต้น อารมณ์จึงต้องได้รับการฝึกฝนด้วยการตระหนักรู้หรือการรู้เท่าทันอารมณ์

ความพอประมาณ - การรู้จักแสดงอารมณ์ที่เป็นบวกย่อมเกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อตนเองและคนรอบข้าง และเมื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่ไม่ถูกใจ ย่อมรู้จักที่จะปรับเปลี่ยนอารมณ์หรือปรับระดับของอารมณ์ให้อยู่ในความเหมาะสม

การมีเหตุผล - การตระหนักรู้ในอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นไม่ว่าจะเป็นด้านลบหรือบวกจะช่วยให้บุคคลมีความฉลาดในการจัดการกับอารมณ์ของตนเองและการรู้จักแสดงอารมณ์ต่อคนอื่น สัมพันธภาพที่ดีย่อมตามมา

การสร้างภูมิคุ้มกัน – การฝึกตระหนักรู้หรือฝึกการรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองจะทำให้เป็นผู้ที่มีจิตใจเข้มแข็ง ไม่ตกเป็นทาสของอารมณ์ได้ง่าย เมื่อเจอสิ่งที่ไม่ถูกใจย่อมจะไม่ดีใจจนเกินไป ขณะเดียวกัน เมื่อเจอสิ่งที่ไม่ถูกใจย่อมจะไม่ทุกขหรือจนเกินไปเช่นกัน การฝึกตระหนักรู้ในอารมณ์ของผู้อื่นย่อมทำให้เข้าใจบุคคลอื่นและอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุขได้

เงื่อนไขคุณธรรม – การแสดงออกของอารมณ์ด้านบวกต่อตนเองและผู้อื่น เช่น ความรู้สึกเมตตา ปรารถนาดี ความเบิกบานแจ่มใส เป็นต้นจะนำไปสู่การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างปกติสุขและนำไปสู่สภาพจิตใจที่ดีงาม

วัตถุประสงค์

1. ผู้เรียนตระหนักรู้และรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น
2. ผู้เรียนสามารถบอกถึงอารมณ์ของตนเองได้ว่า ดีใจ เสียใจ พอใจ ไม่พอใจ อึดอัดใจ เครียด ผ่อนคลาย สบาย
3. ผู้เรียนสามารถบอกสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด อารมณ์ต่างๆ ได้
4. ผู้เรียนสามารถบอกถึงเทคนิควิธีการในการจัดการกับอารมณ์และความเครียดของตนเองได้
5. ผู้เรียนบอกวิธีการจูงใจตนเองได้เมื่อเกิดอารมณ์เครียดหรืออารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์

ระยะเวลาดำเนินการ

1:30 ชั่วโมง

อุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษ A4 -ดึนสอดสี
2. แท็บเล็ต
- 3.

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ผู้เรียนนั่งล้อมวง แล้วนั่งหันหลังให้กับกลุ่ม เอนกายลงกับพื้นเบาๆ
2. ผู้เรียนหลับตาเบาๆ พร้อมกับเปิดดนตรีบรรเลงประกอบและมีการบรรยายประกอบ
3. กระตุ้นให้ผู้เรียนตระหนักรู้กายแล้วค่อยๆ ให้รู้เท่าทันอารมณ์ที่เคยเป็นมาและอารมณ์ปัจจุบันที่เกิดขึ้น ค่อยๆ เหนื่อยนำความคิดความรู้สึกมาสู่อารมณ์ในปัจจุบันที่กำลังเกิดขึ้น เช่น ความอึดอัด ความคับข้อง เป็นต้น และรู้เท่าทันอาการทางร่างกาย เป็นเวลา 10 นาที

4. สะท้อนการเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมด้านความคิด อารมณ์ ร่างกาย ทบพวน
สภาพแวดล้อมที่ปรากฏขึ้นในรอบข้าง

ขั้นตอนการ

1. ให้ความรู้เกี่ยวกับการแสดงอารมณ์ด้านบวกและลบ อธิบายประกอบถึงข้อดี-ข้อเสียในการแสดงอารมณ์เหล่านั้นทั้งต่อตนเองและผู้อื่น
2. ผู้เรียนแบ่งกลุ่มๆ ละ 6 กลุ่มแสดงบทบาทสมมุติโดยให้แต่ละกลุ่มกำหนดเลือกอารมณ์มาหนึ่งอย่างแล้วให้ผู้เรียนคนอื่นๆ สะท้อนมุมมองที่มีต่ออารมณ์เหล่านั้น
3. กระตุ้นให้ผู้เรียนได้เชื่อมโยงแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านคุณธรรม การมีภูมิคุ้มกันพร้อมมีการฝึกทักษะการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม
4. ผู้เรียนสรุปแนวคิดรวบยอดและแลกเปลี่ยนมุมมองระหว่างผู้เรียน สถานการณ์ที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ในลักษณะต่างๆ

ขั้นสรุปกิจกรรม

1. ผู้เรียนสะท้อนอารมณ์ในปัจจุบันที่เกิดขึ้นหลังจากได้ร่วมกันทำกิจกรรมมาและกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดการรู้เท่าทันอารมณ์ต่างๆ
2. ผู้สอนและผู้เรียนสรุปสาระสำคัญที่ได้ทำกิจกรรมร่วมกันในครั้งนี้และการจะนำไปประยุกต์ใช้เมื่อเผชิญกับอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์

การประเมินผล

1. สังเกตจากการมีส่วนร่วมขณะทำกิจกรรม การแสดงถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นด้วยภาษา
กายและคำพูด การรายงานตนเองเกี่ยวกับอารมณ์ต่างๆ
2. สังเกตจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การแสดงความคิดเห็น การให้ความร่วมมือในการทำงาน
กลุ่มและการแสดงบทบาทสมมุติ

แผนการจัดการเรียนการสอนที่ 4 ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เรื่อง มิตรภาพคือความงดงามของสังคมในการอยู่ร่วมกัน

สาระสำคัญ

มนุษย์เป็นสัตว์สังคมประเภทหนึ่งที่จะต้องอยู่ร่วมกันตามหลักสังคมวิทยา มีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันตั้งแต่ระดับเล็กสุดได้แก่ ครอบครัว เป็นต้น บุตร-ธิดาจะต้องพึ่งพาอาศัยบิดามารดาเมื่อตอนที่ยังเด็ก ขณะเดียวกันเมื่อบิดามารดาเข้าสู่วัยผู้ใหญ่หรือวัยชราจะต้องพึ่งพาอาศัยบุตรหลาน นอกจากนี้ ในการอยู่ร่วมกันในสังคมที่กว้างออกไปอีก เช่น สังคมหมู่บ้าน สังคมประเทศชาติ สังคมโลก เป็นต้น จะต้องมีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันเช่นเดียวกัน มีการแลกเปลี่ยนทั้งในระดับวัตถุ-สิ่งของไปจนถึงระดับสติปัญญา เพื่อก่อเกิดความเจริญทั้งด้านกายภาพและด้านจิตภาพ ความเจริญนี้ได้แก่ มิตรภาพ มิตรภาพเป็นความผูกพันที่ทำให้สังคมมนุษย์มีการแสดงออกซึ่งพฤติกรรมที่เต็มไปด้วยความรัก ความเมตตา ความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน มีการช่วยเหลือ แบ่งปัน มีน้ำใจต่อกัน สิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงมิตรภาพระหว่างความเป็นมนุษย์ด้วยกันที่อยู่ภายใต้สังคม ยิ่งสังคมใด มีมิตรภาพแน่นแฟ้น ก็จะมีบ่งบอกได้ถึงความสำเร็จ โดยเฉพาะด้านจิตภาพ วิธีการที่จะส่งเสริมมิตรภาพให้เกิดขึ้นและมีความยั่งยืนจะต้องมีการสื่อสารทั้งภาษาพูดและภาษาท่าทางให้เหมาะสม ถูกกาลเทศะ รู้จักตนเองทั้งพฤติกรรมภายในและภายนอก มีความเข้าใจบุคคลอื่น ๆ ที่จะติดต่อสื่อสารจนนำไปสู่การมีมิตรภาพระหว่างกันและย่อมจะทำให้เกิดความรักความสามัคคีในการร่วมสร้างสรรค์สังคมให้มีความเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป

กรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เงื่อนไขความรู้ - มนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่จะต้องมีการสื่อสารไม่ว่าจะเป็นภาษาพูดและภาษาท่าทาง การแสดงออกที่เหมาะสมเป็นการสร้างมิตรภาพให้เกิดขึ้นภายในสังคม ทำให้เกิดความรัก ความสามัคคี เกิดการช่วยเหลือแบ่งปัน นำไปสู่สังคมที่พึ่งพาอาศัยกัน ถ้อยทีถ้อยอาศัย

ความพอประมาณ - การรู้จักแสดงออกอย่างเหมาะสมทั้งวัจนภาษา(ภาษาพูด)และอวัจนภาษา(ภาษาท่าทาง) จะช่วยให้บุคคลรักษาความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันระหว่างเพื่อนร่วมกลุ่มหรือระหว่างบุคคลในสังคม

การมีเหตุผล - การมีมิตรภาพระหว่างกันจะเป็นสร้างกลุ่มที่มีความรักความสามัคคีซึ่งจะนำไปสู่การมีพลังในการสร้างสรรค์ความเจริญให้เกิดขึ้นกับสังคม

การสร้างภูมิคุ้มกัน – การฝึกการสื่อสารด้วยภาษาพูดและภาษาท่าทางจะเป็นการสร้างทักษะที่เหมาะสมที่จะแสดงออกต่อบุคคลอื่น และเป็นการป้องกันเพื่อไม่ให้บุคคลอื่นเข้าใจผิดในสิ่งที่สื่อสารออกไป ย่อมจะไม่สร้างความเดือดร้อนให้เกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่น

เงื่อนไขคุณธรรม – การสื่อสารกันด้วยความเข้าใจที่ถูกต้อง การแสดงกิริยามารยาทในทางที่เหมาะสมที่ประกอบไปด้วยความรัก ความเมตตาต่อกันย่อมแสดงให้เห็นถึงการมีสัมมาคารวะ มีความเคารพซึ่งกันและกัน

วัตถุประสงค์

1. ผู้เรียนสามารถบอกได้ถึงอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นได้
2. ผู้เรียนสามารถสื่อสารด้วยภาษากายที่สอดคล้องกับความคิดและความรู้สึกของตนเองได้
3. ผู้เรียนสื่อสารด้วยวัจนภาษาและอวัจนภาษาในทิศทางที่เป็นบวก
4. ผู้เรียนแลกเปลี่ยนและให้ความข้อคิดเห็นขณะทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม
5. ผู้เรียนสามารถอธิบายความคิดเห็นและความต้องการของผู้อื่นที่สื่อสารออกมาได้

ระยะเวลาดำเนินการ

1:30 ชั่วโมง

อุปกรณ์ที่ใช้

- เหรียญ 5 หรือ 10 บาท จำนวน 4

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ผู้เรียนนั่งจับคู่กัน 1 ต่อ 1 จากนั้นกำหนดเป็น A กับ B แทนตัวผู้เรียนและทักทายกันด้วยการกล่าวคำว่า “สวัสดีครับ สวัสดีค่ะ” พร้อมกับแนะนำตัวเองสั้น ๆ
2. ผู้เรียนเล่าเรื่องประทับใจมา 1 เรื่อง โดยสลับกันเล่า ฝ่ายหนึ่งเป็นผู้เล่า อีกฝ่ายเป็นผู้ฟัง
3. ผู้สอนสะท้อนการเรียนรู้เกี่ยวกับกิจกรรม เช่น รู้สึกอย่างไรที่ตนเองเป็นผู้เล่า แล้วอีกฝ่ายรู้สึกอย่างไรเมื่อเป็นผู้ฟัง โดยกระตุ้นให้ผู้เรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน

ขั้นดำเนินการ

1. ชี้แจงกฎกติกาของการทำกิจกรรม “เหรียญสารพัดนึก”

2. แบ่งผู้เรียนออกเป็นกลุ่มๆ ละ 5 คน แล้วนั่งล้อมวง หัวเข้าชิดกันพอประมาณ
3. วางเหรียญไว้ตรงกลางกลุ่ม ให้คนที่พร้อมจะบอกเล่าเรื่องของตนเอง หยิบเหรียญขึ้นมาทำได้ ในมือ โดยหากต้องการเล่าเรื่องราวในอดีตให้หงายเหรียญด้านก้อยขึ้นแล้วทำได้ หากต้องการเล่าเรื่องราวในอนาคตให้หงายด้านหัวขึ้นแล้วทำได้แล้วค่อยๆ เล่า
4. เมื่อเล่าครบทุกคน มีการสะท้อนการเรียนรู้โดยให้แต่ละคนเล่าเหตุการณ์นั้นพอสังเขป แล้วสะท้อนถึงแรงจูงใจที่เล่าเรื่องนั้น คนอื่นๆ ที่ฟังสะท้อนถึงมุมมองที่ได้จากเพื่อนสมาชิกกลุ่ม ขั้นสรุปกิจกรรม
 1. ให้ผู้เรียนได้อธิบายถึงหลักการ วิธีการที่จะนำไปสู่การประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จริง
 2. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้สรุปความคิดรวบยอดและสาระการเรียนรู้ในครั้งนี้ และสิ่งที่ตนเองได้รับจากการทำกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการมีส่วนร่วมขณะทำกิจกรรม การแสดงถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นด้วยภาษา กายและคำพูด
2. สังเกตจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การแสดงความคิดเห็นอภิปรายกลุ่ม การให้ความร่วมมือในการทำงานกลุ่ม

แผนการจัดการเรียนการสอนที่ 5 ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เรื่อง การยอมรับในความเหมือนและความต่างจะสร้างความเข้าใจระหว่างกัน

สาระสำคัญ

ธรรมชาติของมนุษย์มีความคล้ายคลึงกัน เช่น รักสุขเกลียดทุกข์ ชอบความสะดวกสบาย ไม่อยากเจอปัญหาอุปสรรค เป็นต้น มีความแตกต่างกัน เช่น อารมณ์ความรู้สึก สติปัญญา ความสามารถ เป็นต้น และมีลักษณะที่ซับซ้อน เช่น เมื่อโกรธก็พยายามเก็บความรู้สึกไว้ไม่แสดงออก เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เป็นธรรมชาติและธรรมชาติของมนุษย์ การทำความเข้าใจทั้งตนเองและผู้อื่นจะช่วยให้เกิดจิตใจที่ขยายหรือมีมิติที่กว้างขึ้น เมื่อใจกว้างก็ย่อมจะนำไปสู่การยอมรับลักษณะดังกล่าว ไม่เอาความคิด ความรู้สึกของตนเองไปตัดสินความคิดความรู้สึกของบุคคลอื่น ไม่เอาความสามารถที่ตนเองมีไปเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น เพราะการตัดสินและการเปรียบเทียบอาจจะทำให้เข้าใจผิดจากลักษณะที่บุคคลเป็นอยู่ที่แต่ละคนจะได้รับการหล่อหลอมมาจากประสบการณ์ที่ต่างกัน เช่น การอบรมเลี้ยงดู สังคมวัฒนธรรม วิถีชีวิต เป็นต้น

การตระหนักรู้ในความเหมือนและความต่างทั้งพฤติกรรม อารมณ์ความรู้สึก เจตคติ ความคิด จะทำให้เข้าใจกันและกันมากยิ่งขึ้นซึ่งจะนำไปสู่การยอมรับบุคลิกแต่ละคนและพยายามปรับตัวเข้าหากันเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างปกติสุข

กรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เงื่อนไขความรู้ - มนุษย์มีประสบการณ์ที่แตกต่างกันอันเนื่องมาจากการได้รับการหล่อหลอมที่ต่างกัน เช่น การอบรมเลี้ยงดู วัฒนธรรมประเพณี สังคม เป็นต้น การยอมรับความเหมือน ความแตกต่างและความซับซ้อนของมนุษย์จะช่วยให้เปิดใจกว้างและอยู่กันด้วยความเข้าใจ

ความพอประมาณ - การรู้จักปรับตัวให้พอเหมาะพอดีในการอยู่ร่วมกับคนอื่นและสังคมจะช่วยให้เกิดความสุขทั้งสองฝ่าย ได้แก่ ตนเองและผู้อื่น ไม่ยึดตัวเองเป็นศูนย์กลางหรือไม่สูญเสียความเป็นตัวเองจนเกินไปจะทำให้เกิดความสุขที่สมดุลระหว่างตนเองกับผู้อื่น

การมีเหตุผล - การตระหนักรู้ในความเหมือน ความแตกต่างและความซับซ้อนของบุคลิกภาพของแต่ละคนจะช่วยให้เกิดการยอมรับและพร้อมที่จะปรับทัศนคติ ความคิด ความรู้สึกต่างๆ เป็นไปในทิศทางที่เป็นบวกมากยิ่งขึ้น

การสร้างภูมิคุ้มกัน – การฝึกให้เห็นมุมที่เหมือนกัน แตกต่างกันและมุมที่ซับซ้อนของมนุษย์จะช่วยให้จิตใจขยายขอบเขตกว้างยิ่งขึ้น จิตใจจะยอมรับสิ่งที่ผ่านเข้ามาในชีวิตมากยิ่งขึ้นทั้งสิ่งที่พอใจและไม่พอใจ จะช่วยให้เกิดการยอมรับและปรับความคิด ความรู้สึกให้เหมาะสม

เงื่อนไขคุณธรรม – การยอมรับความแตกต่างไม่ว่าจะเป็นลักษณะนิสัย พฤติกรรมหรือแม้แต่เจตคติความเชื่อ จะทำให้เห็นคุณค่าของความหลากหลายของความเป็นมนุษย์ สามารถให้ความรักและเมตตาที่ไม่จำเพาะเจาะจง

วัตถุประสงค์

1. ผู้เรียนบอกถึงความถนัดหรือจุดเด่นของตนเองและผู้อื่น
2. ผู้เรียนบอกถึงคุณค่า ความสามารถที่หลากหลายของของแต่ละคน
3. ผู้เรียนสามารถบอกถึงความเกี่ยวข้องของระหว่างเพื่อนมนุษย์ด้วยกันและการเชื่อมโยงกับสรรพสิ่ง
4. ผู้เรียนสามารถบอกถึงทักษะที่จำเป็นในการแสดงออกต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง

ระยะเวลาดำเนินการ

1:30 ชั่วโมง

อุปกรณ์ที่ใช้

- อุปกรณ์การเรียนของผู้เรียน
- แแท็บเล็ต

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ผู้เรียนนั่งเป็นวงกลม หัวเข้าชิดพอประมาณระหว่างกันและผู้สอนนั่งแทรกระหว่างผู้เรียน
2. ผู้สอนสอบถามผู้เรียนแต่ละคนด้วยคำว่า “อะไรที่เราคิดว่าเราถนัดที่สุดและคิดว่าเป็นความสามารถของตัวเอง” จากนั้นกระตุ้นให้ผู้เรียนแต่ละคนแสดงความคิดเห็น
3. ผู้สอนตั้งประเด็น “จงมองหาความดีของคนอื่นมาอย่างน้อย 5 อย่าง”
4. ผู้เรียนแต่ละคนแสดงความคิดเห็นในหัวข้อ “คนอื่นเขามีดีอะไรบ้าง”

5. ผู้เรียนหลับตาและทบทวนสิ่งที่ตนเองได้ทำเพื่อคนอื่น โดยผู้สอนพูดบรรยายประกอบบทเพลง บรรเลงถึงการอยู่ร่วมกันและทุกอย่างล้วนแต่เชื่อมโยงกัน กระตุ้นให้เกิดความตระหนักถึงคุณค่าเหล่านั้น

ขั้นตอนการ

1. ผู้สอนบอกกฎกติกาในการทำกิจกรรม “ในความต่างมีความเหมือน”
2. ให้ผู้เรียนหยิบสิ่งของที่คิดว่า คนอื่นเขาไม่มีเหมือนกับตนเองและซ่อนไว้โดยไม่ให้คนอื่นรู้ว่าสิ่งนั้นเป็นอะไร
3. ให้ผู้เรียนหาวิธีการอย่างไรก็ให้เพื่อให้ผู้อื่นเปิดเผยสิ่งของที่เขาส่อนไว้ว่าเป็นอะไรและจับกลุ่มเพื่อสร้างความเชื่อมโยงระหว่างสิ่งของของตนเองและผู้อื่น
4. ผู้สอนให้ผู้เรียนอธิบายความเชื่อมโยงระหว่างสิ่งของต่างๆ แล้วเปรียบเทียบกับความสัมพันธ์ของมนุษย์กับมนุษย์ มนุษย์กับสิ่งแวดล้อมรอบตัว
5. ผู้สอนยกแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านการอยู่ร่วมกันเป็นสังคม การพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันและกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดการตระหนักในคุณค่าของพึ่งพาอาศัยกันด้วยหลักความพอเพียง ไม่โลภจนทำให้เกิดการแก่งแย่ง
6. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนเรียนรู้ด้วยการวิเคราะห์ สรุปเป็นความคิดรวบยอดและตัดสินใจในการเลือกเอาประเด็นที่ตนเองสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้

ขั้นสรุปกิจกรรม

1. ผู้สอนกระตุ้นให้ผู้เรียนได้ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมและมุมมองที่ได้จากเพื่อนๆ
2. ผู้สอนให้ผู้เรียนแต่ละคนได้สรุปว่าตนเองได้เรียนรู้อะไร มีความรู้สึกอย่างไร และข้อคิดเห็นจากผู้อื่นช่วยให้เกิดการเรียนรู้อย่างไร

การประเมินผล

1. สังเกตจากการมีส่วนร่วมขณะทำกิจกรรม การแสดงถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นด้วยภาษา กายและคำพูด
2. สังเกตจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การแสดงความคิดเห็น การให้ความร่วมมือในการทำงานกลุ่ม

แผนการจัดการเรียนการสอนที่ 6 ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เรื่อง ปัญหาไม่มา ปัญญายอมไม่เกิด

สาระสำคัญ

การคิดวิเคราะห์ เป็นการแยกแยะองค์ประกอบต่างๆ เพื่อให้รู้ที่มาที่ไป รู้เหตุถึงผล รู้ผลว่ามาจากสาเหตุอะไร กระบวนการคิดเช่นนี้จะทำให้นักคิดมีความรอบคอบและระมัดระวังในการทำสิ่งใดๆ แน่ใจว่าในแต่ละวันชีวิตย่อมพบเจอโจทย์หรือปัญหาที่ผ่านเข้ามาภายใต้การดำเนินชีวิตหรือการทำงาน การรู้จักที่จะแยกแยะข้อมูลต่างๆ ย่อมจะสามารถแก้ไขปัญหานั้นได้ โจทย์หรือปัญหาจึงเป็นเรื่องธรรมดาของชีวิต ถ้ามนุษย์ไม่พบปัญหาย่อมจะไม่มีโจทย์ให้แก้ไขหรือได้ใช้สมองในการคิด เป็นการฝึกฝนหรือลับคมปัญญาเหมือนนักปราชญ์กล่าวไว้ว่า มารบมีบารมีบเกิด การวิเคราะห์วิจารณ์ปัญหาเหล่านั้นด้วยกระบวนการคิดที่ประกอบไปด้วยเหตุผล วิเคราะห์ถึงแหล่งที่มาเพื่อหาต้นตอของปัญหาแล้วเลือกตัดสินใจด้วยการใคร่ครวญอย่างดีแล้ว ย่อมจะนำไปสู่การแก้ไขปัญหาหรือการหาทางออกอย่างชาญฉลาด หรือการแก้ไขปัญหาย่างสร้างสรรค์ อีกทั้งการแก้ไขปัญหาคิดอย่างสร้างสรรค์นี้ยังถือว่าเป็นทักษะการคิดอย่างหนึ่งของมนุษย์ที่จะรังสรรค์สิ่งใหม่ๆ หรือนวัตกรรมเพื่อนำมาสนับสนุนหรืออำนวยความสะดวกต่อการใช้ชีวิต นอกจากนี้ยังเป็นการคิดขั้นสูงตามการเรียนรู้ของบลูม (Bloom's Taxonomy) ทักษะกระบวนการคิดเช่นนี้สามารถฝึกให้มีขึ้นได้ในกระบวนการคิดของมนุษย์โดยการรู้จักที่มองปัญหาหรือโจทย์ต่างๆ ในทางที่เป็นด้านบวกหรือด้านสร้างสรรค์ ไม่จมปลักกับปัญหาหรือวิกฤตเหล่านั้น

กรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เงื่อนไขความรู้ - การแก้ปัญหาย่างสร้างสรรค์ด้วยกระบวนการคิดที่ประกอบไปด้วยเหตุผล การรู้จักแยกแยะข้อมูลและสืบสาวหาเหตุที่มา ไม่เชื่อเพียงเพราะการรับรู้ด้วยประสาทสัมผัส แต่เป็นการรับรู้ที่ผ่านกระบวนการคิดวิเคราะห์และเลือกที่จะตัดสินใจเชื่อเหล่านั้นด้วยสติปัญญาที่ถูกต้อง

ความพอประมาณ - การรู้จักสืบหาข้อมูลที่เป็นประโยชน์และรู้จักคัดกรองข้อมูลเหล่านั้นด้วยการคิดวิเคราะห์อย่างเหมาะสมและสมเหตุสมผลแล้ว ย่อมจะทำให้ข้อมูลเหล่านั้นน่าเชื่อถือและสามารถนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ได้

การมีเหตุผล – ข้อมูลที่มีแพร่หลายย่อมมีทั้งข้อมูลที่เป็นจริงและเท็จ มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์ การแยกแยะข้อมูลและหาแหล่งต้นตอของข้อมูลเหล่านั้นด้วยการรู้จักคิดวิเคราะห์ย่อมจะนำไปสู่การตัดสินใจเลือกข้อมูลเหล่านั้นอย่างสร้างสรรค์

การสร้างภูมิคุ้มกัน – การฝึกการคิดวิเคราะห์ วิพากษ์หรือการแยกแยะข้อมูลเป็นการไม่ด่วนตัดสินใจเชื่อข้อมูลที่รับมาทันที แต่เป็นการสร้างกระบวนการคิดให้รู้จักเลือกรับข้อมูลที่น่าเชื่อถือและถูกต้อง

เงื่อนไขคุณธรรม – ปัญหาเป็นโจทย์ของทุกชีวิต ถ้ามีหลักคิดที่ถูกต้องย่อมจะไม่จมกับปัญหาแต่จะหาทางออกด้วยปัญญาอย่างสร้างสรรค์ การคิดเป็นจะเป็นตัวช่วยในการวิเคราะห์ปัญหาต่างๆ ย่อมจะนำไปสู่การเปิดปัญญา

วัตถุประสงค์

1. ผู้เรียนสามารถแยกแยะองค์ประกอบสาเหตุของปัญหาได้
2. ผู้เรียนอธิบายถึงความน่าเชื่อถือของข้อมูลแต่ละแหล่งได้
3. ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์หาวิธีการในการแก้ไขปัญหาด้วยหลักเหตุผลได้
4. ผู้เรียนบอกเหตุผลในการตัดสินใจเลือกวิธีการในการแก้ไขปัญหาได้

ระยะเวลาดำเนินการ

1:30 ชั่วโมง

อุปกรณ์ที่ใช้

- อุปกรณ์ของผู้เรียน
- แท็บเล็ต

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ผู้เรียนนั่งล้อมวง หัวเข้าชิดกันพอประมาณ
2. แจ้งกฎกติกาในการทำกิจกรรมเรื่อง “ต่อเติมด้วยสิ่งที่มี”
3. ให้ผู้เรียนเงิบ ปราศจากการพูดคุยแล้วเอาอุปกรณ์ของตนเองไปวางกลางวงกลม
4. สะท้อนความคิดในการวางอุปกรณ์แต่ละชิ้นโดยเฉพาะคนแรกกับคนสุดท้าย

ขั้นดำเนินการ

1. อธิบายกฎกติกาในการทำกิจกรรม “สื่อสารแล้วต่อเติม”
 2. ให้ผู้เรียนพูดคุย ปรีกษาหารือ ตกลงกันในการสร้างโครงงานด้วยอุปกรณ์ของตนเองเป็นเวลา 3 นาที
 3. ให้ผู้เรียนนำอุปกรณ์ไปวางโดยไม่มีการพูดคุยกัน
 4. ร่วมกันสะท้อน วิเคราะห์ แยกแยะองค์ประกอบต่างๆ ในการทำกิจกรรม
 5. อธิบายกฎกติกาการทำกิจกรรม “สื่อสารขณะต่อเติม” แล้วให้ผู้เรียนดำเนินการทำกิจกรรม และมีการพูดคุยร่วมด้วย
 6. สะท้อนมุมมอง แง่คิดในการวิเคราะห์ปัญหาอุปสรรค ความสำเร็จที่เกิดขึ้น
- ขั้นสรุปกิจกรรม
1. ผู้เรียนสรุปสาระสำคัญของการรู้จักวิเคราะห์ แยกแยะปัญหา การตัดสินใจโดยให้เชื่อมโยงกับกิจกรรมที่ทำ
 2. สุ่มผู้เรียนสรุปสาระสำคัญของการเรียนรู้ในครั้งนี้

การประเมินผล

1. สังเกตจากการมีส่วนร่วมขณะทำกิจกรรม การแสดงถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นด้วยภาษา กายและคำพูด การนำเสนอผลงาน
2. สังเกตจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การแสดงความคิดเห็น การให้ความร่วมมือในการทำงาน กลุ่ม

แผนการจัดการเรียนการสอนที่ 7 ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เรื่อง ทราบรากเหง้าเพื่อได้เข้าไปสู่การจัดการอารมณ์

สาระสำคัญ

ความเครียด เป็นเหตุการณ์หรือสภาพใดๆที่ก่อให้เกิดความลำบากใจในการตัดสินใจ ความวิตกกังวลหรือความสัมพันธ์กับบุคคลบางคน ความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ที่ไม่แน่นอน หรือเกิดความรู้สึกกลัวอันตรายที่จะเกิดขึ้น ซึ่งส่งผลให้เกิดอารมณ์ในลักษณะต่างๆ ที่ทำให้ไม่พึงพอใจและทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมต่างๆ ด้านลบไปด้วย เมื่อบุคคลแสดงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาออกไปย่อมกระทบกับความสัมพันธระหว่างบุคคล ความเครียดเกิดได้จากปัจจัยดังต่อไปนี้

1. เกิดจากจิตใจ ได้แก่ จากความต้องการต่างๆ และกลัวจะไม่ได้ตามที่คาดหวังไว้ เช่น กลัวสอบไม่ผ่าน กลัวว่าทำงานจะไม่ประสบความสำเร็จ หรือมีปมด้วย เช่น ตนไม่สวย ไม่รวยเท่าคนอื่น ฯลฯ

2. เกิดจากการเปลี่ยนแปลงในชีวิต เช่น การย้ายโรงเรียน ย้ายที่อยู่อาศัย ย้ายงาน พลัดพรากจากคนรัก เป็นต้น

3. เกิดจากความเจ็บไข้ได้ป่วย เช่น มีโรคประจำตัว เจ็บป่วยเรื้อรัง เป็นต้น

ปัจจัยเหล่านี้เป็นเรื่องธรรมดาที่ทุกคนต้องประสบ แต่การที่รู้จักทำใจหรือการรู้เท่าทันอารมณ์ความรู้สึกที่ก่อให้เกิดความเครียดจะเป็นการปรับปรุงแก้ไขได้ตรงจุด เพราะเมื่อเกิดปัญหาขึ้นมาแล้วย่อมจะต้องรู้จักทำใจยอมรับต่อเหตุการณ์หรือสถานการณ์เหล่านั้นให้ได้ เพื่อทำให้สภาพจิตใจกลับมาเป็นปกติ ซึ่งการตระหนักรู้ในต้นตอของการเกิดความรู้สึกอารมณ์และความเครียดจะช่วยให้บุคคลรู้จักหาวิธีการผ่อนคลายและจัดการได้อย่างถูกวิธี การตระหนักรู้ในตนเองด้านความรู้สึกเป็นการรู้เท่าทันความรู้สึกที่เกิดขึ้นในปัจจุบันโดยการสังเกตโดยที่ไม่เอาความคิดเข้าไปปรุงแต่งร่วมด้วยหรืออาจจะใช้วิธีอื่นประกอบ เช่น การฟังดนตรีที่ผ่อนคลาย การฝึกคลายกล้ามเนื้อ เป็นต้น

กรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เงื่อนไขความรู้ - ความเครียดและอารมณ์เป็นสิ่งที่ทุกคนต้องพบเจอในชีวิตประจำวัน เช่น การทำงาน การเจอสถานการณ์ที่ไม่ต้องการ เป็นต้น การรู้จักตระหนักรู้และสังเกตการเกิดของความเครียดและอารมณ์จะช่วยให้เข้าใจต้นเหตุของสิ่งนี้ได้และสามารถหาทางผ่อนคลายได้อย่างถูกวิธีและแก้ปัญหาได้ตรงจุด

ความพอประมาณ – การแสดงออกของอารมณ์และความเครียดอย่างเหมาะสมจะทำให้บุคคลรักษาสัมพันธภาพกับคนอื่นได้และการไม่มุ่งแต่การทำงานเพียงอย่างเดียว รู้จักประมาณในการทำงาน การอยู่ร่วมกับคนอื่นหรือสังคมและรู้จักที่จะอยู่คนเดียวอย่างพอเหมาะย่อมจะส่งผลต่อสุขภาพจิตและกายของบุคคลในทางที่พึงประสงค์

การมีเหตุผล – การอยู่ร่วมกันในสังคมจะต้องแสดงออกซึ่งพฤติกรรมที่เหมาะสมซึ่งจะตั้งอยู่บนพื้นฐานของอารมณ์ที่ดีงาม การรู้จักปรับอารมณ์ความเครียดให้เป็นไปในด้านบวกจะช่วยให้คุณแสดงออกต่อตนเองและบุคคลอื่นในทางที่เหมาะสม

การสร้างภูมิคุ้มกัน – การฝึกตระหนักรู้ในอารมณ์และความเครียดที่เกิดขึ้น เป็นการสร้างทักษะการรู้เท่าทันตนเองเพื่อใช้เป็นภูมิคุ้มกันไม่ให้จิตใจคล้อยตามอารมณ์หรือความเครียดที่เกิดขึ้น

เงื่อนไขคุณธรรม – การอยู่ร่วมกับงานหรือคนย่อมก่อให้เกิดความเครียดได้ แต่การรู้จักปรับเปลี่ยนอารมณ์และความเครียดให้เป็นอารมณ์ที่ดีงาม ย่อมจะจรรโลงจิตใจของตนเองในทางเบิกบานและแสดงพฤติกรรมที่เป็นบวกต่อผู้อื่น

วัตถุประสงค์

1. ผู้เรียนตระหนักถึงอารมณ์ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นปัจจุบันขณะ
2. ผู้เรียนแยกแยะถึงสาเหตุของการเกิดอารมณ์ ความเครียดได้
3. ผู้เรียนบอกวิธีการในการผ่อนคลายอารมณ์และความเครียดได้
4. ผู้เรียนบอกเทคนิคในการจูงใจตนเองเมื่อเผชิญกับอารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนา

ระยะเวลาดำเนินการ

1:30 ชั่วโมง

อุปกรณ์ที่ใช้

1. ปากกาและดินสอสี
2. กระดาษ A4
3. แทปเล็ต

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ผู้เรียนนั่งล้อมวงในท่าที่สบาย(พับเพียบหรือสมาธิ) ระยะเวลาพอประมาณได้ร่วมเงาต้นไม้

2. ผู้เรียนหลับตาเบาๆ วางมือทั้งสองข้างไว้บนตัก นั่งตัวตรงพอประมาณ
3. บรรยายถึงธรรมชาติรอบตัวประกอบเรื่องของการทำ Nature Scan Meditation
4. สะท้อนมุมมอง ความรู้สึกขณะทำสมาธิโดยการตระหนักรู้ในตนเอง

ขั้นดำเนินการ

1. ตั้งประเด็นคำถามชวนคิด “ธรรมชาติช่วยบำบัดความรู้สึกอย่างไร”
2. ผู้สอนชวนให้สมาชิกนำเสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง เมื่ออยู่ท่ามกลางธรรมชาติ
3. เปรียบเทียบการอยู่ภายในสถานที่ที่สร้างขึ้นด้วยฝีมือมนุษย์กับสถานที่ที่เป็นธรรมชาติ
4. ให้ความรู้เกี่ยวกับธรรมชาติที่มนุษย์สร้างขึ้นกับธรรมชาติสร้างขึ้น
5. ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ สะท้อนมุมมอง ความคิดเห็นระหว่างสมาชิกกลุ่ม

ขั้นสรุปกิจกรรม

1. ผู้เรียนสรุปสาระสำคัญและสะท้อนการเรียนรู้ที่ได้จากกิจกรรมครั้งนี้
2. ผู้สอนและผู้เรียนร่วมกันสรุปเทคนิคตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการนำมาจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกหรือความเครียดและการนำไปสู่การประยุกต์ใช้ในชีวิต

การประเมินผล

1. สังเกตจากการมีส่วนร่วมขณะทำกิจกรรม การแสดงถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นด้วยภาษา
กายและคำพูด การนำเสนอผลงาน
2. สังเกตจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การแสดงความคิดเห็น การให้ความร่วมมือในการทำงาน
กลุ่ม

แผนการจัดการเรียนการสอนที่ 8 ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เรื่อง สังฆหจุนเจือเพื่อเอื้อเพื่อการเกิดสังคัม

สาระสำคัญ

ตามหลักสังคัมวิทยาและมานุษยวิทยา มนุษย์เป็นสัตว์สังคัมที่จะต้องอยู่รวมกันเป็นกลุ่มเพื่อที่จะพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน แต่ธรรมชาติอย่างหนึ่งของมนุษย์นั่นคือความเห็นแก่ตัวซึ่งเป็นอุปสรรคในการขัดขวางการอยู่ในสังคัมด้วยดี การที่จะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขเป็นสังคัมที่ถ้อยทีถ้อยอาศัยกันและกันจะต้องลดความเห็นแก่ตัวภายในตนเองให้น้อยที่สุด เป็นการขยายมิติด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การแสดงออกซึ่งการสื่อสารที่ดั่งามทั้งภาษากายและภาษาพูดจะเป็นการสร้างสังคัมร่วมกัน ก่อเกิดความเข้าใจ รู้ถึงความต้องการของตนเองและคนอื่น และรู้ที่จะพัฒนาศักยภาพภายในตนเองให้มากยิ่งขึ้น พร้อมกับพัฒนาความเป็นมนุษย์ภายในตัวบุคคล เช่น พัฒนาความเป็นผู้นำที่ดีมีคุณภาพ การเป็นผู้ตามที่ดีไปด้วยประสิทธิภาพ การสื่อสารที่ดีเพื่อความเข้าใจระหว่างกัน เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ล้วนส่งผลต่อการให้เกิดสังคัมที่พึงประสงค์ การพัฒนาบุคคลให้เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น รู้จักวางตนให้ถูกต้องเหมาะสม ทำให้เป็นผู้รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักตน รู้จักประมาณ รู้จักกาลเทศะ รู้จักบุคคลและรู้จักชุมชนวัฒนธรรมประเพณี จะช่วยเอื้อเพื่อให้เกิดสังคัมที่มีความรัก ความเมตตา ประสานร่วมมือร่วมใจในการทำงาน จุนเจือเอื้อเพื่อซึ่งกันและกันและนำไปสู่สังคัมที่มีอุดมการณ์และเต็มไปด้วยความสุข

กรอบแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

เงื่อนไขความรู้ - การลดความเห็นแก่ตัวลงจะทำให้เกิดสังคัมที่ประสานความร่วมมือร่วมใจกันมากขึ้นในการทำงาน ร่วมกันสร้างสรรค์สังคัม รู้จักการเป็นผู้นำที่ดีและผู้ตามที่เหมาะสม มีการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ

ความพอประมาณ - การลดความเห็นแก่ตัวจะทำให้บุคคลทำทุกอย่างเพื่อตนเองน้อยลงหรือรับเข้าหาตัวเองพอประมาณหรือไม่โลกเกินไปและพร้อมส่งผลประโยชน์ให้กับสังคัมมากยิ่งขึ้น

การมีเหตุผล - การเป็นผู้ให้และการเป็นผู้รับจะรักษาสัมพันธภาพภายในกลุ่มสังคัมไว้ได้ รู้จักที่จะสื่อสารในทางบวก เข้าใจซึ่งกันและกัน ยอมรับความแตกต่างระหว่างกันยอมจะทำงานประสานกันอย่างมีความสุขและได้รับประโยชน์ร่วมกัน

การสร้างภูมิคุ้มกัน – การฝึกที่จะเป็นผู้ให้ เป็นเกราะป้องกันความเห็นแก่ตัว เล็งเห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตัว มีจิตใจที่พร้อมจะเผื่อแผ่ให้กับสังคม รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและรู้จักรักษาจิตใจของคนอื่น เป็นการทำให้จิตมีความเบิกบาน

เงื่อนไขคุณธรรม – สังคมที่มีอุดมการณ์จะต้องเป็นสังคมที่มีความเชื่อเพื่อเผื่อแผ่ มีน้ำใจต่อกัน รู้จักการให้และการรับ ร่วมกันประสานน้ำใจในการสร้างสรรค์กิจการต่างๆ เกิดความเมตตาปรารถนาดีต่อกัน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนแสดงออกถึงความเป็นผู้ให้และผู้รับอย่างเหมาะสม
2. เพื่อให้ผู้เรียนอธิบายผลสะท้อนเกี่ยวกับความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น
3. เพื่อให้ผู้เรียนได้แสดงถึงการสื่อสารด้วยคำพูดและท่าทางที่เหมาะสม
4. เพื่อให้ผู้เรียนได้ตระหนักถึงการทำงานร่วมกันและร่วมแบ่งปันประสบการณ์ขณะทำงาน
5. เพื่อให้ผู้เรียนฝึกความเป็นผู้นำและผู้ตามขณะทำงานเป็นกลุ่ม

ระยะเวลาดำเนินการ

1:30 ชั่วโมง

อุปกรณ์ที่ใช้

- แก้วน้ำ 2 ใบ
- ทราาย

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. นั่งล้อมเป็นวงกลมได้ร่มไม้
2. ประคองแก้วน้ำ 2 แก้วสลับข้าง
3. สะท้อนความมุ่มมองและความรู้สึกที่มีภายในจิตใจ
4. หลับตาประคองแก้วน้ำสลับข้าง
5. สุ่มผู้เรียนสะท้อนการเรียนรู้ในกิจกรรมที่ได้ทำ

ขั้นดำเนินการ

1. ตั้งประเด็นคำถามความเชื่อมโยงระหว่างตนเองและผู้อื่น
2. ให้ผู้เรียนสมมุติบทบาทของตนเองแทนธรรมชาติที่อยู่รอบตัวและบุคคลรอบข้าง
3. ร่วมกันอภิปราย แลกเปลี่ยนเรียนรู้ความคิด ความรู้สึก มุมมองที่ได้แสดงบทบาทนั้น
4. ให้ความรู้เกี่ยวกับการเชื่อมโยงระหว่างตนเองกับธรรมชาติและบทบาทหน้าที่ของมนุษย์
5. สะท้อนการเรียนรู้เกี่ยวกับการทำงานภายในกลุ่ม สะท้อนบทบาทของแต่ละคนภายในทีม(ใครเป็นผู้นำ ใครเป็นผู้ตาม)

ขั้นสรุปกิจกรรม

1. ให้ผู้เรียนเสนอความคิดเห็นเพิ่มเติม ประโยชน์ที่ได้จากการเรียนรู้ภายในกลุ่ม การแสดงออกถึงบทบาทของตนเองที่ส่งผลกระทบต่อกลุ่ม
2. สุ่มผู้เรียนให้สรุปสาระสำคัญเกี่ยวกับสิ่งที่ได้เรียนรู้ มีการสะท้อนมุมมองที่ได้รับและจะนำไปประโยชน์ใช้อย่างไร

การประเมินผล

1. สังเกตจากการมีส่วนร่วมขณะทำกิจกรรม การแสดงถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นด้วยภาษา
กายและคำพูด
2. สังเกตจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การให้ความร่วมมือในการทำงานกลุ่ม

รูปภาพ 2.3 ตัวอย่างกิจกรรมปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิต





ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นายมนตรี หลินภู
วันเดือนปีเกิด	20 สิงหาคม 2523
สถานที่เกิด	อำเภอภูพาน จังหวัดสกลนคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	69 หมู่ที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร ต.นครชุม อ. เมือง จ.กำแพงเพชร
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2547	ศาสตรบัณฑิต (ศน.บ.) คณะศึกษาศาสตร์ เอกการสอนภาษาอังกฤษ จากมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2551	การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) จิตวิทยาการแนะแนว จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร
2011	Education(M.Ed), Panjab University of India