

DEVELOPMENT THE PROCESS OF SOCIAL AND EMOTIONAL SKILLS WITH PEER-TO-PEER SUPPORT MODEL IN EXTENDED OPPORTUNITY SCHOOL

Usa Nuampet, M.N.S. , Sirintra Duangsai, M.N.S.* , Chadjane Jantarapat, Ph.D.* ,*

*Thanatep Namponwatthanakul, Ph.D.** , Saifon Aekwarangkoon, Ph.D.*** ,*

*Kewalee Watcharathaksin, M.N.S.*****

Abstract

Objective: To develop the learning process of emotional and social skills through peer to peer in extended opportunity school and studying changes in emotional and social skill development of students, as well as the learning of administrators and teachers who participate in the process of learning emotional and social skills through peer to peer support.

Methods: Action research divided into three phases: 1) Initial phase: planning stage, 2) Working phase: action stage, and 3) Terminate phase: observation stage and reflection stage. Target group consisted of 15 student leaders of secondary school in grades 8-9, 50 students of primary school in grades 1-4, and 5 administrators and homeroom teachers. Purposive sampling was used to select the participants from an extended opportunity school. The data were collected by using focus-group discussion, interviews, and observation. Data were analyzed by frequency distribution, percentage, mean, standard deviation. and content analysis.

Results: The process of social and emotional learning skills by peer-to-peer support model was structured into 3 groups: student leaders, administrators and homeroom teachers that work together in 3 phases. Phase 1: understanding the situation, developing an action plan and assigning responsibilities. Phase 2 developing student leaders and launch opportunity of implemented activity for contribution to peer students according to the plan through experiential learning and coaching. Phase 3 observation and reflection practice in the area. The results revealed that the student leaders develop leadership skills and feel self-worth through their distribution. Peer students develop social emotional skills. Moreover, administrators and teachers recognize the potential of students and accept their capabilities and guidelines for developing in schools.

Conclusion: The peer to peer support process develops students' social and emotional skills.

Keywords: social emotional skill, peer to peer support, mental health, students, child and adolescents

*Lecturer, School of Nursing, Walailak University

**Lecturer, Faculty of Education, Nakhon Si Thammarat at Rajabhat University

***Associate Professor, School of Nursing, Walailak University

****Corresponding author: Assistant Professor, School of Nursing, Walailak University, e-mail: kewaleewat62@gmail.com

Received: 7 March 2023, Revised: 4 March 2024, Accepted: 11 March 2024

การพัฒนารูปแบบกระบวนการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดย เพื่อนช่วยเพื่อนของนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา

อุษา น่วมเพชร, พย.ม.*, ศิริินทรา ค้วงใส, พย.ม.*, ชัดเจน จันทรพัฒน์, ป.ร.ด.*,
ธนเทพ นำพรวัฒนากุล, ป.ร.ด.**, สายฝน เอกวรารัง, ป.ร.ด.***, เกวลี วัชราทักขิณ, พย.ม.****

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ : เพื่อพัฒนากระบวนการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อนของนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา และศึกษาการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนและการเรียนรู้ของผู้บริหารและครูที่เข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อน

วิธีการศึกษา : วิจัยเชิงปฏิบัติการ แบ่งเป็น 3 ระยะ 1) เริ่มต้นการวิจัย : การวางแผน 2) ดำเนินการวิจัย : การปฏิบัติ และ 3) สิ้นสุดการวิจัย : สังเกตและสะท้อนกลับ กลุ่มเป้าหมาย คือนักเรียนแกนนำมัธยมศึกษาปีที่ 2 - 3 จำนวน 15 คน นักเรียนที่ได้รับการขยายผลชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - 4 จำนวน 50 คน ผู้บริหารและครูประจำระดับชั้นจำนวน 5 คน เลือกแบบเจาะจงจากโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาแห่งหนึ่ง รวบรวมข้อมูลด้วยการสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์ การสังเกต วิเคราะห์ข้อมูลโดยแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการศึกษา : รูปแบบกระบวนการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อนของนักเรียนมีโครงสร้าง 3 กลุ่ม คือ นักเรียนแกนนำ ผู้บริหาร ครูประจำระดับชั้น ดำเนินงานร่วมกัน 3 ระยะ ระยะที่ 1 มุ่งทำความเข้าใจสถานการณ์ พัฒนาแผนการดำเนินงาน มอบหมายหน้าที่ ระยะที่ 2 พัฒนาแกนนำนักเรียนและเปิดพื้นที่ขยายผลสู่กลุ่มเพื่อนตามแผนด้วยการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์และการโค้ช ระยะที่ 3 การสังเกตและสะท้อนการปฏิบัติในพื้นที่ ผลการวิจัยรูปแบบพบว่านักเรียนแกนนำเกิดภาวะผู้นำ รู้สึกมีคุณค่าจากการส่งต่อ เพื่อนนักเรียนเกิดการพัฒนาทักษะทางอารมณ์และสังคม ผู้บริหารและครูยอมรับศักยภาพนักเรียน เกิดแนวทางพัฒนานักเรียนในโรงเรียน

สรุป : กระบวนการเพื่อนช่วยเพื่อนสามารถพัฒนาทักษะทางอารมณ์และสังคมของนักเรียน

คำสำคัญ : ทักษะทางอารมณ์และสังคม, เพื่อนช่วยเพื่อน, สุขภาพจิต, นักเรียน, เด็กและวัยรุ่น

*อาจารย์ สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

**อาจารย์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช

***รองศาสตราจารย์ สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

****ผู้ประสานงานบทความ: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์, e-mail: kewaleewat62@gmail.com

วันที่รับ: 7 มีนาคม 2566, วันที่แก้ไข: 4 มีนาคม 2567, วันที่ตอบรับ: 11 มีนาคม 2567

ความสำคัญของปัญหา

การพัฒนาการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคม (Social and emotional learning: SEL) เป็นกระบวนการสำคัญที่ช่วยให้เด็กและวัยรุ่นเกิดความเข้าใจตนเอง สามารถจัดการอารมณ์ไม่พึงประสงค์ของตนเอง กำหนดเป้าหมายชีวิตเชิงบวก เรียนรู้การอยู่ร่วมกันด้วยความเห็นอกเห็นใจ สร้างความสัมพันธ์เชิงบวกและความรับผิดชอบในการตัดสินใจ รวมทั้งพัฒนาการเป็นพลเมืองที่ดีของสังคม นำไปสู่ความสามารถเรียนรู้และเจริญเติบโตเข้าสู่ผู้ใหญ่ได้อย่างมั่นคง (Schwartz et al., 2020) ผลการศึกษาพบว่าการส่งเสริม SEL ให้กับเด็กและวัยรุ่นอย่างเป็นระบบในโรงเรียนโดยอาศัยการมีส่วนร่วมของครูผ่านกระบวนการเพื่อนช่วยเพื่อน (Peer to peer) ช่วยลดปัญหาสุขภาพจิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, 2022; Jackson et al., 2020) โดยเฉพาะในสถานการณ์ปัจจุบันที่เด็กและวัยรุ่นเผชิญสิ่งเร้าที่มีลักษณะแข่งขัน กดดัน ทำให้เกิดความเครียดและอารมณ์เชิงลบ (United Nations Children's Fund, 2021) โดยพบว่าปัจจัยภายในตนเอง ได้แก่ การรู้จักเข้าใจตนเอง การเท่าทันและจัดการอารมณ์ความรู้สึกเชิงลบ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และปัจจัยภายนอก ได้แก่ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพที่ดีของครู ความสัมพันธ์และการสนับสนุนจากเพื่อนมีอิทธิพลต่ออารมณ์และสังคมของเด็กและวัยรุ่น ช่วยให้เกิดการปรับตัวที่ดี สามารถแสดงความรักต่อผู้อื่น และดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข การพัฒนาการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมจึงต้องอาศัยปัจจัย

ดังกล่าวเพื่อให้เกิดการเรียนรู้และพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพ ตรงกันข้าม เด็กและวัยรุ่นที่ไม่สามารถรับรู้ถึงคุณค่าในตนเอง มีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลไม่ดี จะส่งผลให้ขาดความนับถือตนเอง มีเจตคติเชิงลบ มองโลกในแง่ร้าย มีโอกาสเกิดพฤติกรรมไม่เหมาะสมตามมา (Hamilton et al., 2019)

ปัจจุบันโรงเรียนจำนวนมากทั่วโลกให้ความสำคัญกับการส่งเสริม SEL เพื่อช่วยให้เด็กและวัยรุ่นมีสุขภาพจิตที่ดี รู้จัก เข้าใจตนเอง เกิดทักษะการสร้างสัมพันธภาพเชิงบวกกับเพื่อนและครู สามารถจัดการความคิดและอารมณ์เชิงลบปรับตัวกับอุปสรรคและประสบความสำเร็จในการเรียนและการใช้ชีวิต ก้าวสู่ผู้ใหญ่ที่มั่นคง เป็นพลเมืองที่มีศักยภาพ (Hamilton et al., 2019; Prothero, 2020) ประเทศไทยให้ความสำคัญกับการส่งเสริม SEL โดยการนำแนวคิดของ CASEL มาใช้พัฒนาการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ครอบคลุมด้านการตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) การจัดการตนเอง (Self-management) การสร้างความสัมพันธ์ (Relationship skills) การตระหนักรู้ทางสังคม (Social awareness) การตัดสินใจด้วยความรับผิดชอบ (Responsible decision making) และการเป็นพลเมืองตื่นรู้ (Active citizen) พบว่านักเรียนมีการเรียนรู้ทางอารมณ์และในสังคมโดยรวมอยู่ในระดับมาก และพบว่าความสัมพันธ์ในระดับสูงกับบุคคลสำคัญในชีวิตส่งผลให้เด็กมี

แรงจูงใจ ความพยายาม ส่งผลต่อพฤติกรรมและปัญหาสุขภาพจิตที่ดี (มนตรี อินตา และ สุพัตรา สกุลศรีประเสริฐ, 2561) เช่นเดียวกับการศึกษาโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่นหญิงในสถานสงเคราะห์เด็กที่พบว่าสามารถทำให้วัยรุ่นหญิงในสถานสงเคราะห์เด็กมีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ (นครินทร์ สุวรรณแสง และคณะ, 2562) นอกจากนี้ ยังมีการศึกษาปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับเพื่อนที่มีผลต่อ SEL โดย รวิพรรดิ พูลลาภ และ อาจันต์ สงทับ (2563) ที่ทำการศึกษาบทบาทของเพื่อนช่วยเพื่อนวัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าผ่านการสังเกต เฝ้ารวัง ส่งเสริมกิจกรรมทางกาย จิตใจ สนับสนุนให้กำลังใจ และช่วยให้เพื่อนเข้ารับการรักษ พบว่าเพื่อนช่วยเพื่อนสามารถช่วยให้วัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้ารู้สึกมีคุณค่าในตัวเองและใช้ชีวิตอย่างมีความสุข และผลการศึกษากลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อจัดการตนเองและเพิ่มประสิทธิผลการเรียนที่พบว่านักเรียนมีความสุข มีส่วนร่วม และควบคุมการเรียนของตนเองได้ดีขึ้น (Lim et al., 2020) การพัฒนาการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมจึงมีความสำคัญต่อการสร้างเสริมสุขภาพจิตของนักเรียนโดยเฉพาะในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา

โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา เป็นโรงเรียนในโครงการขยายโอกาสทางการศึกษาส่วนใหญ่ตั้งอยู่ในเขตพื้นที่ทุรกันดาร สภาพแวดล้อมไม่เหมาะสม นักเรียนส่วนใหญ่ขาดโอกาสทางการศึกษาเนื่องจากผู้ปกครองประสบปัญหาทางการเงิน ครอบครัวหย่าร้าง ไม่เห็นความสำคัญของการศึกษา

ส่งผลให้นักเรียนขาดแรงจูงใจในการเรียน (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2560) และรายงานของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2558) พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสมีอัตราการลาออกกลางคันมากที่สุดของประเทศ การไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต ข้อจำกัดด้านการเรียนและการค้นหาอัตลักษณ์ของตนเองในวัยรุ่นก่อให้เกิดความสับสน ขัดแย้งในตนเอง นำมาสู่ความล้มเหลวในชีวิต (Gao & Liang, 2020) ส่งผลให้ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ ความนับถือตนเองลดลง ขาดทักษะการจัดการทางอารมณ์และพฤติกรรม มีแนวโน้มใช้อารมณ์ในลักษณะรุนแรงนำไปสู่การตัดสินใจและการเผชิญปัญหาชีวิตไม่เหมาะสม (American Psychological Association, 2002)

จากปัญหาและความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยจึงตระหนักถึงความสำคัญและมุ่งพัฒนาให้เกิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างทักษะทางอารมณ์และสังคมในนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาผ่านกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการที่ร่วมดำเนินการตลอดระยะการพัฒนาของผู้บริหารครู และนักเรียน อาศัยกระบวนการจัดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนซึ่งได้รับการยืนยันจากผลการศึกษาที่ผ่านมาว่ามีประสิทธิภาพต่อการพัฒนาสุขภาวะเด็กและวัยรุ่นทุกด้าน (รวิพรรดิ พูลลาภ และ อาจันต์ สงทับ, 2563) เนื่องจากเป็นวิธีที่ให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อน บทบาทของเพื่อนจึงมีอิทธิพลช่วยให้วัยรุ่นสามารถพัฒนาทักษะต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ (นครินทร์ สุวรรณแสง และคณะ, 2562) มุ่งหวังให้กระบวนการดังกล่าว

เสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจบนข้อจำกัดของความไม่พร้อม เป็นเครื่องมือทางจิตใจให้เด็กและวัยรุ่นสามารถเผชิญปัญหาในชีวิตจริงได้อย่างเหมาะสม ช่วยให้เกิดความมั่นคงภายในจิตใจ สามารถเรียนรู้และประสบความสำเร็จในชีวิตได้อย่างเต็มศักยภาพ

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. พัฒนารูปแบบกระบวนการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อน ของนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา
2. ศึกษาการเปลี่ยนแปลงด้านทักษะทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนและการเรียนรู้ของผู้บริหารและครูที่เข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อน

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้ใช้วิธีวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมตามแนวทางของเคมมิสและแมคแทกกาท (Kemmis and McTaggart, 1988) แบ่งการดำเนินงานเป็น 3 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 ระยะเริ่มต้นการวิจัย: การวางแผน (Planning) มี 2 ขั้นตอน คือ 1) ขั้นทำความเข้าใจการรับรู้และศึกษาสถานการณ์เกี่ยวกับการพัฒนา SEL ในโรงเรียนกับผู้เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย ผู้บริหาร ครูประจำระดับชั้น นักเรียนแกนนำ ผ่านกระบวนการ 1.1) ประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อศึกษาการรับรู้สถานการณ์ กระบวนการดำเนินงาน ผลลัพธ์ ปัจจัย อุปสรรค และความต้องการพัฒนา SEL ในโรงเรียน 1.2) วิเคราะห์ต้นทุน ช่องว่าง

แนวทางการพัฒนา SEL โดยเพื่อนช่วยเพื่อนแบบมีส่วนร่วมผ่านการประชุมปรึกษา การสัมภาษณ์รายบุคคล การสนทนากลุ่มย่อย 1.3) ทบทวนนำเสนอข้อมูลผลการวิเคราะห์กระบวนการพัฒนา SEL และแนวทางพัฒนาที่สอดคล้องกับบริบทโรงเรียน 1.4) ผู้เกี่ยวข้องร่วมกันวิเคราะห์จุดเด่นจุดด้อยของรูปแบบการพัฒนา SEL โดยเพื่อนช่วยเพื่อน ปัญหา อุปสรรค แนวทางแก้ไข 1.5) ประชุมเชิงปฏิบัติการสร้างอนาคตร่วมกันเพื่อศึกษา ทบทวน ตรวจสอบ อภิปรายข้อมูลของโรงเรียน เชื่อมโยงอดีต ปัจจุบัน แนวโน้มอนาคต 1.6) เสวนาแนวคิดเรื่อง “กระบวนการพัฒนา SEL โดยเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อสร้างเสริมสุขภาพจิตของนักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา” และ 2) ขั้นพัฒนากระบวนการ SEL โดยเพื่อนช่วยเพื่อนที่สอดคล้องกับบริบทของโรงเรียน ได้แก่ 2.1) ประชุมเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อให้เกิด “กระบวนการพัฒนา SEL โดยเพื่อนช่วยเพื่อน” ร่วมวิเคราะห์ อภิปราย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางการดำเนินงาน 2.2) มอบหมาย ความรับผิดชอบและจัดทำแผนปฏิบัติการ สนับสนุน กำกับการดำเนินงาน และประเมินผล

ระยะที่ 2 ระยะดำเนินการวิจัย: การปฏิบัติ (Action) การนำรูปแบบกระบวนการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อนในโรงเรียนตามข้อมูลที่ได้จากระยะที่ 1 ไปปฏิบัติการพัฒนานักเรียนแกนนำผ่านกระบวนการอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่อง “ทักษะการสร้างเสริมสุขภาพจิตด้วย SEL” เพื่อให้เกิดการตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) การจัดการตนเอง (Self-management)

การสร้างความสัมพันธ์ (Relationship building) การตระหนักรู้ทางสังคม (Social awareness) การตัดสินใจด้วยความรับผิดชอบ (Responsible decision making) และการเป็นพลเมืองตื่นรู้ (Active citizen) จากนั้นเปิดพื้นที่ให้นักเรียนแกนนำส่งต่อ SEL สู่เพื่อนในโรงเรียนผ่านการดำเนินงานภายใต้โครงการ “ด้วยรักสู่การแบ่งปัน” ใช้เวลา 6 ชั่วโมง ประกอบด้วย 6 กิจกรรม คือ 1) เปิดพื้นที่ไว้วางใจ 2) อยู่กับตนเองอย่างมั่นคง (Grounding) 3) กิจกรรมวงล้อรู้ใจ 4) กิจกรรมทักษะการจัดการตนเอง 5) กิจกรรมความสัมพันธ์ “ภาษารัก” และ 6) การสะท้อนการเรียนรู้ ทุกกิจกรรมใช้กระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ (Experiential learning) มีผู้บริหารและครูให้คำปรึกษาและข้อเสนอแนะระหว่างดำเนินการมีการประเมินผลติดตามการเปลี่ยนแปลงตามวัตถุประสงค์ผ่านการสังเกตสะท้อน เสริมพลัง สนทนากลุ่ม สัมภาษณ์รายบุคคล มีการแลกเปลี่ยน เสนอแนะให้เกิดการปรับแก้และทดลองปฏิบัติใหม่จนสามารถตอบโจทย์การดำเนินงานร่วมกัน

ระยะที่ 3 ระยะสิ้นสุดการวิจัย : การสังเกต (Observation) และการสะท้อนกลับ (Reflection) ผู้เกี่ยวข้องร่วมกันประเมินผล สะท้อน ถอดบทเรียนการดำเนินงานในภาพรวมร่วมกันผ่านการสังเกตแบบมีส่วนร่วม การสะท้อนกลับเพื่อประเมินผลขั้นสุดท้าย ร่วมกันหาข้อสรุป จุดเด่น จุดด้อย ปัญหา อุปสรรคในการปฏิบัติงานตามกระบวนการวิจัย พิจารณาร่วมกันว่ากิจกรรมดำเนินตามแผนที่กำหนดหรือไม่ เป็นไปตามวัตถุประสงค์มากน้อยเพียงใดจาก 1) เกิดกระบวนการพัฒนา SEL โดย

เพื่อนช่วยเพื่อนในโรงเรียน 2) ผู้บริหารและครูเกิดแนวทางพัฒนา SEL ในโรงเรียน และ 3) นักเรียนแกนนำเกิดสมรรถนะการเป็นวิทยากรกระบวนการตามแนวทางเพื่อนช่วยเพื่อนและสามารถขยายผลการเรียนรู้สู่เพื่อนนักเรียน

ประชากรและตัวอย่าง

ผู้เข้าร่วมวิจัยได้แก่ ผู้บริหาร ครู และนักเรียน เลือกกลุ่มเป้าหมายแบบเจาะจง (Purposive sampling) จากโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษาแห่งหนึ่ง จังหวัดนครราชสีมา ได้แก่ นักเรียนแกนนำ 15 คน นักเรียนที่ได้รับการขยายผล 50 คน กลุ่มสนับสนุนซึ่งเป็นผู้บริหารและครูประจำระดับชั้น 5 คน ที่ตระหนักถึงปัญหาสุขภาพจิตและสมัครใจเข้าร่วมกระบวนการพัฒนาการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อนของนักเรียน ดำเนินการระหว่างวันที่ 1 มิถุนายน - 30 ตุลาคม 2565

เครื่องมือการวิจัยและการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป มีลักษณะเลือกตอบและเติมคำในช่องว่าง ประกอบด้วย 1.1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปสำหรับผู้บริหารและครู มีคำถาม 3 ข้อ คือ เพศ อายุ ตำแหน่ง และ 1.2) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปสำหรับนักเรียน มีคำถาม 3 ข้อ คือ เพศ อายุ ช่วงชั้นที่กำลังศึกษา และ 2) แนวคำถามกึ่งโครงสร้าง (Semi structure questionnaires) สำหรับสัมภาษณ์และสนทนากลุ่ม พัฒนาโดยผู้วิจัยจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย 2.1) แนวคำถามสำหรับผู้บริหารและครูเกี่ยวกับผล

การดำเนินงานพัฒนาการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมในโรงเรียน และ 2.2) แนวคำถามสำหรับนักเรียนเกี่ยวกับผลการพัฒนาทักษะทางอารมณ์และสังคมในโรงเรียน

ผู้วิจัยนำเครื่องมือไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาความถูกต้องของเนื้อหาและภาษา 5 คน คือ ผู้เชี่ยวชาญการพัฒนา SEL 2 คน ผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ 2 คน และผู้เชี่ยวชาญด้านการสร้างเสริมสุขภาวะเด็กและวัยรุ่น 1 คน ค่า IOC รายข้ออยู่ระหว่าง 0.6 - 1.0 จากนั้นนำเครื่องมือไปทดลองใช้กับบุคคลที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มเป้าหมายของการศึกษานี้ 15 ราย เพื่อตรวจสอบความเข้าใจข้อคำถาม จากนั้นนำข้อเสนอแนะที่ได้มาปรับปรุงแนวคำถามก่อนนำไปใช้ในสถานการณ์จริง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. การสนทนากลุ่มผู้บริหารและครู ในประเด็นผลการดำเนินงานพัฒนาการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมในโรงเรียน โดยใช้แนวคำถามถึงโครงสร้างประกอบด้วย 1) ความคิดเห็นต่อการพัฒนา SEL ในโรงเรียน 2) การเปลี่ยนแปลงของนักเรียนและผู้เกี่ยวข้องจากระบวนการพัฒนา SEL 3) ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาให้ SEL เกิดความสำเร็จ และ 4) ผลของการพัฒนา SEL โดยเพื่อนช่วยเพื่อนในโรงเรียน และข้อเสนอแนะ

2. การสนทนากลุ่มแกนนำนักเรียน และนักเรียนที่ได้รับการขยายผล ในประเด็นผลการพัฒนาทักษะทางอารมณ์และสังคมในโรงเรียน โดยใช้แนวคำถามถึงโครงสร้างประกอบด้วย 1) ความรู้สึกของนักเรียนภายหลังทำกิจกรรมพัฒนา SEL

โดยเพื่อนช่วยเพื่อน 2) การเปลี่ยนแปลงในตนเองและเพื่อน ภายหลังการทำกิจกรรม 3) ปัจจัยที่ส่งเสริมให้การพัฒนา SEL ประสบความสำเร็จ 4) สิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้และสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิต

3. การสัมภาษณ์แกนนำนักเรียน ด้วยแบบประเมินสมรรถนะนักเรียนแกนนำต่อการจัดกระบวนการพัฒนาทักษะการจัดการอารมณ์และสังคมในโรงเรียน พัฒนาโดยผู้วิจัยจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ครอบคลุมสมรรถนะด้านการออกแบบ การจัดกระบวนการกลุ่ม ทักษะคิด การใช้คำถาม การฟัง และการให้ข้อมูล เป็นข้อคำถามปลายเปิด ใช้ในช่วงการพัฒนาสมรรถนะและภายหลังจัดกิจกรรมกลุ่ม

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษานี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยเรื่อง การพัฒนาความร่วมมือของระบบการศึกษา สุขภาพ และชุมชน เพื่อสร้างแกนนำเด็กและเยาวชนในการเปิดพื้นที่ดูแลใจตนเอง และคนรอบข้างในโรงเรียน ครอบครัว และชุมชน ผ่านการพิจารณาอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ตามเอกสารรับรองเลขที่ WUEC-21-271-02 เมื่อวันที่ 27 กันยายน 2565 ผู้วิจัยให้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย (Informed consent) ทั้งด้านที่เป็นประโยชน์และความเสี่ยงที่กลุ่มเป้าหมายอาจได้รับจากการศึกษา กลุ่มที่สมัครใจ ผู้วิจัยให้เซ็นยินยอมเข้าร่วมการวิจัย กลุ่มอายุต่ำกว่า 18 ปี ได้รับการเซ็นยินยอมจากผู้ปกครอง กลุ่มเป้าหมายมีอิสระในการเข้าร่วมและถอนตัวจากการวิจัยได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบ ข้อมูลทั้งหมดจะถูกเก็บเป็น

ความลับ เอกสารบันทึกการสนทนา ภาพถ่าย การบันทึกเทป ได้รับอนุญาตจากกลุ่มเป้าหมายก่อนทุกครั้ง หลังการวิจัยเสร็จสิ้น ผู้วิจัยเก็บเอกสารในที่ปลอดภัยและจะทำลายหลักฐานทั้งหมดภายหลังเสร็จสิ้นการวิจัยในระยะเวลา 3 ปี และนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมเท่านั้น

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลส่วนบุคคลวิเคราะห์ด้วยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ สนทนากลุ่ม สังเกตการจัดการเรียนรู้ ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ผู้วิจัยตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูลเชิงคุณภาพ (Trustworthiness) จากการสัมภาษณ์และสนทนากลุ่มก่อนนำมาวิเคราะห์

ผลการวิจัย

ผลการศึกษาการพัฒนา รูปแบบกระบวนการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อนของนักเรียน โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ 1) ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง 2) กระบวนการพัฒนา รูปแบบการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อนของนักเรียน โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จากการดำเนินงาน 3 ระยะผ่านกิจกรรม 4 ขั้นตอน และ 3) การเปลี่ยนแปลงด้านทักษะทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนและการเรียนรู้ของครูที่เข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อน ดังนี้

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายจำนวน 70 คน ประกอบด้วย

นักเรียนแกนนำจำนวน 15 คน นักเรียนที่ได้รับการขยายผลจำนวน 50 คน และกลุ่มสนับสนุน จำนวน 5 คน ประกอบด้วย ผู้บริหารจำนวน 2 คน และครูประจำระดับชั้นจำนวน 3 คน นักเรียนแกนนำ ร้อยละ 21.43 ช่วงอายุ 14 - 16 ปี ร้อยละ 21.43 กำลังศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ร้อยละ 7.14 และชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ร้อยละ 14.29 นักเรียนที่ได้รับการขยายผลร้อยละ 71.43 อายุระหว่าง 8 - 11 ปี กำลังศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1, 2, 3 และ 4 ร้อยละ 14.29, 14.29, 21.43 และ 21.43 ตามลำดับ ร้อยละ 50 เป็นเพศหญิง กลุ่มสนับสนุน ประกอบด้วยผู้บริหารโรงเรียนร้อยละ 2.86 ครูประจำระดับชั้น ร้อยละ 4.29 ทุกคนเป็นเพศหญิง ร้อยละ 7.14 มีช่วงอายุระหว่าง 35 - 50 ปี

รูปแบบกระบวนการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อนของนักเรียน โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา

จากการดำเนินงาน 3 ระยะผ่านกิจกรรม 4 ขั้นตอน พบผลดังนี้

ระยะเริ่มต้นการวิจัย: ขั้นการวางแผน (Planning) ผลการดำเนินงานพบว่ารูปแบบการพัฒนาที่เริ่มต้นจากการทำความเข้าใจการรับรู้และศึกษาสถานการณ์การพัฒนา SEL ในโรงเรียนร่วมกับผู้เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย ผู้บริหารโรงเรียน 2 คน ครูประจำระดับชั้น 3 คน และนักเรียนแกนนำ 15 คน ผ่านกระบวนการร่วมสื่อสาร ระดมสมอง วิเคราะห์ สร้างอนาคตการเปลี่ยนแปลงร่วมกัน ช่วยให้กลุ่มเป้าหมายมองเห็นปัญหา เข้าใจความเชื่อมโยง SEL กับภาวะสุขภาพจิต เป้าหมายและแนวทางความร่วมมือเชิงรุกเพื่อพัฒนากระบวนการ

SEL ด้วยกลยุทธ์เพื่อนช่วยเพื่อนที่สอดคล้องกับบริบทและความต้องการของโรงเรียน กระบวนการดังกล่าวช่วยให้เกิดความตกลงร่วมมือตามบทบาทหน้าที่ มีแผนกำกับติดตามประเมินผลการเปลี่ยนแปลงระหว่างดำเนินงานทุกกิจกรรมร่วมกัน รูปแบบการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อนของนักเรียน ประกอบด้วยการจัดโครงสร้างคนทำงาน 3 กลุ่ม คือ นักเรียนแกนนำ ผู้บริหารโรงเรียน และครูประจำระดับชั้น ดำเนินการพัฒนาสมรรถนะการดำเนินงาน SEL ทั้ง 3 กลุ่มตามความต้องการ กลุ่มนักเรียนแกนนำพัฒนาให้เกิดสมรรถนะการพัฒนาและส่งต่อ SEL คู่เพื่อนในโรงเรียน ครูประจำระดับชั้นพัฒนาทักษะการโค้ช (Coaching Skill) เป็นผู้โค้ชเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกกับนักเรียนแกนนำและนักเรียนที่ได้รับการขยายผล ผู้บริหารเกิดสมรรถนะด้านการวางระบบพัฒนา SEL กำกับติดตามสนับสนุนเชิงบวกปรับปรุงพัฒนาสู่เป้าหมายที่กำหนด

ระยะดำเนินการวิจัย: ขั้นตอนการปฏิบัติ (Action) ผลการพัฒนาสมรรถนะนักเรียนแกนนำและนำสู่ปฏิบัติการขยายผลกับกลุ่มเพื่อนผ่านการอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่อง “ทักษะการสร้างเสริมสุขภาพจิตด้วย SEL” ด้วยกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ (Experiential learning) เพื่อพัฒนาทักษะทางอารมณ์และสังคมและทักษะการเป็นวิทยากรกระบวนการส่งต่อให้เพื่อน พบว่า นักเรียนแกนนำเกิดการเรียนรู้และเปลี่ยนแปลงในเชิงประสบการณ์ (Experiential) ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง การจัดการตนเอง การสร้างความสัมพันธ์ การตระหนักรู้ทางสังคม การตัดสินใจด้วยความ

รับผิดชอบ และการเป็นพลเมืองตื่นรู้ ในกระบวนการเปิดพื้นที่ของผู้บริหารและครูประจำระดับชั้นให้แกนนำขยายผลตามแนวทางเพื่อนช่วยเพื่อนส่งต่อสู่เพื่อนนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาชั้นปีที่ 1 - 4 จำนวน 50 คน ภายใต้โครงการ “ด้วยรักสู่การแบ่งปัน” ร่วมกับการโค้ชเชิงบวก ส่งผลให้นักเรียนแกนนำเกิดความมั่นใจ มีสมรรถนะการเป็นผู้ทำให้เกิดความสุขและรู้สึกลึกซึ้งค่าจากการเป็นผู้ให้

ระยะสิ้นสุดการวิจัย: ขั้นตอนการสังเกต (Observation) และการสะท้อนกลับ (Reflection) กระบวนการสังเกตอย่างมีส่วนร่วมขณะดำเนินการสะท้อนและพัฒนาต่อเนื่องผ่านการโค้ชในลักษณะกัลยาณมิตรผ่านการใช้คำถามสร้างการเรียนรู้และเปลี่ยนแปลงเชิงบวก 3 คำถามประกอบด้วย 1) รู้สึกอย่างไร 2) สิ่งที่ทำได้ดี พึงพอใจ ประทับใจ คืออะไร และ 3) จะดีกว่านี้ ถ้าต้องทำอะไรเพิ่มหรือลดอะไรลง กระบวนการดังกล่าวช่วยให้ผู้เกี่ยวข้องทั้ง 3 กลุ่ม เกิดการเปลี่ยนแปลงได้ในเชิงประสบการณ์อย่างรู้สึกปลอดภัย เป็นมิตร เชื่อมมั่น นำไปสู่ความสามารถสัมผัสคุณค่า ความหมาย ดอกดรุ้งการดำเนินงานร่วมกัน ส่งผลให้เกิดการเติบโตภายในได้อย่างต่อเนื่อง

การเปลี่ยนแปลงด้านทักษะทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนและการเรียนรู้ของครูที่เข้าร่วมกิจกรรมกระบวนการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อน

พบการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกต่อกลุ่มเป้าหมาย ดังนี้

นักเรียนแกนนำ กระบวนการพัฒนา

สมรรถนะด้านการออกแบบกิจกรรม การเป็นกระบวนกร ช่วยให้นักเรียนแกนนำเกิดความมั่นใจ เกิดภาวะผู้นำ การมีโอกาสดำเนินกิจกรรม SEL สู่กลุ่มเพื่อนช่วยเพิ่มทักษะความเข้าใจตนเอง สามารถจัดการอารมณ์ เห็นใจผู้อื่นจากความเข้าใจตนเอง สร้างความสัมพันธ์เชิงบวกและรับผิดชอบในการตัดสินใจ และการเป็นแกนนำช่วยให้เกิดความรู้สึกรักใคร่ มีความสุข เกิดความสัมพันธ์เชิงบวกในลักษณะของความชื่นชมและขอบคุณจากกลุ่มเพื่อน รุ่นน้อง และครู ดังคำพูด

“...ผมไม่เคยทำกิจกรรมแบบนี้ คิดว่ายาก พอได้มาทำจริงๆ ก็รู้สึกมั่นใจ ได้ลองนำคนอื่น มีคนชื่นชม ยอมรับ เพื่อน ๆ น้อง ๆ ครูชม และขอบคุณเรา ภูมิใจ...” ตัวแทนนักเรียนแกนนำ (ชาย)

“...อยู่ที่บ้านผมก็เป็นพี่คนโต ต้องดูแลน้อง บางทีพูดแรง ๆ ต่อจากนั้นผมจะใช้ภาษารักสื่อสารให้มากขึ้น น้องก็คงอยากให้อีกคนพูดดีเหมือนผม อะไรที่เราทำก็ต้องมีผลตามมา ก็ระวังขึ้น เวลาทำกิจกรรมให้คนอื่น เหมือนได้ยกกับตัวเองอีกครั้ง...” ตัวแทนนักเรียนแกนนำ (ชาย)

“...เวลามีกิจกรรมที่โรงเรียน หนูช่วยอย่างอื่นมากกว่า แต่ครั้งนี้ต้องเป็นคนคิดกิจกรรม เป็นคนนำชวนให้น้อง ๆ ทำกิจกรรม ทำแล้วน้อง ๆ มีความสุขเราก็มีความสุข ภูมิใจด้วย...” ตัวแทนนักเรียนแกนนำ (หญิง)

นักเรียนที่ได้รับการขยายผล ภายหลังเข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มเป้าหมายรับรู้ว่าคุณและเพื่อนเกิดการเรียนรู้และสามารถนำทักษะการรู้จัก เข้าใจ ยอมรับตนเอง มีแนวทางในการจัดการอารมณ์ของ

ตัวเอง กล้าขอความช่วยเหลือ รวมทั้งมีทักษะในการสื่อสารเชิงบวกกับคนรอบข้างมากขึ้น ดังคำพูด

“...ทุกคนไม่ต้องเหมือนกัน ผมอาจมีจุดอ่อน จุดแข็งที่ต่างกับคนอื่น หากมองเห็นเข้าใจก็ช่วยให้เราพอใจในตัวเองได้ เวลาไม่สบายใจก็หาความช่วยเหลือได้ ไม่แปลกเลย ผมเห็นข้อดีของตัวเองมากขึ้น และเห็นว่าเพื่อน ๆ คนอื่นก็มีข้อดีเยอะแยะเลย...” ตัวแทนนักเรียนที่ได้รับการขยายผล (ชาย)

“...เวลาโกรธ หนูจะค่อย ๆ หายใจ และใช้วิธีการหายใจเป็นเลข 8 ที่พี่ ๆ สอนมาใช้ ถ้าทำได้เราก็จะไม่ทะเลาะกัน...” ตัวแทนนักเรียนที่ได้รับการขยายผล (หญิง)

ผู้บริหารและครู กระบวนการพัฒนาดังกล่าวช่วยให้กลุ่มสนับสนุน ผู้บริหารสถานศึกษา และครูมองเห็นศักยภาพนักเรียน เกิดแนวทางสร้างเสริมสุขภาพจิตผ่านการพัฒนาการเรียนรู้ทักษะทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อน ดังคำพูด

“...ประทับใจในตัวนักเรียนทั้งกลุ่มแกนนำและกลุ่มที่ได้รับการขยายผล นักเรียนมีศักยภาพมากกว่าที่เราคิด ถ้าเราเปิดโอกาสให้พวกเขาได้ทำกิจกรรมแบบนี้อย่างต่อเนื่อง แบบเพื่อนช่วยเพื่อน น่าจะทำให้นักเรียนเรามีความสุข มีสุขภาพจิตดีมากขึ้น...” ตัวแทนผู้บริหาร (หญิง)

“...ตอนแรกกังวลมากกว่า ที่จะนำน้องทำกิจกรรมได้หรือไม่ น้องจะเข้าใจหรือไม่ แต่ภายหลังทำกิจกรรมแล้วเข้าใจเลยว่าสิ่งที่เปิดพื้นที่ให้เข้าช่วยเหลือกันเอง โดยที่เราสนับสนุนข้างหลังนั้นทำให้ทั้งกลุ่มพี่แกนนำ และกลุ่มน้อง มีความร่วมมือร่วมใจกัน เข้าใจกันมากขึ้น และดูพวกเขามี

ความสุขจากการที่เป็นทั้งผู้ให้และผู้รับ มองเห็น
แนวทางทำงานในโรงเรียนมากขึ้น...” ตัวแทนครู
(หญิง)

การอภิปรายผล

ผลการศึกษารุ่นนี้สะท้อนความสำเร็จ
ของการพัฒนารูปแบบกระบวนการเรียนรู้ทักษะ
ทางอารมณ์และสังคมโดยเพื่อนช่วยเพื่อนของ
นักเรียนโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา
เนื่องจากการดำเนินการผ่านความร่วมมือของ
ผู้เกี่ยวข้องตลอดกระบวนการทั้ง 3 ระยะ 4 ขั้นตอน
อย่างเป็นระบบตั้งแต่ระยะที่ 1 ระยะเริ่มต้นการวิจัย
: ขั้นตอนที่ 1 การวางแผน (Planning) บนพื้นฐาน
การทำความเข้าใจการรับรู้และศึกษาสถานการณ์
การพัฒนา SEL ของทั้งผู้บริหาร ครูประจำระดับชั้น
และนักเรียนแกนนำ ต่อยอดสู่การพัฒนา
กระบวนการพัฒนา SEL ร่วมกัน การสร้างความ
เข้าใจที่ชัดเจน การมอบหมายความรับผิดชอบตาม
บทบาท การให้ความสำคัญกับนักเรียนแกนนำช่วย
ให้ทุกฝ่ายสามารถวางแผน ดำเนินการ และติดตาม
สนับสนุนได้สอดคล้องกับสถานการณ์ นำไปสู่
ผลลัพธ์ได้ตามเป้าหมาย (Jones et al., 2017) ระยะ
ที่ 2 ระยะดำเนินการวิจัย: ขั้นตอนที่ 2 การปฏิบัติ
(Action) การพัฒนาสมรรถนะ SEL และการพัฒนา
ทักษะการเป็นกระบวนการของนักเรียนแกนนำผ่าน
การอบรมเชิงปฏิบัติการตามแผนร่วมกับเปิดพื้นที่
ส่งต่อกับกลุ่มเพื่อนเชิงรุกช่วยให้นักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม
เกิดการเรียนรู้เชิงบวกได้ในเชิงประสบการณ์
(Experiential) (Kremer et al., 2015; Lester et al.,
2020) เนื่องจากกระบวนการพัฒนาตามหลักการ

เพื่อนช่วยเพื่อน (Peer to peer) มีความหมายและ
ตรงพ้องกับวัยรุ่นซึ่งเพื่อนมีอิทธิพลมากกว่ากลุ่มวัย
อื่น (ระวีพรดิ พูลลาภ และ อาจันต์ สงทับ, 2563)
กระบวนการดังกล่าวนำไปสู่ความร่วมมือเรียนรู้
อย่างอิสระ (Stigmar, 2016) ภายใต้บรรยากาศที่
อบอุ่น ปลอดภัย ผ่อนคลาย ช่วยเพิ่มการตระหนักรู้
ในตนเองและสังคมผ่านความร่วมมือของทีมงาน
(Dawson et al., 2014) กระบวนการดำเนินงาน
ดังกล่าวเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องผ่านการสนับสนุน
ปรับเปลี่ยน และประเมินผลอย่างเป็นกัลยาณมิตร
จนถึงระยะที่ 3 ระยะสิ้นสุดการวิจัย : ขั้นตอนที่ 3
การสังเกต (Observation) และขั้นตอนที่ 4 การ
สะท้อน (Reflection) กระบวนการพัฒนาและ
ติดตามความก้าวหน้าของแกนนำนักเรียนผ่านการ
สังเกต สะท้อน ชี้แนะ ให้คำปรึกษา สนับสนุนตาม
ความต้องการมีความหมายกับผลลัพธ์การ
ดำเนินงานที่เพิ่มขึ้น (Durlak et al., 2011) สอดคล้อง
กับผลการศึกษาที่พบว่าการสังเกต สะท้อน และ
ติดตามสนับสนุนเชิงบวกอย่างต่อเนื่องช่วยให้เกิด
ผลลัพธ์การดำเนินงานที่ยั่งยืน (Low et al., 2016)
นอกจากนี้ กระบวนการสะท้อนด้วยการให้
กลุ่มเป้าหมายพูดถึงความรู้สึก สิ่งที่ภาคภูมิใจ
ประทับใจ อุปสรรค วิถีข้ามผ่านอุปสรรค ช่วยให้
เกิดการเรียนรู้จากการทบทวนตนเองร่วมกับการ
สนับสนุนและสะท้อนจากผู้เกี่ยวข้อง ช่วยให้ผล
การดำเนินงานบรรลุเป้าหมายอย่างมีคุณภาพ
(Oscher et al., 2016 as cited in Caver, 2022)

ผลการศึกษาพบการเปลี่ยนแปลงด้าน
ทักษะทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนรวมถึง
การเปลี่ยนแปลงของผู้บริหารและครูที่เข้าร่วม

กิจกรรมในเชิงบวก คือ นักเรียนแกนนำ เกิดสมรรถนะการพัฒนา SEL ของตนเอง ภายหลังดำเนินงานขยายผลกับกลุ่มเพื่อน นักเรียนแกนนำเกิดทักษะการเป็นผู้นำในเชิงประสบการณ์ผ่านการลงมือปฏิบัติ การให้ การได้รับความชื่นชมจากคนรอบข้าง ผู้บริหาร ครู เพื่อน รุ่นน้อง มีความหมายต่อความภาคภูมิใจ การเติบโตสำหรับนักเรียนซึ่งเป็นเด็กและเยาวชนที่ต้องการการยอมรับ คุณค่าและการสร้างอัตลักษณ์ในตนเอง (รวีพรดี พูลลาภ และ อาจินต์ สงทับ, 2563) อีกทั้งยังเพิ่มสมรรถนะการเป็นพลเมืองที่ตื่นรู้ (active citizen) สอดคล้องกับการศึกษาของฮาเจลสแคม และคณะ (Hagelskamp et al., 2013) ที่พบว่าการให้นักเรียนมีส่วนร่วมดำเนินการในโปรแกรม SEL จะส่งผลให้เกิดการเติบโตภายในตนเอง เกิดสัมพันธภาพที่ดีกับคนรอบข้าง มีพฤติกรรมที่ตั้งใจทำประโยชน์ต่อผู้อื่นเพิ่มขึ้น ในส่วนของนักเรียนที่ได้รับการขยายผลพบว่าเกิดทักษะ SEL เพิ่มขึ้นผ่านกระบวนการสะท้อนเชิงประสบการณ์ด้านความรู้จักและเข้าใจตนเอง มองเห็นแนวทางในการจัดการอารมณ์ทางลบ กล้าขอความช่วยเหลือ สามารถอยู่ในสังคมที่แตกต่าง และมีจิตอาสา เนื่องจากเนื้อหาการพัฒนา SEL มุ่งเน้นองค์ประกอบสำคัญ 5 ทักษะครอบคลุมการส่งเสริมคุณลักษณะดังกล่าวผ่านกระบวนการที่มุ่งเน้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในเชิงประสบการณ์ (Experiential) ทั้งด้านความคิด อารมณ์ และสังคม สอดคล้องกับผลการศึกษารังสิริศม์ นิลรัตน์ (2553) ที่พบว่าภายหลังการเรียนรู้ SEL นักเรียนระดับชั้น ป.4 - 6 เกิดทักษะ SEL สูงขึ้น และผลการศึกษาของกรรณิการ์ กำธร (2557)

ที่พบว่าหลังจากนักเรียนชั้น ม.2 เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนา SEL นักเรียนเกิดทักษะการจัดการอารมณ์และสังคมสูงขึ้น กระบวนการเติบโตดังกล่าวเกิดความหมายเพิ่มขึ้นเมื่อดำเนินการผ่านกลยุทธ์เพื่อนช่วยเพื่อน การได้เรียนรู้จากเพื่อนวัยเดียวกัน พูดภาษาเดียวกัน สำหรับเด็กและเยาวชนทรงพลังมากกว่าวัยอื่น (รวีพรดี พูลลาภ และ อาจินต์ สงทับ, 2563) อีกทั้งการเรียนรู้ SEL จากเพื่อนช่วยให้นักเรียนกล้าสื่อสารบนความสัมพันธ์ที่ดี เข้าใจเห็นใจ สามัคคี และเกิดผลการเรียนรู้บรรลุตามเป้าหมายได้อย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพ (สุภารัตน์ พัฒนแหว, 2564; Low et al., 2016) ด้านผู้บริหารและครู พบการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกคือ เกิดการมองเห็นและเชื่อมั่นในศักยภาพของนักเรียน เกิดแนวทางสร้างเสริมสุขภาพจิตผ่านการพัฒนา SEL โดยเพื่อนช่วยเพื่อนที่สอดคล้องกับบริบทและความต้องการของนักเรียน นำไปสู่การลดปัญหาทะเลาะวิวาท ลดพฤติกรรมเสี่ยง ส่งเสริมพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ (Greenberg et al., 2017) กระบวนการเปลี่ยนแปลงทัศนคติและการทำงานร่วมกันในเชิงบวก เคารพ ยอมรับ รับฟัง ให้พื้นที่ไม่เพียงส่งผลต่อความสัมพันธ์แต่ยังช่วยให้กระบวนการพัฒนานักเรียนสามารถดำเนินการได้สอดคล้องกับความต้องการ ได้รับความร่วมมือเชิงรุก สร้างโอกาสเรียนรู้และเติบโตร่วมกันจนเกิดการเปลี่ยนแปลงในลักษณะทวีพลังได้อย่างแท้จริง (Hagelskamp et al., 2013)

ข้อเสนอแนะ

1. ผู้บริหารสถานศึกษา ครู และผู้เกี่ยวข้อง

ควรบรรจุเนื้อหาการพัฒนา SEL ในหลักสูตร รวมทั้งเปิดพื้นที่ให้นักเรียนได้พัฒนาศักยภาพการดูแลใจตนเองแบ่งปันสู่ผู้อื่นเพื่อสร้างคุณค่าและความภาคภูมิใจในตนเองได้ในเชิงประสบการณ์

2. ผู้บริหารสถานศึกษาและผู้เกี่ยวข้องควรนำกระบวนการพัฒนาสมรรถนะครูด้าน SEL ร่วมกับการพัฒนาเยาวชนเชิงบวกมาใช้เป็นทางเลือกในการขับเคลื่อนให้เกิดประสิทธิภาพด้านการดูแลสุขภาพจิตของนักเรียน

เอกสารอ้างอิง

- กรณิกักร์ คำธรร. (2557). ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาความสามารถในการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสตรีวัดระฆัง [วิทยานิพนธ์ปริญญาโท]. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นกรินทร์ สุวรรณแสง, ปิยะนุช จิตนุชนนท์, และ กาญจน์สุนักส บาลทิพย์. (2562). ผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่นหญิงในสถานสงเคราะห์เด็ก. *วารสารพยาบาลสงขลากรินทร์*, 38(1), 22-34.
- มนตรี อินดา และสุพัตรา สกุลศรีประเสริฐ. (2561). การเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมตามแนวคิดของ CASEL ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. *วารสารศรีนครินทรวิโรฒ วิจัยและพัฒนา*, 10(20), 98-116.
- รวีพรดิ พูลลาภ และอจินต์ สงทับ. (2563). บทบาทของเพื่อนในการช่วยเพื่อนวัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้า. *พุทธชินราชเวชสาร*, 37(3), 368-377.
- รังสิริศม์ นิลรัตน์. (2553). การพัฒนาโปรแกรมการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมสำหรับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 4-6 [วิทยานิพนธ์ปริญญาโท]. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. (2558). *รายงานประจำปี 2558*.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). *แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2560-2579*. พรึกหวาน กราฟฟิค.

- สุภารัตน์ พัฒนแหว (2564). การเสริมสร้างการเรียนรู้ทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโดยการปรึกษากลุ่ม. *วารสารศึกษาศาสตร์ มจร*, 9(2), 42-53.
- American Psychological Association. (2002). *Developing adolescent: A reference for professionals*. <https://www.apa.org/pi/families/resources/develop.pdf>
- Caver, S. E. (2022). *Exploring the implementation of social-emotional learning through the lens of King's managing complex change model* [Doctoral dissertation, Southern Nazarene University]. ProQuest. <https://www.proquest.com/openview/dae81d8dc5a32ce30e1f4a34731d5ab9/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. (2022). *Indicators of Schoolwide SEL*. <https://schoolguide.casel.org/what-is-sel/indicators-of-schoolwide-sel/>
- Dawson, P., van der Meer, J., Skalicky, J., & Cowley, K. (2014). On the effectiveness of supplemental instruction: A systematic review of supplemental instruction and peer-assisted study sessions literature between 2001 and 2010. *Review of Educational Research*, 84(4), 609-639.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.
- Gao, Y., & Liang, X. (2020). The relationship between academic success or failure, self-esteem and learning burnout of junior high school students. *Mental Health Education in Primary and Secondary School*, 17, 17-20.
- Greenberg, M., Domitrovich, C., Weissberg, R., & Durlak, J. (2017). Social and emotional learning as a public health approach to education. *The Future of Children*, 27(1), 13-32.
- Hagelskamp, C., Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2013). Improving classroom quality with the ruler approach to social and emotional learning: Proximal and distal outcomes. *American Journal of Community Psychology*, 51, 530-543.

- Hamilton, S. L., Doss, J. C., & Steiner, D. E. (2019). *Support for Social and Emotional Learning Is Widespread: Principals and Teachers Give Insight into How They Value, Address, and Measure It, and Which Supports They Need*. RAND Corporation. https://www.rand.org/pubs/research_briefs/RB10064.html
- Jackson, E. E., Porter, C. S., Easton, Q. J., Blanchard, A. & Kiguel, S. (2020). School effects on socioemotional development, school-based arrests, and educational attainment American economic review, *American Economic Association*, 2(4), 491-508.
- Jones, S. M., Barnes, S. P., Bailey, R. & Doolittle, E. J. (2017). Promoting social and emotional competencies in elementary school. *Future of Children*, 27(1), 49-72.
- Kemmis, S & McTaggart, R. (1988). *The Action Research Planer* (3rd ed.). Deakin University.
- Kremer, K. P., Maynard, B. R., Polanin, J. R., Vaughn, M. G., & Sarteschi, C. M. (2015). Effects of after-school programs with at-risk youth on attendance and externalizing behaviors: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(3), 616-636.
- Lester, A. M., Chow, J. C., & Melton, T. N. (2020). Quality is critical for meaningful synthesis of afterschool program effects: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(2), 369-382.
- Lim, L. C., Jalil, A. H., Ma'rof, M. A., & Saad, Z. W. (2020). Peer learning, self-regulated learning and academic Achievement in blended learning courses: A structural equation modeling approach. *International Journal of Emerging Technologies in Learning*, 15(3), 110-125.
- Low, S., Smolkowski, K., & Cook, C. (2016). What constitutes high-quality implementation of SEL programs.? A latent class analysis of Second Step implementation. *Prevention Science*, 17(8): 981-991.
- Prothero, A. (2020). *The Secret to Improving Students' Social-Emotional Skills? Start With the Adults*. Education Week. <https://www.edweek.org/leadership/the-secret-to-improving-students-social-emotional-skills-start-with-the-adults/2020/10>
- Schwartz, H. L., Hamilton, L. S., Mills, S. F., Gomez, C. J., Huguet, A., Jaycox, L. H., Leschitz, J. T., Tuma, A. P., Tosh, K., Whitaker, A. A., & Wrabel, S. W. (2020). *Early lessons from Schools and Out-of-School Time Programs Implementing Social and Emotional Learning*. RAND Corporation. <https://doi.org/10.7249/RRA379-3>
- Stigmar, M. (2016). Peer-to-peer teaching in higher education: A critical literature review. *Mentoring & Tutoring: Partnership in Learning*, 24(2),
- United Nations Children's Fund. (2021). *The State of the World's Children 2021: On my mind-promoting, protecting and caring for children's mental health*. <https://www.unicef.org/media/114636/file/SOWC-2021-full-report-English.pdf>.