

ผลของโปรแกรมกิจกรรมทางกายที่มีต่อความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏ

จตุรงค์ สว่างวงศ์ และสุวิมล ตั้งสัจจะพจน์

ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของงานวิจัยกึ่งทดลองนี้เพื่อพัฒนาและประเมินโปรแกรมกิจกรรมทางกายที่พัฒนาความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 120 คน เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเลย ที่ได้มาจากการสุ่มแบบเจาะจง จากมหาวิทยาลัยราชภัฏกลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จำนวน 11 มหาวิทยาลัย นำคะแนนของกลุ่มตัวอย่างที่ได้มาจากการคัดกรองด้วยแบบประเมินความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม มาเรียงจากคะแนนสูงสุดถึงคะแนนต่ำสุด เลือกคนที่มีความสูงกว่าค่าเฉลี่ยจำนวน 30 คน และต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ยอีก 30 คน มาสุ่มโดยวิธีจับคู่ (Match - Paired Sampling) ออกเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 30 คน เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย 1) แบบประเมินความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมของนักศึกษา (มีค่า IOC = 0.60 - 1.00 ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นแอลฟาของ Cronbach = 0.87) และ 2) โปรแกรมกิจกรรมทางกาย 8 สัปดาห์ ผ่านการตรวจค่าความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที (t - test)

ผลการวิจัยพบว่า 1) หลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ 8 สัปดาห์ของกลุ่มทดลอง นักศึกษามีพฤติกรรมความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมดีกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 2) หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกายของกลุ่มทดลองมีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมแตกต่างกับกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สรุปได้ว่า โปรแกรมกิจกรรมทางกายมีผลต่อความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่กลุ่มควบคุมพบว่าไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ: โปรแกรมกิจกรรมทางกาย ความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม นักศึกษา

EFFECTS OF PHYSICAL ACTIVITY PROGRAM ON PERSONAL AND SOCIAL RESPONSIBILITY OF RAJABHAT UNIVERSITY STUDENTS

Jaturong Sawangwong and Suvimol Tangsujjapoj

Department of Physical Education, Faculty of Education, Kasetsart University

Abstract

The purpose of this quasi-experimental research was to develop and evaluate the physical activity program for enhancing personal and social responsibility of Rajabhat University students. Samples were 120 Loei Rajabhat University students who were selected by purposive sampling from 11 Rajabhat universities in the northeast group. Samples were assigned to do the personal and social responsibility evaluation questionnaire. Then, researcher arranged the scores from the highest to the lowest, and selected 30 samples who had score above the mean and below the mean by match-paired sampling into control and experimental groups. The research instruments were 1) the personal and social responsibility evaluation questionnaire (IOC= 0.60-1.00, Cronbach Alpha coefficient reliability = .87), and 2) the physical activity program for enhancing personal and social responsibility of students (the face validity was approved by 5 physical education experts). Data were analyzed by using mean, standard deviation and t - test.

Findings were found that after attending the 8-week physical activity program, students in experimental group had better personal and social responsibility scores than before ($p < 0.05$). There were statistically significant differences in personal and social responsibility scores between the students in experimental group and the control group ($p < 0.05$). It can be concluded that the physical activity program had positive effect on the personal and social responsibility of Rajabhat University students.

Keywords: Physical activity, Personal and social responsibility, Students

บทนำ

ในสถาบันอุดมศึกษามีเหตุการณ์ที่เป็นปัญหาทางด้านคุณธรรมและจริยธรรมอย่างมากมายเช่นกัน วัลลา เทพหัสดิน ณ อยุธยา (Wallapa Thephasadin Na Ayudhya, 2000) ได้รวบรวมข่าวสื่อมวลชนจากหนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ ประมวลเป็นเหตุการณ์ปัญหาทางคุณธรรมและจริยธรรมของศึกษา สรุปได้ 10 หัวข้อข่าว ดังนี้ 1) นักศึกษาฆ่าเพื่อนนักศึกษาด้วยกันเองในเรื่องของความรัก 2) กรณีนักศึกษาฆ่าตัวตายเมื่อไม่ประสบผลสำเร็จในการเรียน การทำงานทำ หรือผิดหวังจากความรัก 3) กรณีนักศึกษาก้าวร้าวอาจารย์ผู้สอนโดยใช้วาจารุนแรงไม่สุภาพ 4) กรณีนักศึกษาทำร้ายเพื่อนนักศึกษาต่างสถาบันทำให้ผู้อื่นที่ไม่เกี่ยวข้องได้รับบาดเจ็บหรือบางรายถึงแก่ชีวิต 5) นักศึกษาประกอบอาชีพไม่เหมาะสมเป็นอาชีพที่สังคมรังเกียจ เช่น รับจ้างถ่ายแบบในลักษณะล่อแหลม เกิดผลกระทบถึงชื่อเสียงของสถาบัน 6) กรณีนักศึกษาประทุษร้ายในทางเพศข่มขืนหรือลวนลามเพื่อนนักศึกษาด้วยกันเอง 7) กรณีนักศึกษาปล้นชิงทรัพย์สินหรือคดโกงไม่ใช้ทุน กู้ยืม ตามสัญญา 8) กรณีนักศึกษาทุจริตการศึกษาโดยรับจ้างสอบเข้าสถาบันอุดมศึกษาหรือการนำเอาเอกสารเข้าห้องสอบ ลอกรายงานเพื่อน ถ่ายเอกสารสำเนาข้อเขียนผู้อื่นแล้วเปลี่ยนเป็นชื่อของตนเอง ปลอมลายเซ็นอาจารย์ที่ปรึกษาหรือแม้กระทั่งจ้างผู้อื่นทำผลงานทางวิชาการ 9) กรณีนักศึกษาเสพยาเสพติด และของมีเงินมาจนครองสติไม่ได้ไปทะเลาะวิวาทกับเพื่อน หรือทำลายทรัพย์สินของสาธารณะหรือก่อให้เกิดความวุ่นวายส่งเสียงดังทำลายความสงบของสังคม และ 10) กรณีการพนัน นักศึกษานำเงินที่ผู้ปกครองส่งมาให้ไปเล่นพนันหมดตัว ส่งผลให้มีปัญหาต่าง ๆ อีกมากมาย ดังนั้น จากเหตุการณ์ดังกล่าวจะเห็นได้ว่า ปัญหาที่เกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรม ความรับผิดชอบของนักเรียน นิสิต นักศึกษาไทย ยังอยู่ในช่วงวิกฤต และเป็นเรื่องที่สำคัญที่ต้องรีบแก้ไขอย่างเร่งด่วน

นอกจากนี้ยังมีกรณีนักศึกษาก้าวร้าวอาจารย์ผู้สอนโดยใช้วาจารุนแรงไม่สุภาพ รับจ้างสอบเข้าสถาบันอุดมศึกษา การนำเอาเอกสารเข้าห้องสอบ ลอกรายงานเพื่อน เสพยาเสพติดและของมีเงินมาจนครองสติไม่ได้ไปทะเลาะวิวาทกับเพื่อน และนำเงินที่ผู้ปกครองส่งมาให้ไปเล่นพนันหมดตัว ส่งผลให้มีปัญหาต่าง ๆ อีกมากมาย ดังนั้น จากเหตุการณ์ที่ผ่านมาเห็นได้ว่า ปัญหาที่เกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรม ความรับผิดชอบของนักศึกษาไทยยังอยู่ในช่วงวิกฤต ยิ่งในยุคปัจจุบันสังคมหย่อนด้านคุณธรรม จริยธรรม คนในสังคมขาดความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง ส่งผลกระทบต่อคนในสังคม และสิ่งแวดล้อมรอบตัว (Surasuk Laubmala, 2009) ส่งผลให้สังคมไทยมีความเป็นสังคมวัตถุนิยม ให้ความสำคัญกับศิลปะธรรม และวัฒนธรรมที่ดั่งามลดลง ทุกภาคส่วนยังต้องเร่งพัฒนา และแก้ปัญหาด้านคุณธรรมจริยธรรม ความรับผิดชอบของนักศึกษาไทยอย่างเร่งด่วน

ดังนั้น การปลูกฝังคุณลักษณะความรับผิดชอบต่อสังคม ของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาจึงมีความสำคัญและจำเป็นต้องให้เกิดในนักศึกษาด้วย เพราะนักศึกษาเหล่านี้จะเป็นกำลังสำคัญของประเทศชาติในอนาคต ถ้าหากประชาชนในประเทศชาติขาดความรับผิดชอบต่อสังคม ไม่ว่าจะเป็นการประดิดประดอย คิดคั่นนวัตกรรมใด ๆ ขึ้นมาก็ไม่สามารถที่จะพัฒนา และรักษาเสถียรภาพของสังคม และประเทศชาติเอาไว้ได้ การปลูกฝังและพัฒนาคุณลักษณะความรับผิดชอบต่อสังคมของนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา จึงเสมือนเป็นการหว่านเมล็ดเยาวชนที่มีความรับผิดชอบต่อสังคม เพื่อเจริญเติบโตไปเป็นประชากร และพลเมืองที่ดี มีความรับผิดชอบต่อสังคม ต่อประเทศชาติในอนาคตต่อไป (Dusit Utitpong, 2004)

ขอบข่ายงานทางทฤษฎีและวัตถุประสงค์ในการวิจัย

Hellison (1996) เป็นผู้พัฒนารูปแบบการสอนให้เกิดความรับผิดชอบตนเองและสังคม (Teaching Personal and Social Responsibility Model – TPSR Model) แก่นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายโดยผ่านกิจกรรมทางกาย เพื่อให้ให้นักเรียนมีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมของเขา รูปแบบ TPSR นี้ขึ้นอยู่กับความคิดของระดับความรับผิดชอบต่อลำดับขั้น จาก 0 ถึง 5 ครูต้องวางแผนการสอนในบทเรียนให้สอดคล้องกับความต้องการของนักเรียน ควบคู่กับการพัฒนาความรับผิดชอบตนเองและสังคมในแต่ละกิจกรรมที่สอนให้ระดับความรับผิดชอบต่อประกอบด้วยองค์ประกอบพื้นฐาน (Hellison, 2011, p. 21) ดังต่อไปนี้

ระดับที่ 1 การให้ความเคารพสิทธิและความรู้สึกของคนอื่น (Respecting the right and feeling of others)

ระดับที่ 2 ความพยายามและให้ความร่วมมือ (Effort and Cooperation))

ระดับที่ 3 กำกับทิศทางของตัวเอง (Self-direction)

ระดับที่ 4 ช่วยเหลือคนอื่นและมีความเป็นผู้นำ (Helping Others and Leadership)

ระดับที่ 5 นำความรับผิดชอบต่อใช้นอกโรงยิม (Transferring to life outside the gym)

Hellison (2011) ได้ให้ครูใช้กลยุทธ์ในการฝังตรึงความรับผิดชอบต่อในแต่ละงานให้กับนักเรียนโดยการบูรณาการความคิดเข้าไปในแต่ละบทเรียน กล่าวคือ

1. **ตระหนักรู้ในการพูด (Awareness Talk)** – ก่อนกิจกรรม หรือหลังจากอบอุ่นร่างกายแล้ว ครูจะกล่าวเน้นถึงความสำคัญของความรับผิดชอบต่อระหว่างเรียน และเน้นถึงความคิดที่รวมอยู่ในระดับความรับผิดชอบต่อที่ต้องการจะเน้น

2. **การประชุมกลุ่ม (Group meeting)** – ในตอนท้ายของบทเรียนให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม พูดถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียนที่เกี่ยวกับความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม และแสดงความคิดเห็น

3. **การสะท้อนถึงความคิดของตนเอง (Self-reflection)** – ให้นักเรียนสะท้อนถึงพฤติกรรมของตนเองที่เกิดขึ้นในระหว่างชั้นเรียน และประเมินความรับผิดชอบต่อของตนเอง

Watson & Clocksin (2013, pp. 8-10) ได้เสนอ SITE Model เป็นหัวข้อ (Themes) ที่แนะนำให้ครูนำไปสอนให้นักเรียนเกิดความรับผิดชอบต่อ (Responsibility – based Pedagogy) โดยผ่านกิจกรรมต่าง ๆ ที่อยู่ในหลักสูตร SITE Model เป็นหัวข้อที่เรียนใน TPSR ประกอบด้วย

S = Student Relationships – ครูต้องสร้างความสัมพันธ์กับนักเรียน และรู้จักนักเรียนทุกคน

I = Integration – ครูต้องบูรณาการบทบาทในความรับผิดชอบต่อ แนวคิด และความคาดหวังลงในทุกบทเรียนของกิจกรรมและทักษะที่สอน

T = Transfer – ครูช่วยให้นักเรียนสามารถถ่ายโอนสิ่งที่ได้เรียนในโรงยิมไปใช้ในสถานที่อื่นได้

E = Empowerment – ครูเพิ่มพลังการรับรู้ในชีวิตของนักเรียน โดยการแลกเปลี่ยนความรับผิดชอบต่อกับนักเรียน ให้แรงเสริมในตัวเลือกที่เป็นบวก และกระตุ้นให้มีการสะท้อนกลับของตัวเอง (Self-Reflect)

นอกจากนี้ Hagenbach (2011, pp. 1-3) กล่าวถึง เทคนิคในการสอนนักเรียนให้มีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบต่อ ดังนี้

1. การเตรียมการสอนให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบต่อ

1.1) สร้างสิ่งแวดล้อมที่เป็นบวก ใช้แรงเสริมช่วยในการเรียนรู้ภายใต้หลักการ “3 Cs”

ก. Connect – สร้างความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน

ข. Communication – มีการสื่อสารและให้ผลสะท้อนกลับแก่นักเรียน

ค. Collaboration – การประสานงานกับเพื่อนนักเรียนในขณะฝึกทักษะ และร่วมกันแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น

- 1.2) การประเมินนักเรียน – มีเครื่องมือประเมิน และให้นักเรียนประเมินตัวเอง
2. การวางแผนหน่วยการสอนเพื่อสอนให้มีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ อาศัยหลักการ ดังนี้
 - 2.1) ให้ความเคารพซึ่งกันและกัน (Respect)
 - 2.2) สร้างความท้าทายให้กับผู้เรียน (Challenge)
 - 2.3) การทำงานเป็นทีม (Teamwork)

ศักยภาพในความรับผิดชอบตนเองและสังคมมีความสำคัญที่ทำให้นักศึกษาเข้าใจตนเอง และคนอื่น สามารถจัดการกับความสัมพันธ์ระหว่างชีวิต การทำงาน และการเรียนรู้ให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ศักยภาพนี้ รวมถึงการเรียนรู้การควบคุมอารมณ์ การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจคนอื่น และเข้าใจความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน สร้างขอบข่ายงานให้เกิดความสัมพันธ์ในแง่บวก การทำงานเป็นทีมอย่างมีประสิทธิภาพ พัฒนาทักษะการเป็นผู้นำ และรองรับความท้าทายในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ ศักยภาพในความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมสนับสนุนให้นักศึกษาเกิดความคิดสร้างสรรค์ และเชื่อมั่นในตนเองด้วยความรู้สึกรักที่ทำได้ให้คุ้มค่า (Self-Worth) ตระหนักรู้ในตนเอง และเอกลักษณ์ตนเองในการทำให้นักศึกษาสามารถจัดการให้เกิดสุขภาวะทางร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา และจิตวิญญาณ สร้างและรักษาความสัมพันธ์ของการมีสุขภาพที่ดี และเตรียมตัวให้นักศึกษามีบทบาทในชีวิตตนเอง ชุมชน และสังคม ในการจัดการกับความสัมพันธ์ระหว่างอารมณ์ และการรับรู้สิ่งต่าง ๆ ด้วยความเฉลียวฉลาด

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีสนใจที่จะพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมทางกายที่สร้างเสริมความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมให้นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ เพื่อพัฒนาความรับผิดชอบต่อตนเอง และสังคมของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ซึ่งเป็นอนาคตที่สำคัญของประเทศชาติ และเป็นการพัฒนาบุคลากรของประเทศ ให้เป็นบุคคลที่สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญาต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อสร้างโปรแกรมกิจกรรมทางกายที่มีต่อการพัฒนาความรับผิดชอบต่อตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ
2. ประเมินผลการใช้โปรแกรมกิจกรรมทางกายที่มีต่อการพัฒนาความรับผิดชอบต่อตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร คือ มหาวิทยาลัยราชภัฏกลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จำนวน 11 แห่ง ได้แก่ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม มหาวิทยาลัยราชภัฏร้อยเอ็ด มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร และมหาวิทยาลัยราชภัฏเลย

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเลย จำนวน 120 คน ที่ได้มาจากการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากมหาวิทยาลัยราชภัฏกลุ่มภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จำนวน 11 แห่ง ให้กลุ่มตัวอย่างคัดกรองด้วยแบบสอบถามประเมินความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม นำคะแนนของกลุ่มตัวอย่างมาเรียงจากคะแนนสูงที่สุดถึงคะแนนต่ำที่สุด เลือกคนที่มีความสูงเกินค่าเฉลี่ย จำนวน 30 คน และต่ำกว่าค่าเฉลี่ยอีก 30 คน มาสุ่มแบบจับคู่ (Match-Paired Sampling) ออกเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองกลุ่มละ 30 คน

เครื่องมือวิจัย

1. แบบประเมินความรับผิดชอบตนเองและสังคมของนักศึกษา เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง (Self – Administered Questionnaire) เป็น 4-Point Rating Scale ประกอบด้วย 18 ข้อคำถาม ที่ยึดตามแนวคิด TPSR Model ของ Hellison (2011) แบ่งออกเป็น 5 ด้าน ได้แก่ 1) การให้ความเคารพสิทธิ และ ความรู้สึกของคนอื่น 2) ความพยายามและให้ความร่วมมือ 3) กำกับทิศทางของตนเอง 4) ช่วยเหลือคนอื่น และมีความเป็นผู้นำ และ 5) นำความรับผิดชอบไปใช้นอกโรงเรียน แบบสอบถามได้ผ่านการประเมินหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิทางพลศึกษาจำนวน 5 ท่าน ได้ค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.60 - 1.00 และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ความเชื่อมั่นแอลฟาของ Cronbach เท่ากับ 0.87

การแปลความหมายของแบบสอบถาม

3.51 – 4.00	มากที่สุด
2.51 – 3.50	มาก
1.51 – 2.50	ปานกลาง
0.51 – 1.50	น้อย
0.00 – 0.50	น้อยมาก

2. โปรแกรมกิจกรรมกายที่สร้างเสริมความรับผิดชอบตนเองและสังคมของนักศึกษา มีระยะเวลา 8 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง โดยยึดกลยุทธ์ในการปลูกฝังความรับผิดชอบจากการบูรณาการของ Hellison (2011) ประกอบด้วย การตระหนักรู้ในการพูด การประชุมกลุ่มย่อย และการสะท้อนถึงถึงความคิดของตนเอง และยึดเทคนิคในการสอนให้มีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบของ Hagenbach (2011) ประกอบด้วย 1) สร้างสิ่งแวดล้อมที่เป็นบวก ใช้แรงเสริมช่วยในการเรียนรู้ภายใต้หลักการ “3 Cs” (Connect, Communication, & Collaboration) และ 2) การวางแผนหน่วยการสอนเพื่อสอนให้มีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ อาศัยหลักการให้ความเคารพซึ่งกันและกัน การสร้างความท้าทายให้กับผู้เรียน และการทำงานเป็นทีม โปรแกรมได้ผ่านการตรวจค่าความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ได้ค่าเครื่องมืออยู่ในระดับที่เหมาะสม

โปรแกรมกิจกรรมทางกายที่สร้างเสริมความรับผิดชอบตนเองและสังคมให้กับนักศึกษา ประกอบด้วย เกม กิจกรรมกีฬา กิจกรรมนันทนาการ และกิจกรรมผจญภัย ตารางโปรแกรม 8 สัปดาห์ ประกอบด้วย

สัปดาห์ที่ 1 การช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) และ AED

สัปดาห์ที่ 2 บาสเกตบอลหรรษา

สัปดาห์ที่ 3 ตีลูกปิงปองด้วยเส้นหมา

สัปดาห์ที่ 4 เสรีลูกแบดมินตันตามปรารถนา

สัปดาห์ที่ 5 ตีลูก Wood ball ลงคูหา (Home)

สัปดาห์ที่ 6 การศึกษานอกห้องเรียน (Outdoor Education)

สัปดาห์ที่ 7 ลีลาของกลุ่มสัมพันธ์ (Group Dynamic)

สัปดาห์ที่ 8 การสร้างทีม (Team Building)

ให้กลุ่มทดลองเข้าโปรแกรมกิจกรรมทางกายฯ ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง ส่วนกลุ่มควบคุม ให้เข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่ทางมหาวิทยาลัยจัดให้ มีระยะเวลา 8 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ชั่วโมง ในวันพุธ เวลา 15.00 – 17.00 น. ณ โรงเรียนพลศึกษา

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม 8 สัปดาห์ ให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมประเมินด้วยแบบสอบถามประเมินความรับผิดชอบตนเองและสังคมของนักศึกษา

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโดยใช้ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานเปรียบเทียบความแตกต่างการวัดความรับผิดชอบตนเองและสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ ก่อนและหลังการเข้าโปรแกรมกิจกรรมทางกาย ภายในกลุ่ม ด้วยสถิติ t – test Dependent และเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วย t – test Independent

ผลการวิจัย

ระดับพฤติกรรมที่แสดงถึงความรับผิดชอบตนเองและสังคม ประกอบด้วย 6 ระดับ ดังนี้

ระดับ 0 หมายถึง ไม่มีความรับผิดชอบตนเองและสังคม

ระดับ 1 หมายถึง การให้ความเคารพสิทธิและความรู้สึกของคนอื่น

ระดับ 2 หมายถึง การมีส่วนร่วม เข้าร่วมกิจกรรมและพยายามเรียนรู้ทักษะใหม่

ระดับ 3 หมายถึง กำกับทิศทางของตัวเอง

ระดับ 4 หมายถึง รับรู้และรับผิดชอบต่อสภาวะของคนอื่น

ระดับ 5 หมายถึง นำความรับผิดชอบไปใช้นอกโรงเรียน

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเองและสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกายฯ แยกตามระดับพฤติกรรมของกลุ่มทดลอง

ระดับพฤติกรรม	ก่อน			หลัง			t	p
	$\bar{X}$	S.D.	ความหมาย	$\bar{X}$	S.D.	ความหมาย		
ระดับ 0	1.32	0.39	น้อย	1.38	0.47	น้อย	-0.491	.627
ระดับ I	3.49	0.43	มาก	3.53	0.48	มากที่สุด	-0.348	.730
ระดับ II	3.54	0.48	มากที่สุด	3.71	0.42	มากที่สุด	-1.306	.202
ระดับ III	2.72	0.53	มาก	3.15	0.49	มาก	-3.691	.001*
ระดับ IV	3.60	0.39	มากที่สุด	3.77	0.35	มากที่สุด	-1.912	.066
ระดับ V	3.52	0.54	มากที่สุด	3.71	0.47	มากที่สุด	-1.461	.155

*p<.05

จากตารางที่ 1 การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกายฯ แยกตามระดับพฤติกรรมของกลุ่มทดลอง พบว่า มีความแตกต่างกันในระดับพฤติกรรมที่ III กำหนดทิศทางของตัวเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกนั้นไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกายฯ แยกตามระดับพฤติกรรมของกลุ่มควบคุม

ระดับ พฤติกรรม	ก่อน			หลัง			t	p
	$\bar{X}$	S.D.	ความหมาย	$\bar{X}$	S.D.	ความหมาย		
ระดับ 0	1.34	0.50	น้อย	1.23	0.35	น้อย	1.581	.125
ระดับ I	3.50	0.37	มาก	3.59	0.35	มากที่สุด	-1.628	.114
ระดับ II	3.52	0.38	มากที่สุด	3.50	0.42	มาก	.626	.536
ระดับ III	2.65	0.47	มาก	2.66	0.43	มาก	.000	1.000
ระดับ IV	3.59	0.39	มากที่สุด	3.52	0.39	มากที่สุด	1.361	.184
ระดับ V	3.55	0.50	มากที่สุด	3.58	0.48	มากที่สุด	-0.571	.573

*p<.05

จากตารางที่ 2 การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ ระหว่างก่อนและหลัง แยกตามระดับพฤติกรรมของกลุ่มควบคุม พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญในทุกระดับพฤติกรรม

ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ

กลุ่ม	N	$\bar{X}$	S.D.	t	p
กลุ่มทดลอง					
ก่อนเข้าโปรแกรม	30	3.04	0.14	-3.245*	0.003
หลังเข้าโปรแกรม	30	3.21	0.23		
กลุ่มควบคุม					
ก่อนเข้าโปรแกรม	30	3.03	0.14	0.123	0.901
หลังเข้าโปรแกรม	30	3.03	0.17		

*p<.05

จากตารางที่ 3 การเปรียบเทียบพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกายฯ พบว่ากลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มควบคุมพบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 4 ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกายฯ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

กลุ่ม	N	$\bar{x}$	S.D.	t	p
ก่อนการทดลอง					
กลุ่มทดลอง	30	3.04	0.14	.187	.852
กลุ่มควบคุม	30	3.03	0.14		
หลังการทดลอง					
กลุ่มทดลอง	30	3.21	0.23	3.636*	.001
กลุ่มควบคุม	30	3.03	0.17		

*p<.05

จากตาราง 4 แสดงถึงการเปรียบเทียบพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ ก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกายฯ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ แต่ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกายฯ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปผลการวิจัย

1. การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมกายที่สร้างเสริมความรับผิดชอบตนเองและสังคมของนักศึกษามีระยะเวลา 8 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 2 ชั่วโมง โดยยึดกลยุทธ์ในการปลูกฝังความรับผิดชอบจากการบูรณาการของ Hellison (2011) ประกอบด้วย การตระหนักรู้ในการพูด การประชุมกลุ่มย่อย และการสะท้อนถึงถึงความคิดของตนเอง และยึดเทคนิคในการสอนให้มีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบของ Hagenbach (2011) ประกอบด้วย 1) สร้างสิ่งแวดล้อมที่เป็นบวก ใช้แรงเสริมช่วยในการเรียนรู้ภายใต้หลักการ “3 Cs” (Connect, Communication, & Collaboration) และ 2) การวางแผนหน่วยการสอนเพื่อสอนให้มีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบ อาศัยหลักการให้ความเคารพซึ่งกันและกัน การสร้างความท้าทายให้กับผู้เรียน และการทำงานเป็นทีม นั้น มีค่าความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน อยู่ในระดับที่เหมาะสม

2. ผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมทางกาย ที่มีต่อความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ

2.1 การเปรียบเทียบพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกายฯ ของกลุ่มทดลอง พบว่า มีพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเองและสังคม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกายดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่กลุ่มควบคุมพบว่าไม่แตกต่างกัน

2.2 เมื่อพิจารณาแยกตามระดับพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกาย พบว่า มีพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเองและสังคมที่ดีขึ้นในทุกระดับพฤติกรรม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่กลุ่มควบคุมพบว่าไม่แตกต่างกัน

2.3 เปรียบเทียบพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคม ระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกาย พบว่า พฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้พัฒนาโปรแกรมกิจกรรมทางกายที่พัฒนาความรับผิดชอบตนเองและสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ โดยยึดรูปแบบการสอนความรับผิดชอบตัวเองและสังคม (TPSR Model) ของ Hellison (1996) ใช้เวลาในการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกายฯ ทั้งสิ้น 8 สัปดาห์ ๆ ละ 1 วัน ๆ ละ 2 ชั่วโมงนั้น ผลการศึกษาพบว่า ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม 8 สัปดาห์ ของกลุ่มทดลอง นักศึกษามีความรับผิดชอบต่อตัวเองและสังคม หลังเข้าร่วมโปรแกรมฯ ดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่.05 และหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมความรับผิดชอบตัวเองและสังคมแตกต่างกับกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั้น

สอดคล้องกับงานวิจัยของ Hellison & Walsh (2002) ที่ได้สรุปการศึกษาโดยใช้รูปแบบTRSP ของ Hellison จำนวน 26 เรื่อง ในช่วงปี 1978 – 2001 โดยมี 21 เรื่อง ใช้ข้อมูลเชิงปริมาณและคุณภาพ 4 เรื่อง ใช้แบบสอบถามสำรวจ 3 เรื่อง ใช้ประเมินผลที่ได้รับ (Outcome) จาก TRSP และอีก 23 เรื่อง เน้นถึงกระบวนการ (Process) ของ TRSP ผลการศึกษาพบว่า ตัวแปรที่สนับสนุนผู้เข้าร่วมโปรแกรม TRSP มีการปรับปรุง 5 เป้าหมาย (5 ระดับ) ที่ช่วยให้นักเรียนเน้นถึงความรับผิดชอบจำนวน 19 เรื่อง จำนวน 4 เรื่อง รายงานว่ามีการปรับปรุงการควบคุมตัวเองดีขึ้น และอีก 12 เรื่อง เกิดความพยายามที่จะปรับปรุงความรับผิดชอบ แต่มีเพียง 8 เรื่อง ที่แสดงถึงมีการปรับเปลี่ยนตามทิศทางของตัวเอง (Self-Direction) และมีอีก 7 เรื่อง สนับสนุนการปรับเปลี่ยนในการให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่น นอกจากนี้ยังมีอีก 11 เรื่อง สามารถถ่ายโอนเป้าประสงค์นอกเหนือไปโปรแกรมได้ดีด้วย

นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องการวัดการรับรู้ของนักเรียนเกี่ยวกับความรับผิดชอบตนเองและสังคมและความสัมพันธ์กับแรงจูงใจที่แท้จริงในพลศึกษาของ Li, Wright, Rukavina, & Pickering (2008) ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อทดสอบความถูกต้องและความน่าเชื่อถือของปัจจัยความรับผิดชอบตนเองและสังคม กับความสัมพันธ์กับแรงจูงใจ โดยใช้แบบสอบถามความรับผิดชอบตนเองและสังคม (PSRQ) และแบบตรวจสอบความสัมพันธ์การรับรู้ความรับผิดชอบตนเองและสังคมและความสัมพันธ์กับแรงจูงใจ ผู้เข้าร่วมเป็นนักเรียนจำนวน 253 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีความรับผิดชอบตนเองและสังคมสูงขึ้น

อนึ่ง การเปรียบเทียบระดับพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมทางกายฯ แยกตามระดับพฤติกรรมของกลุ่มทดลองพบว่า มีความแตกต่างกันในระดับพฤติกรรมที่ III กำหนดทิศทางของตัวเองหลังการเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ Hellison & Walsh (2002) ที่ได้สรุปการศึกษาโดยใช้รูปแบบ TRSP ของ Hellison จำนวน 26 เรื่อง ในช่วงปี 1978 – 2001 พบว่า มี 8 เรื่อง ที่แสดงถึงมีการปรับเปลี่ยนตามทิศทางของตัวเอง (Self - Direction)

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ข้อเสนอแนะในการนำวิจัยไปใช้

1. การนำโปรแกรมกิจกรรมทางกายที่พัฒนาพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ ไปใช้ให้เกิดผลอย่างต่อเนื่องและได้ผลดียิ่งขึ้นควรทำเป็นระยะเวลา 16 สัปดาห์ หรือ 1 ภาคการศึกษา ในการเรียนการสอนเป็นอย่างน้อย

2. มหาวิทยาลัยราชภัฏที่สนใจโปรแกรมกิจกรรมทางกาย ที่พัฒนาพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษา สามารถนำผลการวิจัยนี้ไปเป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมทางกาย ที่พัฒนาพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคม สำหรับนักเรียนในโรงเรียนระดับประถมศึกษา และมัธยมศึกษา

2. ควรมีการพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมทางกาย ที่พัฒนาพฤติกรรมความรับผิดชอบตนเอง และสังคมของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ ในรูปแบบกิจกรรมใหม่ ๆ ให้เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงด้านการเรียนการสอนในอนาคต

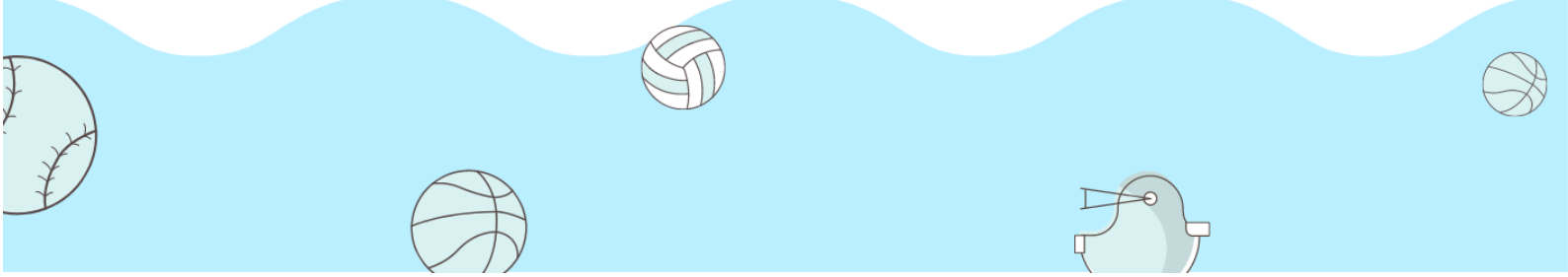
References

- Dusit Utitpong. (2004). *The development of social responsibility for undergraduate students of Faculty of Education at Khon Kaen University* (Master's thesis), Khon Kaen University.
- Hagenbach, S. (2011). *Teaching Children Responsible Behavior*. IL: Human Kinetics.
- Hellison, D. (1996). Teaching Personal and Social Responsibility in Physical Education. In S. Silverman, & C. D. Ennis (Eds.). *Students Learning in Physical Education*. IL: Human Kinetics.
- Hellison, D., & Walsh, D. (2002). Responsibility-based youth program evaluation: Investigating the Investigation. *Quest*, 54, 292 - 307.
- Hellison, D. (2011). *Teaching Personal and Social Responsibility through Physical Activity*. IL: Human Kinetics.
- Li, W., Wright, P.M., Rukavina, P.B., & Pickering, M. (2008). Measuring students' perceptions of personal and social responsibility and relationship to intrinsic motivation in urban physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 27, 167 - 178.
- Surasuk, Laubmala. (2009). Teaching Social Responsibility. *Thai Education Journal*, 6, 21 - 27.
- Wallapa, Thephasadin Na Ayudhya. (2000). *Developing Virtue and Ethics of Students*. Bangkok: Ministry of University Affairs.
- Watson, D. L., & Clocksin, B. D. (2013). *Using Physical Activity and Sport to Teach Personal and Social Responsibility*. IL: Human Kinetics.

Received: March, 31, 2020

Revised: June, 19, 2020

Accepted: June, 22, 2020



Academic Journal of Thailand National Sports University