

การพัฒนาารูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น*

The Development Of Participation Recreation Model For Development Emotional Quotient Enhancementfor Lower Secondary School Students

Received: October 27, 2018

Revised: March 3, 2019

Accepted: March 5, 2019

เก่งกาจ เกลี้ยงแก้ว (Kengkart klengkeaw)**

คณิต เขียววิชัย (Kanit kheawwichai)***

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาข้อมูลพื้นฐานสภาพปัญหาความจำเป็น และแนวทางการพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการ 2) เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการ 3) เพื่อทดลองรูปแบบกิจกรรมนันทนาการ และประเมินผลการใช้รูปแบบกิจกรรม โดยใช้ระเบียบวิธีการวิจัยและพัฒนา (Research and development) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มผู้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมนันทนาการ ร่วมกันวางแผนและออกแบบกิจกรรมโดยการสนทนากลุ่ม โดยใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) ประกอบด้วย ผู้บริหารสถานศึกษา โรงเรียนวัดบางปะกอก ครูระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สภานักเรียน และผู้ปกครอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ศึกษาภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 โรงเรียนวัดบางปะกอก สังกัดสำนักงานเขตราชบุรณะ กรุงเทพมหานคร จำนวน 40 คน โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) ซึ่งได้มาจากการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นอายุ 12 - 17 ปี ของกรมสุขภาพจิต (2550: 128 - 131) ที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่า 140 คะแนน ตามเกณฑ์การประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ของกรมสุขภาพจิต และสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม

ผลการวิจัยพบว่า : 1. รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยรูปแบบนี้มีองค์ประกอบ 5 ส่วนได้แก่ 1) หลักการ 2) วัตถุประสงค์ 3) ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม 4) ปัจจัยการนำรูปแบบไปใช้ 5) เงื่อนไขในการนำไปใช้ทั้งนี้

* บทความนี้วัตถุประสงค์เพื่อเผยแพร่ผลงานวิจัย

This article aimed to publish research.

** นักศึกษาปริญญาเอก สาขาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

โทร.0951109981 Email.: vespa_005@hotmail.com

A doctoral student in Development Education, Department of Education Foundations, Graduate School, Silpakorn University. Tel. 0951109981 Email: vespa_005@hotmail.com

*** อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ศ.ดร.คณิต เขียววิชัย สาขาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

Advisor Professor Dr., Department of Education Foundations, Faculty of Education, Silpakorn University.

มีกิจกรรมจำนวน 40 กิจกรรม ได้ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่านว่ามีความสอดคล้องเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย สามารถนำไปใช้ได้ ใช้ระยะเวลาทดลอง 8 สัปดาห์ โดยการดำเนินการจัดกิจกรรม สัปดาห์ละ 5 กิจกรรม โดยจัดกิจกรรมในชั่วโมงโฮมรูม (Home Room) ในช่วงเช้าทุกวัน

2. ผลการทดลองใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการฯ พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังจากการเข้าร่วมใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการฯ มีคะแนนรวมความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ปกติ (ได้ 145 คะแนน) ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ก่อนและหลังการเข้าร่วมใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการฯ พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมหลังการเข้าร่วมกิจกรรม เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3.

3. ผลการประเมินความพึงพอใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มทดลองที่มีต่อรูปแบบกิจกรรมนันทนาการฯ พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการฯ แบบมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ มีความพึงพอใจต่อรูปแบบกิจกรรมนันทนาการฯ ทั้งโดยรวมและรายข้อ อยู่ในระดับมาก

คำสำคัญ: ความฉลาดทางอารมณ์, กิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม

Abstract

The purposes of this research: 1) to study basic information, state of necessity. And the development of recreational activities; 2) to develop the recreation activities; 3) to try the recreation activities. And evaluation of the use of the model. Research and Development Methodology. The research sample was divided into 2 groups: participants in recreational activities. Plan and design activities together by group discussion. Use the selection method Purposive sampling. It consists of the administrators of Wat Bangpakok School. Lower secondary school teachers, student councilors and parents. The samples used in this study were junior high school students the first semester of academic year 2561 Wat Bangpakok School. Office of Rat Burana District 40 people Select the sample Purposive sampling. This is derived from the Emotional quotient Assessment for 12 - 17 years old of the Department of Mental Health (2550: 128 - 131) With Emotional quotient scores below 140, Emotional quotient Rating Department of Mental Health and volunteer to participate.

The research findings were follow: 1. Participatory Recreational Model to Enhance Emotional quotient of Lower Secondary School Students This format has 5 components: 1) Principles, 2) Objectives, 3) activities, 4) Implementation factors, 5) Conditions for use. Patterns. 40 activities have been inspected by 3 experts who are consistent with the target group. Can be used the experimental period was 8 weeks, with 5 activities per week. Organize activities in hours home room in the morning every day. 2. The results of the experiment using the

recreation activity model showed that lower secondary school students Emotional quotient scores after participation in recreation activities. Total Emotional quotient score (145 points) the results of the analysis of the mean scores of Emotional quotient of junior high school students. Before and after participating in recreation activities, it was found that lower secondary school students have overall Emotional quotient after participating in the activity. There was a significant difference at the .05 level. 3. The results of the evaluation of the satisfaction of the junior high school students Experimental groups on recreation activities were found. Participating students use participatory recreation activities to develop Emotional quotient. Satisfaction with recreation model. Both overall and individual at a high level.

Keywords: EMOTIONAL QUOTIENT / PARTICIPATION RECREATION

บทนำ

การพัฒนาประเทศที่มั่นคงและยั่งยืนจะต้องให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนให้มีคุณภาพ พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมในอนาคตแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) จึงมุ่งเน้นการพัฒนาคนสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างยั่งยืน เพื่อพัฒนาคุณภาพคนไทยทุกกลุ่มวัยให้มีความพร้อมทั้งกาย ใจ สติปัญญา มีระเบียบวินัย มีจิตสำนึกวัฒนธรรมที่ดีงามและรู้คุณค่าความเป็นไทย แนวทางการพัฒนา คือการสร้างเสริมศักยภาพของคนในทุกมิติทั้งด้านร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีสติปัญญาที่รอบรู้ มีทักษะในการคิดวิเคราะห์ คิดสร้างสรรค์ มีจิตใจที่สำนึกในคุณธรรม จริยธรรม และมีความสุข โดยมุ่งเน้นการพัฒนาคุณภาพคนอย่างเป็นองค์รวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา คุณธรรม จริยธรรม ผลักดันให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีความสุข เชื่อมโยงสิ่งที่ได้เรียนรู้เข้ากับชีวิตจริง

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence หรือ Emotional Quotient) ซึ่งปัจจุบันเรียกย่อๆ ว่า EQ มีความสำคัญยิ่ง ถ้าขาดปัจจัยด้านนี้จะมีผลทำให้บุคคลประสบปัญหาชีวิตไม่สามารถสร้างความสำเร็จได้ บาร์รอน (Baron, 1997 อ้างถึงใน Goleman, 1998, pp. 370-371) ได้กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นทักษะเฉพาะตัวที่ทำให้คนเราประสบความสำเร็จ ทั้งในด้าน การเรียน การงาน ครอบครัว และชีวิตส่วนตัว เพราะคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ คือ คนที่สามารถ เข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้รู้เขารู้เรา และใช้ข้อมูลเหล่านี้มาชี้นำความคิดการแสดงออก ทางอารมณ์ของตนภายใต้แรงกดดันจากสภาพแวดล้อมทั้งหลายได้เป็นอย่างดี ความฉลาดทางอารมณ์ จึงเป็นความสามารถหรือศักยภาพของคนแต่ละคนในการที่จะตอบสนองอารมณ์และความต้องการของผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง สามารถรับรู้อารมณ์ของตนเอง พร้อมจัดการไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสม ซึ่งการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญเท่าเทียมกับความฉลาดทางสติปัญญา ในทุกสถานการณ์ของชีวิตซึ่งมีค่าควรแก่การปลูกฝังให้กับทุกคนในสังคม ในการศึกษาทางจิตวิทยาพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่นำไปพบกับความสำเร็จในชีวิตอย่างแท้จริง ความฉลาดทางอารมณ์มิได้ถูกกำหนดมาจากพันธุกรรม และไม่ได้พัฒนาสมบูรณ์ตอนวัยเด็กเหมือนความฉลาดทางสติปัญญาหากแต่สามารถพัฒนาได้

โดยการเรียนรู้ตลอดเวลา เพราะผลลัพธ์ที่ยิ่งใหญ่ของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ก็คือ การรู้จักควบคุมตนเอง การเห็นแก่ประโยชน์ของผู้อื่น และความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ความสามารถพื้นฐานเหล่านี้เป็นสิ่งที่จำเป็นที่ควรปลูกฝังเพื่อความเจริญรุ่งเรืองของสังคม ด้วยเหตุนี้ความฉลาดทางอารมณ์จึงมีความสำคัญเท่าเทียมกับความฉลาดทางสติปัญญาในทุกสถานการณ์ของชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของโกลแมน (Goleman, 1995) ที่เป็นการศึกษาย้อนหลังเกี่ยวกับ ความสำเร็จในการทำงาน โดยศึกษาจากบัณฑิตของมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ดที่เรียนในช่วงปี ค.ศ. 1940 จำนวน 95 คน เป็นการศึกษาระยะยาวติดตามจนถึงวัยกลางคน พบว่าบัณฑิตที่จบการศึกษาและ ได้คะแนนสูงมักไม่ค่อยประสบความสำเร็จในชีวิตทั้งในด้านหน้าที่การงานและความสุขในชีวิต ครอบครัว เมื่อเปรียบเทียบกับบัณฑิตที่ได้คะแนนต่ำกว่า เพราะเขาไม่มีความพอใจในชีวิต ไม่มีความสุขในการคบเพื่อนและความสัมพันธ์กับผู้อื่น

จากการสำรวจแบบบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนที่มีปัญหาของฝ่ายปกครองและการสัมภาษณ์ครูประจำชั้น ครูแนะแนว พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นชั้นที่มีการเชิญผู้ปกครองมาพบมากกว่าชั้นอื่นๆ ไม่ค่อยสนใจในการเรียน ขาดความรับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมาย ไม่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมของทางโรงเรียน และการหนีเรียน การขาดความมั่นใจ ไม่กล้าแสดงออก เป็นต้น ดังที่ อุไร สุมาธิธรรม (2545: 96) กล่าวว่านักเรียนที่วัยรุ่นไม่ประสบความสำเร็จ ด้านการเรียนอาจมีสาเหตุมาจากการเลือกเรียนตามเพื่อน การมีปัญหาด้านเซาว์ปัญญาเรียนรู้ได้ช้า ไม่ค่อยสนใจการเรียน ผลการเรียนต่ำมาก การขาดเรียนบ่อย ไม่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียน การขาดความมั่นใจ ไม่มีเป้าหมายในชีวิต การมีปัญหา ด้านสุขภาพ การมีปัญหาด้านจิตใจ ปัญหาด้านครอบครัวซึ่งปัญหาพฤติกรรมของวัยรุ่นดังกล่าวสามารถป้องกันแก้ไขได้ด้วยการจัดกิจกรรมนันทนาการ ดังที่ สมบัติ กาญจนกิจ (2544: 30) ได้กล่าวไว้ว่า กิจกรรมนันทนาการส่งเสริมคุณภาพชีวิต กระบวนการนันทนาการช่วยส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลและสังคม กิจกรรมนันทนาการช่วยพัฒนาอารมณ์ สุขภาพ ความสามารถของบุคคล สุขภาพและสมรรถภาพ ส่งเสริมสุขภาพจิต ความสมดุลของกาย และจิตและความสมดุลในการแบ่งเวลาทำงาน นันทนาการช่วยให้ลดความเครียดและความวิตกกังวล ส่งเสริมการมีส่วนร่วมกับกลุ่มสังคม ส่งเสริมการแสดงออก เพิ่มพูนประสบการณ์ สิ่งเหล่านี้ช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตของสังคมทุกระดับวัย ทุกเพศ

การดำเนินกิจกรรมนันทนาการสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ต้องมุ่งเน้นการมีส่วนร่วมและการร่วมคิด ร่วมทำ ของผู้บริหาร ครู นักเรียน และผู้ปกครอง ซึ่งเป็นกลไกขับเคลื่อนที่สำคัญที่จะมุ่งมั่นร่วมมือร่วมใจในการพัฒนาผู้เรียนให้เป็นคนเก่ง คนดีและมีความสุข

จากหลักการดังกล่าวทำให้ผู้วิจัยเกิดแนวคิดในการพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการที่เหมาะสมกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยผ่านการมีส่วนร่วม ของผู้บริหารสถานศึกษา ครู นักเรียน ผู้ปกครอง ไปสู่การปฏิบัติ เพื่อช่วยเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ให้กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งทำให้นักเรียนมีภูมิคุ้มกันต่อการดำเนินชีวิตมีพฤติกรรมของความเป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุข

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาข้อมูลพื้นฐานสภาพปัญหาความจำเป็น และแนวทางการพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
2. เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
3. เพื่อทดลองรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และประเมินผลการใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมที่สร้างขึ้น

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยได้กำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ให้ข้อมูลดังต่อไปนี้

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย
 - 1.1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนวัดบางปะกอก สังกัดสำนักงานเขตราชบุรีบูรณะ กรุงเทพมหานคร จำนวน 580 คน
 - 1.2 ผู้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมนันทนาการ ประกอบด้วย ผู้บริหารสถานศึกษาโรงเรียนวัดบางปะกอก จำนวน 5 คน ครูระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 34 คน สภานักเรียนจำนวน 20 คน และเครือข่ายผู้ปกครองระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 15 คน รวมทั้งสิ้น 74 คน
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย
 - 2.1 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ศึกษาภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 โรงเรียนวัดบางปะกอก สังกัดสำนักงานเขตราชบุรีบูรณะ กรุงเทพมหานคร จำนวน 40 คน โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) ซึ่งได้มาจากการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นอายุ 12 - 17 ปี ของกรมสุขภาพจิต (2550: 128 - 131) ที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่า 140 คะแนน ตามเกณฑ์การประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ของกรมสุขภาพจิต และสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม
 - 2.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการสนทนากลุ่ม (Focus group) โดยใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) ประกอบด้วย ผู้บริหารสถานศึกษาโรงเรียนวัดบางปะกอก จำนวน 2 คน ครูระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ประกอบด้วย ครูที่ปรึกษา ครูสุขศึกษาและพลศึกษา ครูแนะแนว ครูฝ่ายปกครอง จำนวน 7 คน สภานักเรียน ประกอบด้วย ประธานและรองประธานสภานักเรียน จำนวน 3 คน และเครือข่ายผู้ปกครอง 3 คน รวมผู้มีส่วนร่วมที่ใช้ในการสนทนากลุ่ม (Focus group) จำนวน 15 คน

นิยามศัพท์เฉพาะ

การพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการ หมายถึง การใช้กระบวนการวิจัยและพัฒนา (Research and Development: R&D) เพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการ ประกอบด้วย การศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน การพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการ การทดลองใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการ และการประเมินผลการใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการเพื่อให้ได้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการที่มีความสมบูรณ์

กิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม (PARTICIPATION RECREATION) หมายถึง กิจกรรมที่จัดขึ้นโดยผ่านกระบวนการมีส่วนร่วมของผู้บริหารสถานศึกษา ครู นักเรียน ผู้ปกครอง แสดงทัศนะ แลกเปลี่ยนข้อมูล แสดงความคิดเห็น แสวงหาทางเลือกและ การตัดสินใจต่างๆ ตลอดจนร่วมรับผิดชอบในการดำเนินการจัดกิจกรรมตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงการประเมินผลเพื่อให้ได้กิจกรรมที่มุ่งเน้นความสนุกสนานเพลิดเพลิน และเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดความสุข พัฒนาอารมณ์ สังคม สติปัญญาและร่างกาย ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม โดยไม่ขัดต่อขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม ศีลธรรม และเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่ตระหนักรู้ถึงความคิดของตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และระบอคอยการตอบสนองต่อความต้องการของตนเองได้ สามารถสร้างกำลังใจในการเผชิญกับอุปสรรค และข้อขัดแย้งต่างๆ รู้จักการจัดการกับความเครียด นำความคิดและการกระทำของตนเองไปใช้ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นทั้งในฐานะผู้นำและผู้ตามได้จนประสบความสำเร็จในชีวิต ในการวิจัยครั้งนี้ใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น โดยปรับปรุงจากแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของของวัยรุ่น อายุ 12-17 ปี ของกรมสุขภาพจิต (2544) เพื่อใช้ประเมินก่อนและหลังเสร็จสิ้นการทดลอง

ความพึงพอใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีต่อรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความคิดเห็นของนักเรียน ที่มีต่อรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ฯ ว่ามีความพึงพอใจอยู่ในระดับใดโดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น หมายถึง นักเรียนชายและนักเรียนหญิงที่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561

วิธีการศึกษา/วิธีวิจัย

การพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับ ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ผู้วิจัยดำเนินการในลักษณะของการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) โดยมีวิธีการดำเนินการดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 (R1) การศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน (Study and Analysis) แบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ศึกษาสำรวจสภาพปัญหาและสาเหตุสำคัญของปัญหาและความจำเป็น

ส่วนที่ 2 ศึกษาเอกสาร แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวข้อง

ส่วนที่ 3 สัมภาษณ์ความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการ เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ส่วนที่ 4 ประเด็นการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) เพื่อพัฒนาแนวทางการจัดกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ขั้นตอนที่ 2 (D1) การพัฒนารูปแบบ (Design and Development) แบ่งออกเป็น 3 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 เขียนโครงสร้างรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมฯ

ส่วนที่ 2 ประเมินกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมฯ

ส่วนที่ 3 การปรับปรุงกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมฯ

ขั้นตอนที่ 3 (R2) การทดลองใช้รูปแบบ (Field Test) ดังนี้

นำกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ไปทำการทดลองใช้

ขั้นตอนที่ 4 (D2) การประเมินและปรับปรุงรูปแบบ (Evaluation and Improvement)

ส่วนที่ 1 การประเมินประสิทธิผลการจัดกิจกรรมด้วยรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่พัฒนาขึ้น

ส่วนที่ 2 การปรับปรุงรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ผู้วิจัยนำเสนอรายละเอียดในการดำเนินการแต่ละขั้นตอนดังต่อไปนี้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยได้พัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์จากนั้นนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบพิจารณา ดังนี้

1. แบบสัมภาษณ์ (แบบมีโครงสร้าง) ผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ความชำนาญในการจัดกิจกรรมนันทนาการและผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา ผ่านการตรวจสอบความถูกต้อง และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity)

2. แบบประเด็นการสนทนากลุ่ม (Focus Group Guideline) เพื่อพัฒนาร่างแนวทางการจัดทำรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ผ่านการตรวจสอบความถูกต้อง และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity)

3. รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ผ่านการตรวจสอบพิจารณาความสอดคล้องจากผู้เชี่ยวชาญโดยใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ ใช้สถิติดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Item - Objective Congruence) และพิจารณาความสมบูรณ์ของร่างกิจกรรมนันทนาการ โดยใช้แบบสอบถามชนิดประมาณค่า 5 ระดับ คือ มีความเหมาะสมมากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยตัดสินค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ ตั้งแต่ 3.51 ขึ้นไปซึ่งถือว่ารูปแบบกิจกรรมมีคุณสมบัติเหมาะสมในเบื้องต้น

4. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face Validity) พิจารณาถึงความสอดคล้องเหมาะสม และนำไปทดลองใช้ (Try-out) กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบประเมิน โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.958

5. ประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น โดยใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ผ่านการพิจารณาความสอดคล้องจากผู้เชี่ยวชาญโดยใช้แบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ ใช้สถิติดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective: IOC) และผ่านการประเมินความเหมาะสมของแบบประเมิน ด้วยแบบสอบถามความพึงพอใจโดยใช้แบบสอบถามชนิดประมาณค่า 5 ระดับ คือ มีความเหมาะสมมากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยตัดสินค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ ตั้งแต่ 3.51 ขึ้นไป ซึ่งถือว่ารูปแบบกิจกรรมมีคุณสมบัติเหมาะสม

แบบแผนการทดลอง

แบบแผนการวิจัยที่ใช้ในครั้งนี้ ใช้รูปแบบการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามแบบแผนการทดลองกลุ่มเดียวสอบก่อนสอบหลัง (One group pretest – posttest design)

กลุ่ม	สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
E	T ₁	X	T ₂

วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ ดังนี้

1. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง ด้วยค่าสถิติ t – test dependent (สิทธิ จีรสรณ์, 2552: 152-153)

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

$$df = n-1$$

D แทนค่าผลต่างระหว่างคู่

N แทน จำนวนคู่

2. ประเมินความพึงพอใจของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีต่อกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม โดยทำการเปรียบเทียบความพึงพอใจกับเกณฑ์คะแนนความพึงพอใจ

เริ่มทำการทดลองกิจกรรมที่ 1 ตั้งแต่วันที่ 21 พฤษภาคม 2561 ถึงกิจกรรมที่ 40 สิ้นสุดวันที่ 16 กรกฎาคม 2561 ในช่วงชั่วโมงโฮมรูม(Home Room) ในช่วงเช้าทุกวัน สัปดาห์ละ 5 กิจกรรม โดยมีกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ที่จัดในแต่ละวัน ใช้ ระยะเวลาทำการทดลอง 8 สัปดาห์ ซึ่งจำแนกกิจกรรม 40 กิจกรรม โดยผู้วิจัยและคณะเป็นผู้ดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง ทำการประเมินผลก่อนหลังเสร็จสิ้นการทดลองโดยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เพื่อสรุปผลการทดลองและพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการที่เหมาะสมกับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐานเพื่อรวบรวมไปเป็นแนวทางในการกำหนดนิยาม องค์ประกอบ พฤติกรรมบ่งชี้ในแต่ละองค์ประกอบและแนวทางในการพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ โดยทำการศึกษาสารวจสภาพปัญหาและสาเหตุสำคัญของปัญหาและความจำเป็นที่ต้องการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยเทียบเคียงกับปัญหาที่พบในโรงเรียนวัดบางปะกอก เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่น ตามกรอบของกรมสุขภาพจิต (2550: 35 - 36) ซึ่งจำแนกเป็นด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข พบว่า นักเรียนที่มีปัญหาความฉลาดทางอารมณ์มีคะแนน น้อยกว่า 140 คะแนน ซึ่งเป็นคะแนนที่ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จำแนกเป็นรายด้านดังนี้ ด้านความดี ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 87.5 ด้านเห็นใจผู้อื่น จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 64.58 และด้านความรับผิดชอบ จำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 77.08 ด้านความเก่ง ความสามารถในด้านมีแรงจูงใจมุ่งมั่นพยายาม จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 70.83 ด้านตัดสินใจและแก้ปัญหา จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 81.25 และด้านมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 64.58 ด้านความสุข ความสามารถในด้านภูมิใจในตนเอง จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 79.17 ด้านความพึงพอใจในชีวิต จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 72.92 ความสงบสุขทางใจ จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 89.59 ผู้วิจัยเห็นว่าการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจะเป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยให้นักเรียนมีความสุขกับการเรียน ทำให้นักเรียนมีภูมิคุ้มกันต่อการดำเนินชีวิตมีพฤติกรรมของการเป็นคนเก่ง คนดี และมีความสุข

ผู้วิจัยจึงทำการศึกษาและเลือกกรอบในการพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ได้แก่ แนวคิดที่นำมาเป็นกรอบในการพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการ ได้จากการวิเคราะห์หลักการและขั้นตอนในการพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ 1. การศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการกำหนดรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม 2. การสร้างรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม 3. การทดลองใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม และ 4. การประเมินผลและปรับปรุงรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการ

เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน นอกเหนือจากข้อมูลด้านเอกสาร ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ความชำนาญในการจัดกิจกรรมนันทนาการและผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา และการสนทนากลุ่มร่วมกับผู้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมนันทนาการ เพื่อพัฒนาแนวทางการจัดทำรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

2. ผลการพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสารแนวคิดทฤษฎี การสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ และการสนทนากลุ่ม มาสร้างรูปแบบกิจกรรมนันทนาการ และกำหนดองค์ประกอบของรูปแบบประกอบด้วย 1) หลักการ 2) วัตถุประสงค์ 3) ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม 4) ปัจจัยในการนำรูปแบบไปใช้ 5) เงื่อนไขการนำรูปแบบไปใช้ โดยมีจำนวนและชื่อกิจกรรมนันทนาการที่จะนำไปทดลองใช้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 40 กิจกรรม แบ่งเป็นประเภท กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ กิจกรรมเกมและกีฬา กิจกรรมเข้าจังหวะ กิจกรรมดนตรี กิจกรรมการละคร กิจกรรมวรรณคดี กิจกรรมศิลปหัตถกรรม ได้ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน สามารถนำไปใช้ได้ระยะเวลาทดลอง 8 สัปดาห์ ซึ่งจำแนกกิจกรรมให้สามารถส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ในด้านดี จำนวน 22 กิจกรรม ด้านเก่ง 36 กิจกรรม และด้านสุข 23 กิจกรรม ซึ่งในหลายๆ กิจกรรม ในกิจกรรมเดียวกันสามารถเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ได้ทุกด้าน บางกิจกรรมเสริมสร้าง 2 ด้าน และบางกิจกรรมเสริมสร้างเพียงด้านเดียว โดยการดำเนินการจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 5 กิจกรรม โดยจัดกิจกรรมในชั่วโมงโฮมรูม (Home Room) ในช่วงเช้าทุกวัน

3. การตรวจสอบรูปแบบโดยการนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังจากการเข้าร่วมใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีคะแนนรวมความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ปกติ (ได้ 145 คะแนน)

ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ก่อนและหลังการเข้าร่วมใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมหลังการเข้าร่วมกิจกรรม เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนค่าคะแนนเฉลี่ยในแต่ละองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ทั้ง 3 ด้าน มีผลดังนี้ ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นหลังการทดลองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นหลังการทดลองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 และความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นหลังการทดลองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05

ผลการประเมินความพึงพอใจของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มตัวอย่างที่มีต่อรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ มีความพึงพอใจต่อรูปแบบกิจกรรมนันทนาการ ทั้งโดยรวมและรายข้อ อยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ยรวม

= 3.92) โดยพบว่า ข้อที่นักเรียนมีความพึงพอใจสูงสุดในการเข้าร่วมใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ ข้อ 11 การเข้าร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนมีความเข้าใจบทบาทของผู้นำและผู้ตามที่ดี (ค่าเฉลี่ย = 4.14) รองลงมา คือ ข้อ 10 การเข้าร่วมกิจกรรมช่วยส่งเสริมให้นักเรียนมีความมั่นใจในตนเองยิ่งขึ้น (ค่าเฉลี่ย = 4.07) และข้อ 4 กิจกรรมทำให้นักเรียนมีความคิดและมีแนวทางการแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ (ค่าเฉลี่ย = 4.03) ส่วนข้อที่นักเรียนมีความพึงพอใจน้อยที่สุด โดยมีค่าเฉลี่ย = 3.82 เท่ากัน ได้แก่ ข้อ 13 การเข้าร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนรู้จักคิดและเสนอความคิดเห็นของตนเองได้อย่างเหมาะสม ข้อ 21 การเข้าร่วมกิจกรรมช่วยเสริมสร้างให้นักเรียนมีความคิดต้องการที่จะช่วยเหลือกันมากขึ้น และข้อ 28 การเข้าร่วมกิจกรรมไม่กระทบกับการเรียนและเวลาส่วนตัวของนักเรียน

การปรับปรุงกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมฯ ภายหลังจากการนำรูปแบบไปทดลองใช้มีการปรับปรุง 2 ประเด็น ได้แก่

1. เพิ่มเติมเนื้อหาคุณสมบัติของผู้นำกิจกรรมนันทนาการ และเทคนิคการนำกิจกรรมนันทนาการไปใช้ให้ประสบความสำเร็จ เพื่อให้เนื้อหาคู่มือกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมฯ มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น
2. ปรับเปลี่ยนเรื่องระยะเวลาในการทำกิจกรรมตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ ให้ผู้นำไปใช้สามารถปรับเวลาในการทำกิจกรรมให้เหมาะสมตามบริบทของแต่ละโรงเรียน

อภิปรายผลการวิจัย

การพัฒนาารูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีประเด็นสำคัญที่จะนำมาอภิปรายผลการวิจัยดังนี้

1. ข้อมูลพื้นฐานในการกำหนดนิยาม พฤติกรรมบ่งชี้ในแต่ละองค์ประกอบและแนวทางในการพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ โดยปัญหาที่พบในโรงเรียนวัดบางปะกอก เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นตามกรอบของ กรมสุขภาพจิต (2550: 35–36) ซึ่งจำแนกได้เป็นด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข พบว่า นักเรียนบางส่วนมีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่า 140 คะแนน ซึ่งเป็นคะแนนที่ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จึงเป็นมูลเหตุให้ผู้วิจัยมุ่งทำการศึกษาข้อมูลในการจัดกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม และนำไปทำการทดลองใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมกับกลุ่มตัวอย่าง และทำการประเมินผล ปรับปรุงรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ต่อไป โดยมีข้อมูลสนับสนุนเพิ่มเติม ได้แก่ การสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ความชำนาญในการจัดกิจกรรมนันทนาการและมีความรู้ความชำนาญด้านจิตวิทยา และจัดการสนทนากลุ่มร่วมกับผู้มีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาแนวทางการจัดทำรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยในการพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการ นั้น เกรียงไกร ยาม่วง (2554) ได้ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดชัยภูมิ ในปีการศึกษา 2552 กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน โดยใช้แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวง

สาธารณสุข พบว่า นักเรียน กลุ่มทดลองภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ

2. การพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ผู้วิจัยนำข้อมูลพื้นฐานที่ได้จากการศึกษามาเป็นแนวทางในการสร้างรูปแบบกิจกรรมนันทนาการ และกำหนดองค์ประกอบของรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม และตรวจสอบหาค่าความเที่ยงของรูปแบบโดยผู้เชี่ยวชาญ ประกอบด้วย ซึ่งองค์ประกอบของรูปแบบผู้วิจัยได้พัฒนาจากการทบทวนและสังเคราะห์แนวคิดการพัฒนารูปแบบ แนวคิดการจัดกิจกรรมนันทนาการ แนวคิดการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และแนวคิดการมีส่วนร่วม ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบดังนี้ 1) หลักการ 2) วัตถุประสงค์ 3) ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม 4) ปัจจัยในการนำรูปแบบไปใช้ และ 5) เงื่อนไขการนำรูปแบบไปใช้ สอดคล้องกับ ดนชิตา วาทีนพุดิพร (2559) ได้ศึกษา การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมความรอบรู้ทางสุขภาวะให้แก่แรงงานข้ามชาติพบว่า รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมความรอบรู้ทางสุขภาวะให้แก่แรงงานข้ามชาติ (Migrant Health Literacy Model: MHL Model) มีองค์ประกอบ 4 ส่วนได้แก่ (1) หลักการ (2) วัตถุประสงค์ (3) ขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ และ (4) เงื่อนไขการนำรูปแบบไปใช้ ในส่วนกิจกรรมนันทนาการฯ มีจำนวนและชื่อกิจกรรมนันทนาการ ที่จะนำไปทดลองใช้กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 40 กิจกรรม ใช้ระยะเวลาทดลอง 8 สัปดาห์ ซึ่งจำแนกกิจกรรมให้สามารถส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ในด้านดี จำนวน 22 กิจกรรม ด้านเก่ง 36 กิจกรรม และด้านสุข 23 กิจกรรม ซึ่งในหลายๆ กิจกรรม ในกิจกรรมเดียวกันสามารถเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ได้ทุกด้าน บางกิจกรรมเสริมสร้าง 2 ด้าน และบางกิจกรรมเสริมสร้างเพียงด้านเดียว ได้ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน สามารถนำไปใช้ได้ นอกจากนี้ผู้เชี่ยวชาญยังได้เสนอแนะเกี่ยวกับประเด็นเรื่องระยะเวลาในการจัดกิจกรรม ประเด็นเรื่องความปลอดภัยในการทำกิจกรรม ประเด็นผู้นำกิจกรรมนันทนาการ ผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงประเด็นต่างๆ ก่อนนำไปทดลองใช้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการจัดกิจกรรมนันทนาการของ สมบัติ กาญจนกิจ (2544: 30) ที่ว่ากิจกรรมนันทนาการส่งเสริมความเป็นมนุษย์ชาติ กิจกรรมนันทนาการส่งเสริมพฤติกรรมและพัฒนาความเจริญงอกงามของบุคคล ทั้งทางกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจิตใจของทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย ทั้งนี้ในการเลือกกิจกรรมนันทนาการ ได้คำนึงถึงความเหมาะสมตามวัยของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สอดคล้องหลักในการจัดกิจกรรมนันทนาการให้กับคนวัยต่างๆ คณิต เขียววิชัย (2545: 34-37) ที่ว่าวัยรุ่น (อายุ 12-25 ปี) จะเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและอารมณ์ การเจริญเติบโตของร่างกายจะมากจนถึงจุดสูงสุด เป็นวัยที่ต้องการความมีอิสระ และต้องการค้นพบตัวเองว่ามีความสามารถอย่างไร ดังนั้นกิจกรรมนันทนาการที่จัดให้กับเด็กในวัยนี้ควรเป็นกิจกรรมที่จะช่วยพัฒนาให้เด็กได้ค้นพบความสามารถของตนเอง และพัฒนาความสามารถในการใช้วัยต่าง ๆ ให้มากที่สุด

กระบวนการพัฒนารูปแบบดังกล่าวมีการพัฒนาขึ้นอย่างเป็นระบบ มีการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสภาพปัญหา ความจำเป็นและแนวทางในการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีการใช้กระบวนการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) ทำให้ได้ข้อมูลที่มีความถูกต้องชัดเจนและพอเพียงที่จะนำมาเป็นข้อมูลในการพัฒนารูปแบบกิจกรรม โดยองค์ประกอบ

ต่างๆ ของรูปแบบมีความสอดคล้องกับแนวคิดพัฒนารูปแบบของ (ทศนา แคมมณี: 2551;) ที่ว่า การพัฒนารูปแบบจะต้องคำนึงถึง แนวคิดทฤษฎีพื้นฐานที่นำมาพัฒนา หลักการวัตถุประสงค์ กระบวนการจัดกิจกรรม เชื้อไขในการนำไปใช้ โดยองค์ประกอบได้จัดไว้อย่างเป็นระบบ ทำให้รูปแบบกิจกรรมนั้นหนาแน่นการแบบมีส่วนร่วม เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีความถูกต้องชัดเจน

3. ผลการทดลองใช้รูปแบบกิจกรรมนั้นหนาแน่นการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า นักเรียนมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้รูปแบบกิจกรรมนั้นหนาแน่นการแบบมีส่วนร่วม อยู่ในเกณฑ์ปกติ ส่วนผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมใช้รูปแบบกิจกรรมนั้นหนาแน่นการแบบมีส่วนร่วม พบว่า นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้านหลังการเข้าร่วมเพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม ทั้งด้านเก่ง ด้านดี และด้านสุข โดยพบว่าการเปรียบเทียบทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนาแน่นการ คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ทั้ง 3 องค์ประกอบของกลุ่มทดลอง หลังการทดลองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากผลการทดลองใช้รูปแบบกิจกรรมนั้นหนาแน่นการแบบมีส่วนร่วม แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมนั้นหนาแน่นการสามารถใช้พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้กับนักเรียนได้ ทั้งนี้เพราะกิจกรรมนั้นหนาแน่นการเป็นกิจกรรมที่เปิด โอกาสให้บุคคลได้มีปฏิสัมพันธ์ต่อกันมีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ เปิดโอกาสให้แต่ละคนมีส่วนร่วมได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ด้วยตนเองทำให้เกิดการเรียนรู้ลักษณะต่างๆ ของเพื่อนนำไปสู่การเข้าใจ บุคคลอื่น และสามารถรับรู้อารมณ์ของตนเอง เกิดความเข้าใจตนเองมากยิ่งขึ้น ทำให้เกิดการปรับตัวเข้าหากันตลอดทั้งมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นทัศนคติระหว่างกัน ทำให้นักเรียนสามารถ รวบรวมกรอบความคิดมาใช้กับตนเอง นอกจากนี้กิจกรรมนั้นหนาแน่นการยังทำให้เกิดความร่วมมือ ต่างๆ เพื่อให้งานบรรลุเป้าหมาย เกิดสัมพันธภาพอันดีต่อกัน ได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นทำให้นักเรียนมีความรู้สึกอันดีต่อตนเอง สอดคล้องกับคำกล่าวของ สมบัติ กาญจนกิจ (2544: 30) ได้กล่าวไว้ว่า กิจกรรมนั้นหนาแน่นการส่งเสริมคุณภาพชีวิต กระบวนการนั้นหนาแน่นการช่วยส่งเสริมและ พัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลและสังคม กิจกรรมนั้นหนาแน่นการช่วยพัฒนาอารมณ์ สุขภาพ ความสามารถของบุคคล สุขภาพและสมรรถภาพ ส่งเสริมสุขภาพจิต ความสมดุลของกายและจิต และความสมดุลในการแบ่งเวลาทำงาน นั้นหนาแน่นการช่วยให้ลดความเครียดและความวิตกกังวล ส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกลุ่มสังคม ส่งเสริมการแสดงออก เพิ่มพูนประสบการณ์ สิ่งเหล่านี้ช่วย พัฒนาคุณภาพชีวิตของสังคม ทุกระดับวัย ทุกเพศ และสอดคล้องกับผลการวิจัยของ คณิต เขียววิชัย (2554) ได้ทำการวิจัยเรื่องการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์และความสนใจในการทำกิจกรรมนั้นหนาแน่นการกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยา เขตพระราชวังสนามจันทร์ ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับความสนใจในการทำกิจกรรมนั้นหนาแน่นการประเภทการอ่านอยู่ในระดับปานกลาง กิจกรรมประเภทการดูทีวี อยู่ในระดับปานกลาง กิจกรรมประเภทการเล่นกีฬา จะอยู่ในระดับน้อย กิจกรรมประเภทการออกกำลังกายอยู่ในระดับปานกลาง กิจกรรมประเภท กิจกรรมทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง กิจกรรมประเภทกิจกรรมพิเศษอยู่ในระดับมาก และผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมนั้นหนาแน่นการกับความฉลาดทางอารมณ์พบว่า กิจกรรมการออกกำลังกายมีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กิจกรรมประเภทการอ่านจะมีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง และสุขอย่าง

มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กิจกรรมพิเศษมีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการจัดกิจกรรมนันทนาการที่มีความเหมาะสมสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นนั้นมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง การที่จะทำให้การจัดกิจกรรมนันทนาการเพื่อเสริมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ให้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นให้ประสบผลสำเร็จได้นั้นจะต้องมีการให้ความร่วมมือจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องซึ่งสอดคล้องกับ กรมสุขภาพจิต (2543: 25) การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ใช้ระยะเวลา อาศัยความร่วมมือร่วมใจ ของทุกฝ่าย พ่อแม่ ครู-อาจารย์จะต้องร่วมเรียนรู้และฝึกฝนด้วย เพราะความฉลาดทางอารมณ์เป็น ผลจากการมีปฏิสัมพันธ์ในสถานการณ์ทางสังคม และวัฒนธรรมร่วมกัน และการพัฒนาความฉลาด ทางอารมณ์ส่วนหนึ่งจะเกิดจากการชี้แนะจากบุคคลต่าง ๆ นับตั้งแต่การอบรมเลี้ยงดู การสั่งสอน ของครูอาจารย์ อีกส่วนหนึ่งเกิดจากการสังเกต การเรียนรู้ซึมซับพฤติกรรม และความคิดความอ่าน เข้าสู่ตนเอง

การประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อรูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม มีความพึงพอใจต่อรูปแบบกิจกรรมนันทนาการ ทั้งโดยรวมและรายข้อ อยู่ในระดับมาก โดยพบว่า ข้อที่นักเรียนมีความพึงพอใจสูงสุดในการเข้าร่วมใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ ข้อ 11 การเข้าร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนมีความเข้าใจบทบาทของผู้นำและผู้ตามที่ดีร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนรู้จักคิดและเสนอความคิดเห็นของตนได้อย่างเหมาะสม ข้อ 21 การเข้าร่วมกิจกรรมช่วยเสริมสร้างให้นักเรียนมีความคิดต้องการที่จะช่วยเหลือกันมากขึ้น และข้อ 28 การเข้าร่วมกิจกรรมไม่กระทบกับการเรียนและเวลาส่วนตัวของนักเรียน สอดคล้องกับ ต่อสกุล สกุลสิริชาติ (2549: 68) ได้ทำการศึกษาเรื่องสภาพและความต้องการกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 4 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรี เขต 1 พบว่านักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 4 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรี เขต 1 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการกิจกรรมนันทนาการ ด้านกิจกรรม โดยรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักเรียนมีความต้องการกิจกรรมนันทนาการเพื่อเกิดประโยชน์มากยิ่งขึ้น ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และการพัฒนาทักษะชีวิตในด้านต่างๆ และสอดคล้องกับ ฐิตพัฒน์ สดาศัจจันทร์ (2560) ได้ศึกษา การพัฒนากิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ของนักเรียนโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเลย เขต 2 พบว่า ผลการทดลองใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ของนักเรียนโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเลยเขต 2 โดยการนำกิจกรรมต่างๆไปทดลองใช้ เป็นเวลา 1 ภาคเรียนพบว่าเกิดผลลัพธ์ที่ดีต่อนักเรียนทั้ง 5 ด้าน เกิดการเรียนรู้โดยการปฏิบัติผ่านกิจกรรม ครู ผู้ปกครอง และนักเรียนมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมที่ได้ปฏิบัติจริง

การปรับปรุงกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมฯ ภายหลังจากการนำรูปแบบไปทดลองใช้มีการปรับปรุง 2 ประเด็น ได้แก่

1. เพิ่มเติมเนื้อหาคุณสมบัติของผู้นำกิจกรรมนันทนาการ และเทคนิคการนำกิจกรรมนันทนาการไปใช้ให้ประสบความสำเร็จ เพื่อให้เนื้อหาคู่มือกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมฯ มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

2 ปรับเปลี่ยนเรื่องระยะเวลาในการทำกิจกรรมตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ ให้ผู้นำไปใช้สามารถปรับเวลาในการทำกิจกรรมให้เหมาะสมตามบริบทของแต่ละโรงเรียน

จากผลการทดลองใช้รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น สามารถสรุปได้ว่า การส่งเสริมให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการจึงเป็นสิ่งจำเป็นและมีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับนักเรียนที่ต้องการเข้าร่วม เพื่อส่งเสริมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สนองความต้องการด้านการออกกำลังกาย ความสนุกสนานเพลิดเพลิน พัฒนาสุขภาพกายและสุขภาพจิต รู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และที่สำคัญคือ ได้รับรู้ถึงคุณค่าและประโยชน์ของกิจกรรมนันทนาการจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการด้วยตนเอง ทำให้มีเจตคติที่ดีต่อผู้อื่น และนำความรู้ ทักษะ ประสบการณ์และความสามารถของตนเองไปประกอบการดำเนินวิถีชีวิตอยู่ในสังคม อันจะส่งผลให้นักเรียนมีสุขภาพสมบูรณ์ ร่างกายแข็งแรง จิตใจแจ่มใสมีความฉลาดทางอารมณ์ คือเป็นคนดี คนเก่ง และสามารถใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะการนำผลการวิจัยไปใช้

1. กิจกรรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ทุกกิจกรรม สามารถนำไปใช้ได้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่อายุ 12 – 15 ปี
2. การนำกิจกรรมไปใช้ควรต้องสร้างผู้นำให้มีความสามารถระดับดี เพื่อจะได้ดำเนินกิจกรรมบรรลุเป้าหมาย

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีศึกษาพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาทักษะของนักเรียนในด้านอื่นๆ เช่น ทักษะชีวิต ทักษะทางการเรียน เป็นต้น
2. ควรมีการต่อยอดการพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมในบริบทอื่นๆ เช่น การพัฒนาบุคลากรทางการศึกษา การพัฒนาชุมชน เป็นต้น

References

- Department of Mental Health. (2007). “ī khiu : khwām chalať thāng ‘ārom (chabap prapprung)” [EQ: Emotional intelligence (Revised edition)]. 4th edition, Nonthaburi: Bureau of Mental Health Development.
- Goleman, D. (1995). **Emotion Intelligence**, New York: Bantan Book.
- Goleman, D. (1998). **Working with Emotional Intelligence**. New York: Bantam Books.
- Kanchanakit, S. (2001). “nathanākān lāe ‘utsāhakam kānthōngthīeo” [Recreation and tourism industry]. Bangkok: Chulalongkorn University Publishing House.
- Khammani, T. (2008). “sipsī withī sōn samrap khru mūāchīp” [14 teaching methods for professional teachers]. No. 8. Bangkok : Chulalongkorn University.
- Kheawwichai, K. (2011). “kānsuksā khwāmsamphan rawāng khwām chalať thāng ‘ārom lāe khwām son nai kāntham kitchakam nathanākān kap phon samrit thāngkān rian khōng naksuksā Mahawitthayalai Sinlapakōn withaya khēt phra rāt wang sanām chan” [The study of the relationship between emotional intelligence and the conception of recreational activities and learning achievement of Silpakorn University students Sanam Chan Palace Area]. Faculty of Education Silpakorn University.
- Office of the National Economics and Social Development Council. (2011). “phān phatthana sēthakit lāe sangkhom hāng chāt chabap thī sip‘et” [National Economic and Social Development Plan No. 11]. (2012-2016). Office of the Prime Minister
- Sakunsirichat, T. (2006). “saphāp lāe khwāmtōngkān kitchakam nathanākān khōng nakrian radap chuang chan thī sī nai rōngrian sangkat samnakngān khēt phunthī kānsuksā Chon Buri khēt nung” [State and needs of recreational activities of students in the fourth grade level in schools under the Office of Chonburi Educational Service Area 1]. Master's thesis M.Sc. Bangkok: Graduate School Srinakharinwirot University.
- Satangjun, T. (2017). “kānphatthana kitchakam songsoēm kān rianrū nai satawat thī yīsip‘et khōng nakrian rōngrian nai sangkat samnakngān khēt phunthī kānsuksā prathom suksā lōi khēt sōng” [Development of learning promotion activities in the last century 21 of the students in schools under the Office of Primary Education Area, District 2]. Veridian E-Journal, Silpakorn University 10,3 (September - December): 2153.
- Sumaritham, U. (2002). “chittawitthaya wairun” [Adolescent Psychology]. Bangkok: Faculty of Education, Chulalongkorn University.

- Wathinutthiporn, D. (2017). “kānphatthana rūpbāp kanchat kitchakam kān rianrū phūa sāngsoēm khwām rōprū thāng suk phāwa hai kē rāngngān khām chat phop wā rūpbāp kanchat kitchakam kān rianrū phūa sāngsoēm khwām rōprū thāng suk phāwa hai kē rāngngān khām chat” [Development of learning activity management model to enhance health literacy for migrant workers. Model of learning activities to enhance health literacy for migrant workers]. Veridian E-Journal, Silpakorn University 10,1 (January-April): 503.
- YaMuang, K. (2011). “phon khōng kanchai prokrām kitchakam nanthanakān thī mī tō khwām chalat thāng ‘ārom khōng nakriān chan matthayommasuksā pī thī sī nai chāngwat Chaiyaphum” [The effect of using recreational activities program on emotional intelligence Of students Grade 4 in Chaiyaphum Province]. Faculty of Physical Education Srinakharinwirot University.

