



รูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ สำหรับเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพ

ภูฟ้า เสวกพันธ์¹ อาพัทธ์ เตียวตระกูล¹ ประภรณ์ ตั๊ยศรี² สุกกิจ วิริยะกิจ³

ณัฐวุฒิ นิมา⁴ เต็น ครองคัมภีร์⁵ และวินโซอง⁶

¹คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

²คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

³คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

⁴คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์

⁵คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตเพชรบูรณ์

⁶วิทยาลัยนอร์ทเทิร์น

บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่องรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพ เป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือ เพื่อการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่มีจุดมุ่งหมายเพื่อหาคุณภาพของรูปแบบด้านความถูกต้องครอบคลุมและความเป็นไปได้โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้เชี่ยวชาญทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา สุขศึกษาและ/หรือพลศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา จำนวน 8 ท่าน ด้วยวิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจงประเมินความถูกต้องครอบคลุมและความเป็นไปได้ แบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับของรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพ โดยอาศัยเกณฑ์ประเมินที่เสนอจากคณะกรรมการสร้างมาตรฐานสำหรับการประเมินทางการศึกษา วิเคราะห์ข้อมูลโดยค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ผลการวิจัยพบว่า 1) ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความถูกต้องครอบคลุมของรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพพบว่า มีความถูกต้องครอบคลุมในระดับมากที่สุด 2) ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความเป็นไปได้ของรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพพบว่า มีความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด และ 3) รูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพมี 24 องค์ประกอบ คือ 1) วัตถุประสงค์ 2) ทฤษฎีพฤติกรรม สุขภาพระดับกลุ่มหรือชุมชน 3) แนวทางการเสริมสร้างพลังอำนาจของชุมชน 4) ประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะล้านนา 5) ประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะลับล 6) ประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะสองแคว 7) ประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะเพชรบูรณ์ 8) ประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะเจ้าพระยา 9) แบบจำลองรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ด้วยเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือ 10) แบบจำลองเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือ 11) กรอบแนวคิดการส่งเสริมสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ 12) โครงสร้างกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ 13) แนวทางการจัดกิจกรรม 14) เป้าหมายของกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ 15) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ 16) สารของกิจกรรม 17) คำอธิบายกิจกรรม



18) มาตรฐาน ตัวชี้วัด และสาระของกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ 19) โครงสร้างเวลาของกิจกรรม 20) แนวทางการจัดการกิจกรรม 21) แนวทางการวัดและประเมินผล 22) นิยามศัพท์สำคัญ 23) การวัดสุขภาพ และ 24) มาตรฐานสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่

คำสำคัญ: สุขภาวะ; คนไทย; วิถีชีวิตใหม่; เครือข่ายอาจารย์มืออาชีพ



A MODEL ENHANCING THAI PEOPLE'S WELL - BEING BASED ON NEW NORMAL CONCEPT FOR FACULTY MEMBER'S PROFESSIONAL NETWORK

Pufa Savagpun¹, Arphat Tiaotrakul¹, Prakorn Tuisri², Supakit Wiriyakit³,
Nuthawut Chimma⁴, Den Krongkumpee⁵, and Win Soe Aung⁶

¹Faculty of Education, Naresuan University

²Faculty of Education, Chiangmai University

³Faculty of Education, Nakhonsawan Rajabhat University

⁴Faculty of Education, Uttaradit Rajabhat University

⁵Thailand National Sport University, Phetchabun Campus

⁶Northern College

Abstract

The research "A Model Enhancing Thai People's Well - being based on New Normal Concept for Faculty Member's Professional Network" was part of the development of faculty member's professional network in higher education institutions at northern to enhance Thai people's well-being based on the concept of new normal. This research aimed to study a model enhancing Thai people's well - being based on new normal concept for faculty member's professional network in accuracy and propriety standard. The sample group was 8 higher education by purposive sampling who major in health and physical education and sport science. The questionnaire on the model enhancing Thai people's well-being based on the new normal concept for faculty members' professional network met the accuracy standard and feasibility standard with 5 rating scale. The data were analyzed by percentage, mean and S.D. The research found that; 1) model enhancing Thai people's well - being based on new normal concept for faculty member's professional network met the accuracy standard at the highest level 2) model enhancing Thai people's well - being based on new normal concept for faculty member's professional network was met feasibility standard at the highest level. 3) model enhancing Thai people's well - being based on new normal concept for faculty member's professional network has 24 components 1) objectives 2) theory of health behaviors in group and community level 3) community empowerment 4) Lan - Na health related 5) Lub - Lae health related 6) Song - Kwaie health related 7) Phet - Bura health related 8) Chao - Phraya health related 9) TWENMEN Model 10) model networking 11) well - being based on new normal concept 12) activity structure of enhancing well - being based on new normal 13) activity guideline 14) goal of enhancing well - being based on new normal 15) characteristic desire 16) activity content 17) activity describe 18) standard, key indicator and activity content of enhancing well-being based on new normal 19) timing



structure activity 20) activity 21) evaluation and measurement 22) definition 23) well - being scale and 24) well - being measurement tool.

Keywords: Faculty Member, Network, Higher Education, Northern

บทนำ

เครือข่ายอาจารย์มืออาชีพ คือ เครือข่ายที่พัฒนาขึ้นจากปณิธานความร่วมมือทางวิชาการระหว่างอาจารย์สาขาวิชาพลศึกษา สุขศึกษา และวิทยาศาสตร์การกีฬาในสถาบันอุดมศึกษา 16 แห่ง ในเขตพื้นที่ภาคกลาง ภาคตะวันตกและภาคเหนือในกลุ่มมหาวิทยาลัยวิจัย มหาวิทยาลัยชุมชน และมหาวิทยาลัยเฉพาะทาง โดยการสนับสนุนงบประมาณวิจัยจากสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม ในปีงบประมาณ 2565 โดยมีผู้แทนเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพ จำนวนทั้งสิ้น 26 คน เข้าร่วมโครงการวิจัยโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาความเข้มแข็งด้านการวิจัยภายใต้การกำกับติดตามด้วยระบบเครือข่าย แม้ว่าสมาคมพลศึกษาประเทศไทย สมาคมสุขศึกษา พลศึกษา และสันตนาการแห่งประเทศไทย สมาคมสุขศึกษาแห่งประเทศไทย สมาคมวิชาชีพสุขศึกษา และสมาคมพลศึกษาแห่งประเทศไทย จะได้ดำเนินการพันธกิจด้านการพัฒนาวิชาชีพอย่างเสมอมา การสนับสนุนจากส่วนภูมิภาคสามารถช่วยขับเคลื่อนกลไกการยกระดับความสามารถของบุคลากรทางการศึกษาทั้งในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานไปจนถึงระดับการอุดมศึกษาก็มีความสำคัญจำเป็นอย่างไม่น้อย เครือข่ายอาจารย์มืออาชีพในเขตภาคเหนือจึงนับเป็นพันธมิตรกับการขยายความร่วมมือในส่วนภูมิภาคที่จะร่วมกันขับเคลื่อนตามภารกิจให้คนไทยมีสุขภาวะที่ดีตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ ซึ่งเป็นปรากฏการณ์การเปลี่ยนแปลงการดำรงชีวิตของคนไทยหลังการอุบัติขึ้นของโควิด - 19 แม้กระทั่งกิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกายตามวิถีดั้งเดิมที่เน้นความสนุกสนาน การมีส่วนร่วม การสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมผ่านกิจกรรมทางกายที่มีผู้เข้าร่วมมากกว่าหนึ่งคน และต้องมีการสัมผัสร่างกายกัน นับเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการสัมผัสโรคติดต่อ ดังนั้นเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพจึงร่วมกันค้นคว้ารูปแบบกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมกับวิถีชีวิตที่ประยุกต์กับลักษณะการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวิถีชีวิตใหม่ เช่น การเว้นระยะห่าง การปฏิบัติสุขอนามัย การพัฒนารูปแบบที่มีความเหมาะสมและมีความเป็นไปได้สำหรับการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ด้วยเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพจึงมีผลต่อการพัฒนาสุขภาวะคนไทยอย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้จากการสำรวจประชากรในเขตพื้นที่ภาคเหนือของประเทศไทย 17 จังหวัด ได้แก่ จังหวัดในเขตภาคเหนือตอนล่าง 9 จังหวัด ประกอบด้วย จังหวัดนครสวรรค์ กำแพงเพชร พิจิตร อุทัยธานี อุดรดิตถ์ เพชรบูรณ์ สุโขทัย และตาก จังหวัดในเขตภาคเหนือตอนบน 8 จังหวัด ประกอบด้วย จังหวัดเชียงราย เชียงใหม่ น่าน พะเยา แพร่ แม่ฮ่องสอน ลำปาง ลำพูน มีจำนวนประชากรมากกว่า 12 ล้านคน หรือประมาณร้อยละ 33 ของประชากรไทยทั้งหมด (Thailand Science Research and Innovation, 2020) รวมถึงการสำรวจเขตสุขภาพที่ 1 ถึง 3 (Thai Health Resource Center, 2019) พบว่า ประชากรในเขตพื้นที่ภาคเหนือประสบกับปัญหามลพิษทางอากาศที่เป็นปัญหาหลัก ได้แก่ ฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน 10 ไมครอน (PM 10) ฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน 2.5 ไมครอน (PM 2.5) ก๊าซโอโซน (O3) สารอินทรีย์ระเหยง่าย และหมอกควัน แหล่งกำเนิดมลพิษทางอากาศ มีลักษณะเฉพาะ แตกต่างกันไปแต่ละพื้นที่ซึ่งในภาพรวมเขตพื้นที่ภาคเหนือมลพิษทางอากาศส่วนใหญ่เกิดจากกิจกรรมการใช้พลังงาน ในภาคเกษตรกรรม การผลิตไฟฟ้าและอุตสาหกรรม ทำให้ประสบปัญหาโรคเกี่ยวกับปอด แห้งน้ำอยู่ในเกณฑ์เสื่อมโทรมคั่งที่ แม่น้ำที่มีคุณภาพเสื่อมโทรมมาอย่างต่อเนื่อง ได้แก่แม่น้ำปิง และแม่น้ำวังตอนบน มีความเกี่ยวเนื่องกับการบริโภคน้ำดื่มของคนในเขตพื้นที่ภาคเหนือ ทำให้ประสบปัญหาโรคเกี่ยวกับไต โดยปรากฏปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพคือ น้ำหนักตัวต่ำกว่าเกณฑ์ น้ำที่ไม่สะอาด กลุ่มควันจากการเผาทางเกษตรกรรม



สถาบันการศึกษามีส่วนสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพให้กับประชากรในพื้นที่ โดยสถาบันอุดมศึกษาในเขตพื้นที่ภาคเหนือ จำนวน 38 แห่ง จากจำนวน 155 สถาบันทั่วประเทศ หรือคิดเป็นร้อยละ 24.5 คณะกรรมการภูมิศาสตร์แห่งชาติได้แบ่งประเทศไทยออกเป็น 6 ภาค ทำให้สัดส่วนของสถาบันอุดมศึกษาภาคเหนือเมื่อเทียบกับภาคอื่น ๆ อยู่ในระดับมาก และเมื่อมีการสำรวจในปีการศึกษา 2562 (National Sports University, 2020) พบว่า สถาบันอุดมศึกษาที่เปิดการเรียนการสอนในระดับปริญญาบัณฑิตและบัณฑิตศึกษาศาสาวิชาสุศึกษา พลศึกษา และวิทยาศาสตร์การกีฬา มีจำนวน 16 แห่ง ประกอบด้วย สถาบันอุดมศึกษาทั้งของรัฐที่มีฐานะเป็นส่วนราชการและไม่ใช่ส่วนราชการ สถาบันอุดมศึกษาเอกชน โดยมีจำนวนอาจารย์ในระดับปริญญาบัณฑิตและบัณฑิตศึกษา ซึ่งปฏิบัติหน้าที่สอนด้านสุศึกษา พลศึกษา และวิทยาศาสตร์การกีฬา จำนวน 223 คน และมีอดสะสมของนักศึกษาสาขาพลศึกษา สุศึกษา และวิทยาศาสตร์การกีฬา นับจากปีการศึกษา 2562 รว 3,800 คน

ทั้งนี้สถาบันอุดมศึกษาในเขตพื้นที่ภาคเหนือต่างมีพันธกิจที่มุ่งกระจายโอกาสและความเสมอภาคทางการศึกษาให้กับประชากรในภูมิภาค 17 จังหวัด โดยการจัดการเรียนการสอน การบริการวิชาการให้สอดคล้องกับความต้องการของสังคมนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ของประชาชน ตลอดจนการอนุรักษ์ฟื้นฟูทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมให้ดีขึ้น มุ่งเน้นการพัฒนาวิชาการ และวิชาชีพชั้นสูง (National Sports University, 2020) เป็นศูนย์รวมแหล่งวิทยากรต่าง ๆ ที่มีคุณค่าต่อมนุษย์ และยังปณิธานอันแน่วแน่ที่จะดำรงความเป็นเลิศทางวิชาการและความเป็นสากล ในอันที่จะพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีคุณภาพและประสิทธิภาพ เพื่อเกื้อหนุนต่อการพัฒนาประเทศ และสามารถแข่งขันในระดับนานาชาติได้แบบยั่งยืน มุ่งส่งเสริมคณาจารย์ให้เป็นผู้รอบรู้ทางวิชาการ เชี่ยวชาญวิชาชีพในทุกสรรพวิทยาการ (Supparerk Ruckchart, 2015) มีความเป็นสากลทั้งในเชิงเทคโนโลยีและภาษาที่จำเป็นรวมถึงมีคุณธรรม จริยธรรม และจรรยาบรรณแห่งวิชาชีพ อีกทั้งเป็นผู้มีวิสัยทัศน์กว้างไกล มีจิตใจร่วมพัฒนา การสร้าง “เครือข่ายอาจารย์มืออาชีพ” สามารถช่วยส่งเสริมการมีสุขภาพของคนไทยตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ได้ด้วยการเปิดโอกาสให้อาจารย์ในเครือสถาบันอุดมศึกษาได้แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารรวมทั้งบทเรียนและประสบการณ์กับบุคคลหรือองค์กรที่อยู่นอกสถาบันของตน ลดความซ้ำซ้อนในการทำงาน ให้ความร่วมมือและทำงานในลักษณะที่เอื้อประโยชน์ซึ่งกันและกัน การพัฒนาอาจารย์ทางสุศึกษา พลศึกษา และวิทยาศาสตร์การกีฬาในสถาบันอุดมศึกษาให้เป็นมืออาชีพด้านการวิจัย การพัฒนาหลักสูตร และการจัดการเรียนการสอน มีความเชี่ยวชาญในการพัฒนาทักษะความรู้ ความสามารถที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (Myers, Sweeney, & Witmer, 2019) ให้มีความสามารถในการเรียนรู้ได้ตลอดชีวิต ส่งผลต่อสุขภาพของคนไทยตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ และสามารถแข่งขันในระดับภูมิภาคอาเซียนและในระดับสากล เพื่อนำพาประเทศไทยไปสู่ประเทศไทย 4.0 ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยการพัฒนาเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพเป็นภารกิจสำคัญเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชากร โดยมีความสอดคล้องกับเป้าหมายและผลสัมฤทธิ์ที่สำคัญของแผนงานสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (ววน.) พ.ศ. 2563 - 2565 (Thailand Science Research and Innovation, 2020) ในแพลตฟอร์มที่ 1 การพัฒนากำลังคน ยกระดับสถาบันความรู้และระบบนิเวศด้านวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม แผนงานที่ 3 ส่งเสริมการวิจัยและนวัตกรรมเพื่อสร้างกำลังคนในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม รวมถึงเพื่อการสร้างบัณฑิต การส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดช่วงชีวิต การพัฒนาทักษะ (Up - skill) และการเพิ่มทักษะ (Re - skill)



ดังนั้นการวิจัยและพัฒนาเป็นปัจจัยสนับสนุนที่สำคัญในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตคนไทยตามยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ด้วยการพัฒนาเครือข่ายความร่วมมือของบุคลากรสายวิชาการที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านการส่งเสริมสุขภาวะของคนไทยตามบริบทที่แตกต่างกันของแต่ละพื้นที่เขตภาคเหนือซึ่งมีความสอดคล้องกับแผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ (23) ด้านการวิจัยและพัฒนานวัตกรรม ด้านองค์ความรู้พื้นฐาน (Office of the National Economic and Social Development Council, 2020) พัฒนาความเป็นเลิศทางวิชาการโดยการส่งเสริมการวิจัย พัฒนา และประยุกต์ใช้นวัตกรรม ให้กับกลุ่มอาจารย์ด้านสุขศึกษา พลศึกษา และวิทยาศาสตร์การกีฬาในสถาบันอุดมศึกษาให้สามารถสร้างองค์ความรู้ สมรรถนะและค่านิยมด้านสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ที่สอดคล้องกับ “วิถี” การดำเนินชีวิตและวัฒนธรรมของแต่ละท้องถิ่น ด้วยการเสริมสร้างเครือข่ายและการนำไปเผยแพร่กับประชาชนเพื่อต่อยอดในเชิงเศรษฐกิจและสังคมระหว่างสถาบันอุดมศึกษาในเขตพื้นที่ภาคเหนือต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษารูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพ

วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสารต่าง ๆ ตารางที่ 1 พบว่า ในการศึกษาสถานการณ์และแนวโน้มการพัฒนาสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ การสร้างเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพทางสุขศึกษาและพลศึกษาในประเทศไทยนั้นต้องดำเนินการศึกษาความสำคัญของสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่

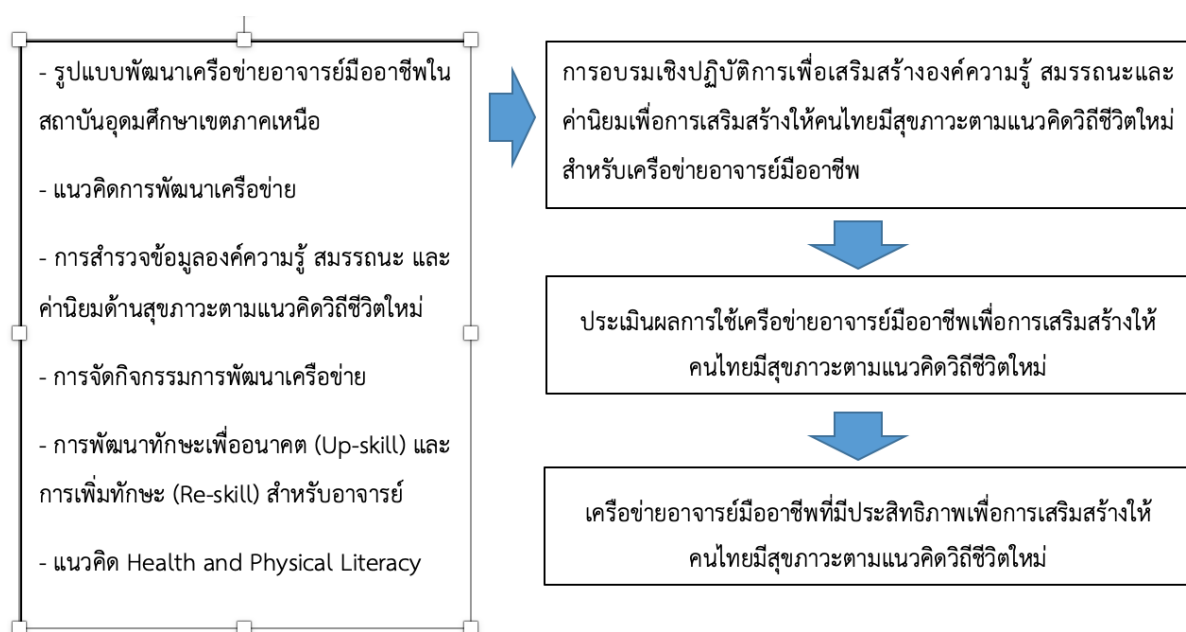
ตารางที่ 1 แสดงแนวทางการสังเคราะห์เอกสาร

ลำดับที่	ประเด็น	แนวทางการสังเคราะห์เอกสาร
1	รูปแบบ	ประเมินความสำคัญจำเป็นของรูปแบบที่มีความเหมาะสม วิเคราะห์การใช้รูปแบบกับอาจารย์ในสถาบันอุดมศึกษาของประเทศไทย และสังเคราะห์รูปแบบที่สร้างโอกาสความสำเร็จจากสมาชิก
2	เครือข่าย	ความเหมาะสมของเครือข่ายในระดับอุดมศึกษาจากกรณีศึกษาต่าง ๆ ข้อจำกัดของการลดทอนความสำเร็จจากการสร้างเครือข่าย และวิธีการ ในการพัฒนาเครือข่ายจากองค์กรวิชาชีพทางสุขศึกษา พลศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬา
3	อาจารย์มืออาชีพ	ทัศนคติหรือแนวคิดของอาจารย์ในสถาบันอุดมศึกษาที่มีต่อรูปแบบการทำงานเป็นเครือข่าย และแนวทางการพัฒนาวิชาชีพ
4	สุขศึกษา	องค์ความรู้สมัยใหม่เพื่อการป้องกันการระบาดของโรคติดต่อต่าง ๆ ในการสอนสุขศึกษาทุกระดับชั้น
5	พลศึกษา	ประเมินวิธีการสอนรูปแบบที่มีความเหมาะสมกับลักษณะผู้เรียนในปัจจุบัน ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการระบาดของโควิด19 ที่ส่งผลต่อการเรียนการสอนพลศึกษา



ตารางที่ 1 แสดงแนวทางการสังเคราะห์เอกสาร (ต่อ)

ลำดับที่	ประเด็น	แนวทางการสังเคราะห์เอกสาร
6	วิทยาศาสตร์การกีฬา	วิเคราะห์ความรู้พื้นฐานเพื่อเสริมสร้างการนำสู่ศึกษาและพลศึกษาไปใช้โดยวิทยาศาสตร์การกีฬา
7	วิถีชีวิตใหม่	วิเคราะห์สถานการณ์จำเป็นของวิถีชีวิตใหม่จากความรู้พื้นฐานการเปลี่ยนแปลงด้านความเป็นอยู่ของประชาชนในเขตพื้นที่ภาคเหนือ
8	สถาบันอุดมศึกษาภาคเหนือ	วิเคราะห์ สังเคราะห์ ประเมินโอกาสความสำเร็จจากความร่วมมือระหว่างสถาบันอุดมศึกษาภาคเหนือทั้ง 16 แห่ง



ภาพที่ 1 แสดงขั้นตอนในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลเป็นอาจารย์ในสถาบันอุดมศึกษา จำนวน 8 ท่าน วิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) ที่สอนทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา สุขศึกษาและ/หรือพลศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาที่มีตำแหน่งทางวิชาการระดับรองศาสตราจารย์ และศาสตราจารย์โดยผ่านการรับรองทางจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยนเรศวร COA No.277/2021 ซึ่งเป็นการรับรองจริยธรรมกระบวนการวิจัยทุกขั้นตอน

เกณฑ์การคัดเลือก (Inclusion Criteria)

1. สำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาตรีบัณฑิตหรือมหาบัณฑิต หรือเทียบเท่าทางด้านที่เกี่ยวข้องกับ สุขศึกษา พลศึกษา และวิทยาศาสตร์การกีฬา หรือมีตำแหน่งทางวิชาการระดับ รองศาสตราจารย์ และ ศาสตราจารย์



2. มีประสบการณ์ในฐานะเป็นอาจารย์ผู้สอนในเนื้อหาวิชาที่เกี่ยวข้องกับวิทยาศาสตร์การกีฬา สุขศึกษา และ/หรือพลศึกษา หรือมีประสบการณ์ในการทำหน้าที่ ที่เกี่ยวข้องกับงานด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา สุขศึกษา และ/หรือด้านพลศึกษาไม่น้อยกว่า 10 ปี

เกณฑ์การคัดออก (Exclusion Criteria)

1. ผู้ให้ข้อมูลไม่ยินยอมตอบแบบสอบถาม
2. ผู้ให้ข้อมูลไม่สามารถปฏิบัติตามข้อกำหนดของคณะผู้วิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามความถูกต้องครอบคลุมและความเป็นไปได้ของรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มีอาชีพประกอบไปด้วยข้อคำถาม 5 ประเด็นคือ ประเด็นที่ 1 ด้านบุคลากร ประเด็นที่ 2 ด้านการเงิน ประเด็นที่ 3 ด้านการจัดการ ประเด็นที่ 4 ด้านสถานที่และวัสดุอุปกรณ์ และประเด็นที่ 5 ด้านกิจกรรม

แบบประเมินความถูกต้องครอบคลุมของแนวทาง/รูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มีอาชีพวิเคราะห์โดยสถิติเชิงบรรยาย (Descriptive Statistics) ได้แก่ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยมีเกณฑ์ในการแปลความหมายของค่าเฉลี่ยความถูกต้องครอบคลุมของแนวทาง / รูปแบบดังนี้ (Boonchom Srisa - ard, 2002)

ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00	หมายถึง	แนวทาง / รูปแบบมีความถูกต้องครอบคลุมอยู่ในระดับ	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50	หมายถึง	แนวทาง / รูปแบบมีความถูกต้องครอบคลุมอยู่ในระดับ	มาก
ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50	หมายถึง	แนวทาง / รูปแบบมีความถูกต้องครอบคลุมอยู่ในระดับ	ปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50	หมายถึง	แนวทาง / รูปแบบมีความถูกต้องครอบคลุมอยู่ในระดับ	น้อย
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50	หมายถึง	แนวทาง / รูปแบบมีความถูกต้องครอบคลุมอยู่ในระดับ	น้อยที่สุด

แบบประเมินความเป็นไปได้ของแนวทาง / รูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มีอาชีพวิเคราะห์โดยสถิติเชิงบรรยาย (Descriptive Statistics) ได้แก่ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยมีเกณฑ์ในการ แปลความหมายของค่าเฉลี่ยความเป็นไปได้ของแนวทาง/รูปแบบดังนี้ (Boonchom Srisa - ard, 2002)

ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00	หมายถึง	แนวทาง / รูปแบบมีความเป็นไปได้อยู่ในระดับ	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50	หมายถึง	แนวทาง / รูปแบบมีความเป็นไปได้อยู่ในระดับ	มาก
ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50	หมายถึง	แนวทาง / รูปแบบมีความเป็นไปได้อยู่ในระดับ	ปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50	หมายถึง	แนวทาง / รูปแบบมีความเป็นไปได้อยู่ในระดับ	น้อย
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50	หมายถึง	แนวทาง / รูปแบบมีความเป็นไปได้อยู่ในระดับ	น้อยที่สุด

ขั้นตอนการวิจัย

1. คณะผู้วิจัยประสานถึงสถาบันอุดมศึกษาจำนวน 4 สถาบันที่สอนทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา สุขศึกษา และ/หรือพลศึกษาเพื่อขอความอนุเคราะห์ข้อมูลและขอความยินยอมจากอาสาสมัครจำนวน 8 คน ดังนี้



ตารางที่ 2 แสดงจำนวนกลุ่มผู้ให้ข้อมูลในสถาบันอุดมศึกษาจำนวน 4 สถาบัน

ลำดับที่	สถาบันอุดมศึกษา	จำนวนกลุ่มผู้ให้ข้อมูล	สาขาวิชา
1	จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	5	พลศึกษา (1) สุขศึกษา (2) วิทยาศาสตร์การกีฬา (2)
2	มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์	1	พลศึกษา
3	มหาวิทยาลัยศิลปากร	1	พลศึกษา
4	มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ	1	พลศึกษา
รวม		8	8

2. คณะผู้วิจัยประสานผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย ตามวันเวลาและสถานที่ ที่ได้นัดหมายไว้

3. คณะผู้วิจัยประชุมชี้แจงแจกเอกสารอธิบายข้อมูลสำหรับอาสาสมัครในโครงการวิจัย เพื่อเป็นการปกป้องและรักษาความลับของอาสาสมัคร คณะผู้วิจัยขอขงเว้นการลงนามในเอกสารแสดงเจตนายินยอมของอาสาสมัครและให้แสดงความยินยอมโดยการตอบแบบสอบถาม

การเก็บรวบรวมข้อมูล (Data Collection)

1. คณะผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์จากมหาวิทยาลัยนเรศวร ในการทำหนังสือถึงสถาบันอุดมศึกษาเขตจำนวน 4 สถาบันที่สอนทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา สุขศึกษา และ/หรือพลศึกษาเก็บรวบรวมข้อมูล

2. คณะผู้วิจัยประสานผู้เก็บรวบรวมข้อมูล

3. คณะผู้วิจัยเก็บรวบรวมความถูกต้องครอบคลุมและความเป็นไปได้ของรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มีอาชีพ โดยคณะผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปให้พร้อมกับอธิบายข้อมูลให้กับผู้ให้ข้อมูลหลักโดยตรงกับสถาบันอุดมศึกษา จำนวน 4 สถาบันที่สอนทางด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา สุขศึกษา และ/หรือพลศึกษากับอาสาสมัคร จำนวน 8 คน

ผลการวิจัย

1. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความถูกต้องครอบคลุมของรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มีอาชีพพบว่า มีความถูกต้องครอบคลุมในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.68$ S.D. = 0.29) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ด้านการเงินมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{x} = 4.83$ S.D. = 0.00) รองลงมา คือ ด้านบุคลากร ($\bar{x} = 4.76$ S.D. = 0.29) และด้านสถานที่และวัสดุอุปกรณ์ ($\bar{x} = 4.67$ S.D. = 0.28) ตามลำดับดังแสดงในตารางที่ 3



ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความถูกต้องครอบคลุมของรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพ

รูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพ	ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับความถูกต้องครอบคลุม
1. ด้านบุคลากร	4.76	0.29	มากที่สุด
2. ด้านการเงิน	4.83	0.16	มากที่สุด
3. ด้านการจัดการ	4.57	0.34	มากที่สุด
4. ด้านสถานที่และวัสดุอุปกรณ์	4.67	0.28	มากที่สุด
5. ด้านกิจกรรม	4.58	0.39	มากที่สุด
รวม	4.68	0.29	มากที่สุด

ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความเป็นไปได้ของรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพพบว่า มีความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.53$ S.D. = 0.43) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ด้านกิจกรรมมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{x} = 4.68$ S.D. = 0.42) รองลงมา คือ ด้านการเงิน ($\bar{x} = 4.58$ S.D. = 0.38) และด้านสถานที่และวัสดุอุปกรณ์ ($\bar{x} = 4.50$ S.D. = 0.47) ตามลำดับดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความเป็นไปได้ของรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพ

รูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพ	ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับความเป็นไปได้
1. ด้านบุคลากร	4.49	0.47	มาก
2. ด้านการเงิน	4.58	0.38	มากที่สุด
3. ด้านการจัดการ	4.44	0.44	มาก
4. ด้านสถานที่และวัสดุอุปกรณ์	4.50	0.47	มาก
5. ด้านกิจกรรม	4.68	0.42	มากที่สุด
รวม	4.53	0.43	มากที่สุด

2. การเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพมีองค์ประกอบหลักสูตร 5 ด้าน และ 24 องค์ประกอบย่อย ตามแนวคิด ทิศนา ขัมมณี (Tissana Khammanee, 2019) กล่าวคือ การกำหนดจุดมุ่งหมาย การกำหนดหลักการ การกำหนดประเด็นสำคัญ การกำหนดกรอบแนวคิด การกำหนดโครงสร้าง การกำหนดรายวิชา การกำหนดคุณลักษณะผู้เรียน และการกำหนดมาตรฐานและตัวชี้วัด ซึ่งผู้วิจัยนำมาวิเคราะห์ได้รายละเอียดของรูปแบบ ดังนี้ 1) วัตถุประสงค์ของรูปแบบ เพื่อพัฒนาแนวทางการประสานงานระหว่างเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือ เพื่อพัฒนาแนวทางการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ และเพื่อพัฒนาโครงการบริการวิชาการโดยเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือ 2) ทัศนวิสัยพฤติกรรมสุขภาพระดับกลุ่มหรือชุมชนด้วยความ



พยายามระดมสรรพกำลังและการมีส่วนร่วมของสมาชิกในชุมชนจัดการกับปัจจัยทางสังคมที่กำหนดสุขภาวะที่เป็นสาเหตุของพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่พึงประสงค์และปัญหาสาธารณสุขยุคปัจจุบัน 3) แนวทางการเสริมสร้างพลังอำนาจของชุมชนประกอบด้วย 3 ขั้นตอน 1. ขั้นถ่ายทอดองค์ความรู้พื้นฐานด้วยการประชุมเชิงปฏิบัติการ 2. การประยุกต์ใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบวงจรสร้างความรู้เพื่อเสริมสร้างการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และการมีส่วนร่วม และ 3. การถอดบทเรียนเพื่อสร้างแนวปฏิบัติของตนเอง 4) ประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะล้านนาเครือข่ายสุขภาพล้านนาครอบคลุมพื้นที่ 4 จังหวัด คือ เชียงใหม่ เชียงราย ลำปาง และพะเยา ด้านวิถีชีวิต ขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย 5) ประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะลับลแล เครือข่ายสุขภาพลับลแลครอบคลุมพื้นที่ 1 จังหวัด คือ อุตรดิตถ์ ด้านวิถีชีวิต ขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย 6) ประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะสองแคว เครือข่ายสุขภาพสองแควครอบคลุมพื้นที่ 3 จังหวัด คือ ตาก สุโขทัย และพิษณุโลก ด้านวิถีชีวิต ขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย 7) ประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะเพชรบูรณ์ เครือข่ายสุขภาพเพชรบูรณ์ครอบคลุมพื้นที่ 1 จังหวัด คือ เพชรบูรณ์ ด้านวิถีชีวิต ขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย 8) ประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะเจ้าพระยา เครือข่ายสุขภาพเจ้าพระยาครอบคลุมพื้นที่ 2 จังหวัด คือ กำแพงเพชร และนครสวรรค์ ด้านวิถีชีวิต ขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย 9) แบบจำลองรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ด้วยเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือ 10) แบบจำลองเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือแสดงให้เห็นถึงมหาวิทยาลัยเครือข่าย 11) กรอบแนวคิดการส่งเสริมสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ที่แสดงถึงกิจกรรมและการฝึกฝนที่สอดคล้องกับสุขภาพทางกาย ทางอารมณ์ ทางสังคม และทางปัญญา 12) โครงสร้างกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ การส่งเสริมสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ ประกอบไปด้วย โครงการสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ จำนวน 4 โครงการ กล่าวคือ โครงการสุขภาพทางกายตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ จำนวน 2 ชั่วโมง โครงการสุขภาพทางอารมณ์ตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ จำนวน 2 ชั่วโมง โครงการสุขภาพทางสังคมตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ จำนวน 2 ชั่วโมง โครงการสุขภาพทางปัญญาตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ จำนวน 2 ชั่วโมง รวมระยะเวลาการดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ทั้งสิ้น 8 ชั่วโมง 13) แนวทางการจัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ กล่าวคือ 1. สถาบันอุดมศึกษาเครือข่ายเป็นผู้จัดโครงการบริการวิชาการให้กับประชาชนอายุระหว่าง 18 - 59 ปี จำนวนอย่างน้อย 25 คน ในเขตพื้นที่หรือชุมชนให้บริการรวมระยะเวลาการดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ 8 ชั่วโมง 2. โครงการส่งเสริมสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ ประกอบด้วย กิจกรรมการพัฒนาทางกาย ทางอารมณ์ ทางสังคม และทางปัญญาที่หลากหลายเน้นให้ประชาชนฝึกการคิดวิเคราะห์ ฝึกการปฏิบัติ ฝึกการสำรวจฝึกการทำกิจกรรมกลุ่ม 3. ในการเข้าร่วมโครงการส่งเสริมสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ ประชาชนควรได้รับการประเมินสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ทั้งในด้านความรู้ ทักษะ และเจตคติ เพื่อการวางแผนกิจกรรมอย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด และ 4. ในการเข้าร่วมโครงการส่งเสริมสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ ประชาชนควรได้รับการกระตุ้นให้พิจารณาถึงวิถีสุขภาพปกติของตนเองอันจะนำไปสู่การมีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่เป็นแบบแผนการประพฤติปฏิบัติตนในการมีสุขภาพตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ ซึ่งส่งผลในการพัฒนาและดำรงไว้ซึ่งร่างกาย อารมณ์ สังคม และปัญญาอย่างมีคุณภาพได้ 14) เป้าหมายของกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ เมื่อได้เข้าร่วมส่งเสริมสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่แล้วประชาชนจะมีความรู้ เจตคติ และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในด้านสุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางอารมณ์ สุขภาวะทางสังคม และสุขภาวะทางปัญญา 15) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ กิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่มุ่งพัฒนาประชาชนให้มีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 1. ประชาชนมีพฤติกรรมร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ได้อย่างลึกซึ้งและควบคู่กับการใช้เทคโนโลยี การเว้นระยะห่างทางสังคม การดูแลใส่ใจสุขภาพทั้งตัวเองและคนรอบข้างกับการสร้างสมดุลชีวิต 2. ประชาชนเป็นผู้คำนึงถึงการเข้าร่วมกิจกรรมในชีวิตประจำวันอย่างหลากหลายทั้งทางกาย และทางสังคม 16) สารของกิจกรรม กิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ มีสารของกิจกรรมที่เป็นองค์ความรู้หลักดังนี้ สารที่ 1 หลักการ ความหมายและความสำคัญของสุขภาวะกับวิถีและคุณภาพชีวิต สารที่ 2 หลักการ ความหมายและความสำคัญของวิถีชีวิตใหม่ สารที่ 3 สุขภาวะทางกายตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่กับคุณภาพชีวิต สารที่ 4 สุขภาวะทางอารมณ์ตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่กับคุณภาพชีวิต สารที่ 5 สุขภาวะทางสังคมตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่กับคุณภาพชีวิต และสารที่ 6 สุขภาวะทางปัญญาตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่กับคุณภาพชีวิต 17) คำอธิบายกิจกรรม (Chulalongkorn University Demonstration Secondary School, 2018) กิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ มุ่งหวังให้ประชาชนเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และทางสังคมที่หลากหลาย เพื่อให้เกิดความเข้าใจ วิเคราะห์ และแสดงพฤติกรรมที่ตระหนัก เห็นคุณค่า มีทักษะการปฏิบัติ และเสนอแนวทางการเข้าร่วมกิจกรรมด้านการกีฬา และนันทนาการทั้งรูปแบบเป็นผู้กระทำเอง หรือผู้เข้าร่วมของประชาชน ความรู้ในเรื่องสุขภาวะตามวิถีพื้นถิ่นและคุณภาพชีวิต 4 ประการ ความรู้เรื่องวิถีชีวิตใหม่ (New Normal) 4 ประการ โดยการสนับสนุนจากเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือ 18) มาตรฐาน ตัวชี้วัด และสารของกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ 19) โครงสร้างเวลาของกิจกรรม กิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ เป็นกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางอารมณ์ สุขภาวะทางสังคม และสุขภาวะทางปัญญา ด้วยการใช้เทคโนโลยี การเว้นระยะห่างทางสังคม การดูแลใส่ใจสุขภาพทั้งตัวเองและคนรอบข้าง และการสร้างสมดุลชีวิต ที่มีความสอดคล้องกับวิถีชีวิตประชาชนในเขตพื้นที่ภาคเหนือ โดยการสนับสนุนจากเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือ ซึ่งประกอบไปด้วย สารของกิจกรรม จำนวน 6 โครงการ ซึ่งผู้วิจัยได้ออกแบบหลักการของโครงการ จำนวนทั้งสิ้น 480 ชั่วโมง 20) แนวทางการจัดการกิจกรรม กิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ มีแนวทางการจัดการกิจกรรม 1. เครือข่ายอาจารย์มืออาชีพในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือ ใช้รูปแบบการจัดโครงการบริการวิชาการเพื่อการพัฒนาสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่โดยเน้นการศึกษา และทำความเข้าใจวิถีชีวิตของประชาชนในพื้นที่ ออกแบบกิจกรรมกีฬานันทนาการให้ประชาชนได้ฝึกกระบวนการคิด วิเคราะห์ ฝึกปฏิบัติ การทำกิจกรรมกลุ่ม และการสำรวจ 2. เครือข่ายอาจารย์มืออาชีพในสถาบัน อุดมศึกษาเขตภาคเหนือ ทำการประเมินสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตกับประชาชนทั้งก่อนและหลังการเข้ารับบริการเพื่อให้ได้ข้อมูลสำหรับการวางแผนการจัดการกิจกรรมและวัดผลสำเร็จให้มีประสิทธิภาพมากที่สุด 3. เครือข่ายอาจารย์มืออาชีพในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือ ส่งเสริมการให้ประชาชนผู้รับบริการได้พิจารณาถึงวิถีชีวิตพื้นถิ่นอันจะนำไปสู่วิถีชีวิตใหม่ที่ดีสอดคล้องกับการพัฒนาสุขภาวะ 21) แนวทางการวัดและประเมินผล กิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ มีการวัดและประเมินผลการมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ 4 ประการ โดยการใช้ มาตรฐานวัดสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ 22) นิยามศัพท์สำคัญสุขภาวะ



ทางกายตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ สุขภาวะทางอารมณ์ตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ สุขภาวะทางสังคมตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ และสุขภาวะทางปัญญาตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ 23) การวัดสุขภาวะ สำหรับการวัดสุขภาวะ ผู้วิจัยได้สังเคราะห์คำนิยามและองค์ประกอบของสุขภาวะ จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อพัฒนารอบแนวคิดการวิจัยและกำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการ ส่วนใหญ่เป็นแบบวัดรายงานตนเอง (self - report) และเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (rating Scale) และ 24) มาตรวัดสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ เป็นแบบสอบถามที่มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจระดับความคิดเห็นของประชาชนเรื่องสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ ประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 2 ตอน ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ตอนที่ 2 แบบสำรวจตนเอง จำนวน 20 ข้อ ใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามไม่เกิน 15 นาที

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความถูกต้องครอบคลุมของรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มีอาชีพพบว่า มีความถูกต้องครอบคลุมในระดับมากที่สุด และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ด้านการเงินมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านบุคลากร และด้านสถานที่และวัสดุอุปกรณ์ เนื่องจากผู้วิจัยดำเนินการพัฒนารูปแบบฯ สอดคล้องกับแนวคิดการพิจารณาองค์ประกอบของรูปแบบ (Fayol, 2018) ด้านการให้ความสำคัญกับกลไกขับเคลื่อนรูปแบบที่มีประสิทธิภาพและมีการนำแนวปฏิบัติมาใช้อย่างสม่ำเสมอ หรือองค์ประกอบของรูปแบบด้านกำลังคนซึ่งมีบทบาท (Role) และความคาดหวัง (Expectation) ที่มีความเกี่ยวข้องกับตำแหน่งหน้าที่และสภาพซึ่งอยู่ภายใต้รูปแบบนั้น ๆ และเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของผู้สวมบทบาท (Elenee, 2019) ในส่วนของความคาดหวังภายในรูปแบบด้านสถานที่หรือสภาพแวดล้อมควรกำหนดให้มีความสัมพันธ์ กับองค์ประกอบด้านอื่นของรูปแบบจนทำให้การดำเนินงานของรูปแบบบรรลุวัตถุประสงค์ได้อย่างถูกต้องครอบคลุม เช่นเดียวกับค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับความเป็นไปได้ของรูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มีอาชีพพบว่า มีความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ด้านกิจกรรมมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมา คือ ด้านการเงิน และด้านสถานที่และวัสดุอุปกรณ์ ตามลำดับสอดคล้องกับหลักการตรวจสอบความเป็นไปได้ของรูปแบบ (Fred, 2011) ทางด้านการปฏิบัติงาน (operational feasibility) กล่าวคือ รูปแบบการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะตามแนวคิดวิถีชีวิตใหม่สำหรับเครือข่ายอาจารย์มีอาชีพมีความเป็นไปได้ของระบบใหม่ที่จะให้ข้อมูลที่ถูกต้องตรงความต้องการของเครือข่ายและผู้ได้รับประโยชน์จากเครือข่าย (Huizinga, Ludent, & Hobb 2020) มีการคำนึงถึงทัศนคติและทักษะของอาจารย์เครือข่ายกับลักษณะวิถีชีวิตของประชาชนในพื้นที่ให้บริการให้เป็นพื้นที่พอใจและยอมรับได้กับกิจกรรมที่สัมพันธ์กับแนวคิดวิถีชีวิตใหม่ทำให้รูปแบบสามารถส่งเสริมสุขภาวะประชาชนในพื้นที่ได้อย่างแท้จริง

ข้อเสนอแนะสำหรับวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษากลยุทธ์การพัฒนาเครือข่ายอาจารย์มีอาชีพด้านสุขศึกษา พลศึกษา และวิทยาศาสตร์การกีฬาในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือ



2. ควรมีการศึกษาทิศทางการกิจกรรมของเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพร่วมด้านสุขศึกษา พลศึกษา และวิทยาศาสตร์การกีฬาในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือ

3. ควรมีการส่งเสริมระบบและกลไกของเครือข่ายอาจารย์มืออาชีพร่วมด้านสุขศึกษา พลศึกษา และวิทยาศาสตร์การกีฬาในสถาบันอุดมศึกษาเขตภาคเหนือ

References

- Boonchom Srisa - ard. (2002). *The Statistic Analysis*. Bangkok: Siam Printing.
- Chulalongkorn University Demonstration Secondary School. (2018). *The association of world physical education*. Bangkok: Educational Area of Health and Physical Education.
- Elenee, M. Botega. (2019). *The cooperative research new era*. Massachusetts Institute of Technology.
- Fayol, H. (2018). *The Effectiveness of Fayol's Principle Management*. Northridge: California State University.
- Fred, R. D. (2011). *Concepts of Strategic Management* (3rd ed.). Singapore: Macmillan Publishing Company.
- National Sports University. (2020). *Physical Education Teacher*. Bangkok: Thailand.
- Huizinga, A. Muckel, Ludent, P. Hibbot, & Hobb, P. Hibbot. (2020). *Physical Literacy*. The American College of Pheumatology.
- Myers, K. P., Sweeney, J. H., & Witmer, H. E. (2019). *The positive psychology movement*. Guilford Press.
- Office of the National Economic and Social Development Council. (2020). *23 Strategy Master Plan in Research and Innovation Development (2018 - 2037)*. Bangkok: Thailand.
- Office of the National Economic and Social Development Council. (2020). *The Yearly Plan of OBE*. In Thailand. Bangkok: Thailand.
- Supparerk Ruckchart. (2015). *Development of strategies for enhancing educational research network in higher education institutions* (Doctoral dissertation), Chulalongkorn University.
- Tissana Khammanee. (2019). *Teaching Science*. Bangkok: Chulalongkorn University Printing House.
- Thai Health Resource Center. (2019). *State of Health in District*. Bangkok: Ministry of Health.
- Thailand Science Research and Innovation. (2020). *Goal and plan for science research and innovation 2020 - 2022 revised Edition, annual budget 2022*. Bangkok: Mission, Strategic and Policy in Science Research and Innovation Division.

Received: July, 28, 2022

Revised: September, 30, 2022

Accepted: October, 4, 2022

Academic Journal of Thailand National Sports University

