

บทความวิจัย

การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข ของนักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดสงขลา: การวิจัย เชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

ศิริวรรณ พิริยคุณธร* กาญจน์สุนัภส บาลทิพย์** อุษณีย์ เพชรรัชตะชาติ*** นฤมล ตีระพัฒน์****

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมระดับปฏิบัติการ (technical collaborative approach) นี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข ผู้ให้ข้อมูล จำนวน 2 กลุ่ม ได้แก่ นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 38 ราย คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์เจาะลึก การเขียนบันทึก และการบันทึกภาคสนามกับผู้ให้ข้อมูล และครู จำนวน 8 ราย เก็บรวบรวมข้อมูลโดยสนทนากลุ่ม ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นระยะเวลา 1 ปี ระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ 2557 - มกราคม 2558 วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปโดยใช้ค่าความถี่ ร้อยละ และค่าเฉลี่ย และข้อมูลการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการของ Strauss และ Corbin

ผลการศึกษาการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข สามารถสรุปได้ 4 ขั้นตอน คือ (1) การสร้างความเข้าใจ (2) การศึกษาสถานการณ์ (3) การกำหนดแผนปฏิบัติ การลงมือปฏิบัติและการสะท้อนผลการปฏิบัติ และ (4) การประเมินผล โดยขั้นตอนการกำหนดแผนปฏิบัติ การลงมือปฏิบัติ และการสะท้อนผลการปฏิบัติ ประกอบด้วย 3 ด้าน ที่สำคัญ ได้แก่ (1) การทำความเข้าใจแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข (2) การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง และ (3) การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี สำหรับความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข จะผสมผสานอยู่ในกิจกรรมการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งและด้านดี และกิจกรรมนันทนาการ ในขั้นตอนนี้ ประกอบด้วยกิจกรรมสำคัญ 8 ประการ ได้แก่ (1) การทำความเข้าใจกับความหมายของคำว่า เก่ง ดี และมีสุข (2) การตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนเอง (3) การจุดประกายกระตุ้นความรู้สึกให้เป็นคนดี มีความกตัญญู (4) การฝึกสติ การควบคุมอารมณ์ การมีเมตตาเข้าใจผู้อื่น การอบรมให้มีศีลธรรม และการใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง (5) การสร้างพันธะสัญญา (6) การฝึกวางแผน บันทึก ติดตามประเมินตนเอง (7) การให้แรงเสริม และ (8) การใช้กิจกรรมนันทนาการ ที่นำมาซึ่งการเพิ่มของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ และความพึงพอใจ

* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา
ผู้เขียนหลัก: siriwan.p@psu.ac.th

** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

*** รองศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

**** ครูวิทยฐานะ ครูชำนาญการ โรงเรียนเทศบาล 1 อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

ผลการศึกษาครั้งนี้ สามารถให้แนวทางแก่ผู้ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ พยาบาลประจำโรงเรียน ผู้บริหารโรงเรียน และครู ในการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้ฝึกตั้งเป้าหมาย วางแผน ปฏิบัติ ติดตามประเมินตนเอง และให้แรงเสริมเพื่อพัฒนาให้เด็กเป็นคนดี เก่ง และสุข ต่อไป

คำสำคัญ: เด็กวัยเรียน; ดี; เก่ง; สุข; การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

ความเป็นมาของปัญหา

เด็กวัยเรียน เป็นบุคคลที่มีความสำคัญต่อความเจริญก้าวหน้าของประเทศ การที่เด็กมีพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาที่ดี จะเป็นพลังสำคัญในการพัฒนาประเทศในอนาคต โดยเฉพาะความฉลาดทางอารมณ์ (emotional quotient: EQ) ซึ่งหมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข องค์ประกอบของความสามารถทางอารมณ์ที่สำคัญ มี 3 ส่วน คือ ดี เก่ง และสุข ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้ง มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น สุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข ภูมิใจในตนเอง พึงพอใจในชีวิต และมีความสุขสบายใจ¹

การที่เด็กจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ประสบผลสำเร็จในการดำเนินชีวิตได้นั้น พบว่า ส่วนใหญ่ เป็นผลมาจากความฉลาดทางอารมณ์ โดยอาศัยความฉลาดทางปัญญา ร้อยละ 20 อีก ร้อยละ 80 เป็นผลมาจากความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เติบโตมีชีวิตที่ประสบความสำเร็จในทุกด้านอย่างแท้จริง² สอดคล้องกับที่ชมรมจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นแห่งประเทศไทย³ ได้กล่าวถึงแนวทางการเลี้ยงดูลูกที่เหมาะสมว่า การพัฒนาให้ลูกมีความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ที่ดี มักจะทำให้เป็นคนที่มีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิตสูง การที่เด็กวัยเรียนมีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่ดี จึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิตของเด็กเอง และความเจริญก้าวหน้าของสังคม ประเทศชาติด้วย

ปัจจุบัน สภาพแวดล้อมและสังคมได้เปลี่ยนแปลงไปมาก มีการแข่งขันการเรียนรู้สูงมากขึ้น จนเป็นปัจจัยที่มีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) โดยในระยะหลัง พบความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กไทยลดลง จากการประชุมวิชาการ เด็กไทยก้าวไกลสู่อาเซียน เมื่อวันที่ 26-27 มิถุนายน 2555 เผยผลสำรวจของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กไทย เฉลี่ยต่ำกว่าเกณฑ์ปกติในรอบ 10 ปี⁴ โดยพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ในด้านดี เก่ง และด้านสุขในเด็กไทย เริ่มลดลงเรื่อยๆ และผลการสำรวจระดับความฉลาดทางอารมณ์ ของ กรมสุขภาพจิต พ.ศ. 2544 พบว่า นักเรียนไทย อายุ 6-11 ปี มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) เฉลี่ยระดับประเทศ จัดอยู่ระดับต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ (45.12) จากค่าคะแนนปกติ (50-100) โดยนักเรียนกลุ่มนี้มีจุดอ่อนทั้ง 3 องค์ประกอบใหญ่ คือ ดี เก่ง สุข และทุกด้านในด้านย่อย และมีจุดอ่อนมากที่สุด คือ ความมุ่งมั่นพยายาม (42.98) ความกล้าแสดงออก (43.48) และความรื่นเริงเบิกบาน (44.53)⁵ และจากการสำรวจสถานการณ์ระดับความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ในเด็กวัยเรียน ในปี 2557 ของกระทรวงสาธารณสุข เฉพาะในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 3,696 คน พบว่า มีความฉลาดทางอารมณ์ปกติ ร้อยละ 79.9 แต่ยังมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าปกติอีก ร้อยละ 20.16 ซึ่งเป็นสิ่งที่ควรเร่งพัฒนา เพราะเด็กวัยนี้จะมีพื้นฐานการเติบโตเข้าสู่วัยเรียนและผู้ใหญ่ในวันข้างหน้า ดังนั้นนโยบายยุทธศาสตร์การพัฒนาเด็กในแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ 2555-2559 ที่มีเป้าหมายให้เด็กและเยาวชน มีความมั่นคง แข็งแรงดี มีสุข

และสร้างสรรค์ มีการส่งเสริมความฉลาดทางสติปัญญาและความฉลาดทางอารมณ์ในเด็กวัยเรียน เพื่อให้เด็กมีความฉลาดทางสติปัญญาเฉลี่ย ไม่น้อยกว่า ร้อยละ 100 และมีความฉลาดทางอารมณ์ไม่ต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ไม่น้อยกว่า ร้อยละ 70⁷

การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ เป็นสิ่งที่พัฒนาได้ และมีความสำคัญต่อการประสบความสำเร็จในชีวิต เพราะความฉลาดทางอารมณ์มีได้ถูกกำหนดมาจากพันธุกรรม และไม่ได้พัฒนาสมบูรณ์ตอนวัยเด็กเหมือนความฉลาดทางสติปัญญา หากแต่สามารถพัฒนาได้โดยการเรียนรู้ตลอดเวลา⁸ สอดคล้องกับ ทวีศิลป์ วิษณุโยธิน กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นเรื่องที่ยังสามารถพัฒนาได้ ไม่เหมือนความฉลาดทางสติปัญญาที่จะคงระดับ เช่นนั้นไปตลอดชีวิต⁴ ซึ่งการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สามารถทำได้หลายวิธี และวิธีการตั้งเป้าหมายในชีวิต เป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมให้เด็กเป็นคนดี เก่ง และสุข ประสบความสำเร็จในชีวิต เห็นความสำคัญของการมีชีวิต รู้คุณค่าของการมีชีวิตอยู่ มีใช้ดำเนินไปอย่างเลื่อนลอย ไม่มีจุดหมาย เป็นการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียน และยังมีการจัดกิจกรรมรูปแบบต่างๆ หรือโปรแกรม หรือสื่อเหมาะกับวัยที่จะช่วยสนับสนุนการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยเรียนได้ ซึ่งหากได้รับการดูแลจากครอบครัว โรงเรียน และสังคม ก็จะทำให้ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กดีขึ้น ในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นพยาบาล ที่มีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพบุคคลทุกวัย ได้เห็นความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพของเด็กวัยเรียน จึงสนใจที่จะพัฒนารูปแบบส่งเสริมการเป็นคนดี เก่ง และสุข ของเด็กวัยเรียน ที่จะช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ทำให้เป็นคนดี เก่ง ประสบความสำเร็จ สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุขต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข

คำถามการวิจัย

รูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข เป็นอย่างไร

กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ใช้กรอบแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข⁹ โดยความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) คือ ความสามารถทางอารมณ์ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์ และมีความสุข ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข ซึ่งประกอบด้วยความสามารถต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ประกอบด้วยความสามารถ 1) การควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง 2) เห็นใจผู้อื่น 3) รับผิดชอบ/ยอมรับผิด
2. ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้ง มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วยความสามารถ 1) รู้จักและมีแรงจูงใจในตนเอง/มุ่งมั่นพยายาม 2) ตัดสินใจและแก้ปัญหา/ปรับตัวต่อปัญหา และ 3) มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น/กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม
3. ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข ประกอบด้วย 1) ภูมิใจในตนเอง

2) พึงพอใจในชีวิต/รู้จักปรับใจ 3) มีความสุขสงบทางใจ/รื่นเริงเบิกบาน

การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุขในครั้งนี้ มีการสร้างความเข้าใจ ศึกษาสถานการณ์ กำหนดแผนปฏิบัติ ลงมือปฏิบัติ สะท้อนคิด และประเมินผล ตามหลักกระบวนการพยาบาล โดยเน้นการมีส่วนร่วมของผู้ให้ข้อมูล สำหรับการกำหนดแผนปฏิบัติ การลงมือปฏิบัติ และสะท้อนคิด ได้ใช้กรอบแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ในการพัฒนาด้านดี เก่ง และสุข ของกรมสุขภาพจิต¹⁰ ในการจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) โดยกรมสุขภาพจิตกล่าวถึง การพัฒนาด้านดีในองค์ประกอบย่อย การรู้ว่าจะไรถูก อะไรผิด ใช้แนวคิดด้านกฎเกณฑ์ทางสังคม คุณธรรมจริยธรรม การพัฒนาด้านเก่งในการเสริมสร้างแรงจูงใจ ใช้แนวคิดที่เสริมสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง และด้านสุข ในองค์ประกอบย่อย ความภาคภูมิใจ ใช้แนวคิดการพัฒนาความภาคภูมิใจของเด็ก ผู้วิจัยจึงได้ประยุกต์กิจกรรม เป็น 3 ด้าน ดังนี้ (1) การทำความเข้าใจแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ (2) การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง ประกอบด้วยกิจกรรม 4 กิจกรรม คือ หนูมีความฝัน แรงบันดาลใจ เป้าหมายของฉัน และก้าวต่อไปข้างหน้า และ (3) การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ประกอบด้วยกิจกรรม 4 กิจกรรม คือ หนูอยากเป็นคนดี เรียนรู้คุณธรรม ทำพันธะสัญญา และสร้างสติพิชิตฝัน สำหรับการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข จะผสมผสานอยู่ในกิจกรรมการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งและด้านดี

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมระดับปฏิบัติการ (technical collaborative approach) เพื่อทำความเข้าใจสถานการณ์ปัญหา ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน วิเคราะห์สถานการณ์ ระบุปัญหาและแนวทางแก้ไข เพื่อพัฒนาแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข

ผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูล ประกอบด้วย 2 กลุ่ม ได้แก่ นักเรียน และครู โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. กลุ่มนักเรียน จำนวน 38 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง โดยกำหนดคุณสมบัติ ดังนี้ คือ (1) กำลังศึกษาในระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (2) มีอายุตั้งแต่ 11 ปีขึ้นไป (3) มีผลการเรียนอยู่ในระดับดีขึ้นไป (4) มีความยินดี สนใจ และพร้อมที่จะเข้าร่วมวิจัย (5) สามารถสื่อสารด้วยภาษาไทยได้ดี และ (6) ผู้ปกครองมีความยินดีให้เข้าร่วมโครงการ ซึ่งเหตุผลที่เลือกนักเรียนที่มีผลการเรียนอยู่ในระดับดี ทั้งนี้ เพื่อให้เป็นต้นแบบในการพัฒนาการเป็นคนดี เก่ง และสุข โดยการศึกษาครั้งนี้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีเกรดเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 3.5-4 ซึ่งเป็นผู้ที่มีสติปัญญาการรับรู้ในระดับดี

2. กลุ่มครู จำนวน 8 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง โดยกำหนดคุณสมบัติ ดังนี้ คือ (1) เป็นคุณครูประจำชั้น (2) ครูผู้สอนรายวิชา และครูแนะแนว ซึ่งเป็นผู้ที่ใกล้ชิดนักเรียน (3) มีประสบการณ์ด้านการสอนมาแล้วเป็นระยะเวลาไม่น้อยกว่า 5 ปี (4) สอน ณ โรงเรียนแห่งนี้ ไม่น้อยกว่า 1 ปี (5) ยินดีและมีความพร้อมที่จะเข้าร่วมโครงการวิจัย และ (6) สามารถสื่อสารด้วยภาษาไทยได้ดี

เครื่องมือในการวิจัย

1. แบบประเมินข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 19 ข้อ เช่น เพศ อายุ ผลการเรียนในปีที่ผ่านมา สถานภาพ สมรสของพ่อแม่ จำนวนพี่น้อง แหล่งความช่วยเหลือ งานอดิเรก ประวัติการเจ็บป่วย

2. แนวคำถามการสัมภาษณ์เจาะลึกการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข สำหรับนักเรียน จำนวน 11 ข้อ เช่น หนูมีเป้าหมายในชีวิตหรือไม่ อย่างไร หนูคิดว่า การเป็นคนดี เก่ง และมีความสุขได้ ต้อง

ทำอะไร หนูคิดว่า หนูเป็นคนดี เก่ง และมีความสุข พอแล้วยัง มีปัจจัยสนับสนุนอะไร กิจกรรมอะไร หรือสิ่งใด ทำให้หนูเป็นคนดี เก่ง และมีความสุขได้ มีอะไรเป็นอุปสรรค ขัดขวางการเป็นคนดี เก่ง และมีความสุขบ้าง

3. แนวคำถามการสัมภาษณ์เจาะลึกการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข สำหรับครู จำนวน 11 ข้อ เช่น หนูคิดว่า การมีเป้าหมายในชีวิตมีความเกี่ยวข้องกับความสุขทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุขของเด็กนักเรียนหรือไม่ อย่างไร การพัฒนาเด็กให้ดี เก่ง และสุข ทำได้อย่างไร มีสิ่งที่เอื้อหรือปัจจัยใด ที่ช่วยให้เด็กดี เก่ง และสุขได้ ปัญหา อุปสรรค ที่ทำให้ขัดขวางการเป็นคนดี เก่ง และสุข มีอะไรบ้าง สำหรับบทบาทของครู การจัดกิจกรรมใดบ้าง ที่ช่วยส่งเสริม พัฒนาให้เด็กดี เก่ง และสุขได้

โดยเครื่องมือดังกล่าวผ่านการพิจารณาความชัดเจนของข้อคำถาม ความครอบคลุมของเนื้อหา และการสื่อความหมาย จากผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ท่าน ที่มีความเชี่ยวชาญเกี่ยวกับความสุขทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุขของนักเรียน และผู้วิจัยได้ปรับแก้ตามข้อเสนอแนะ

4. แบบประเมินความสุขทางอารมณ์เด็กอายุ 6-11 ปี สำหรับครู ของกรมสุขภาพจิต จำนวน 19 ข้อ

เก็บรวบรวมข้อมูล จากผู้ให้ข้อมูล จำนวน 2 กลุ่ม ได้แก่ 1) นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 38 ราย โดยการสนทนากลุ่ม จำนวน 3 ครั้ง การสัมภาษณ์เจาะลึกผู้ให้ข้อมูล จำนวน 10 ราย และการเขียนบันทึกของผู้ให้ข้อมูลทุกคน 2) ครู จำนวน 8 ราย โดยการสนทนากลุ่ม จำนวน 1 ครั้ง

การพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูล

โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรม ของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ หมายเลข ศร 0521.1. 05/208 ลงวันที่ 24 มกราคม 2557 และผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาโดยยึดหลักการพิทักษ์สิทธิของผู้ที่เข้าร่วมโครงการตลอดระยะเวลาดำเนินการ โดยผู้วิจัยจะเข้าถึงผู้ให้ข้อมูลผ่านบุคคลที่ผู้ให้ข้อมูลไว้วางใจ คือ ครูแนะแนว โดยครูแนะแนวได้อธิบายโครงการวิจัยแก่ผู้ปกครองและผู้ให้ข้อมูลทุกคน เมื่อผู้ปกครองและผู้ให้ข้อมูลยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยแล้ว ต่อมา ผู้วิจัยเข้าพบผู้ให้ข้อมูล พร้อมแนะนำตัว อธิบายรายละเอียดของโครงการวิจัย วัตถุประสงค์ ประโยชน์ของเรื่องที่ศึกษา การดำเนินการวิจัย การจัดกิจกรรม บทบาทของผู้ให้ข้อมูลอีกครั้งหนึ่ง โดยข้อมูลที่ได้รับความไว้วางใจเป็นความลับ และจะนำเสนอในภาพรวม ไม่ระบุถึงตัวบุคคล ข้อมูลที่ได้จากการบันทึกเสียงจะนำไปถอดเทปและเก็บรักษาไว้เป็นความลับ และจะลบทำลายทันทีภายหลังเสร็จสิ้นการศึกษา รวมถึง สิทธิในการเข้าร่วมและไม่เข้าร่วมในการวิจัย โดยจะไม่มีผลกระทบใดๆ ทั้งสิ้น หลังจากผู้ให้ข้อมูลยินยอมด้วยวาจาแล้วจึงเริ่มดำเนินการวิจัย

ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยเสนอโครงการเพื่อรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยของคณะกรรมการประเมินงานวิจัยด้านจริยธรรม คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ก่อนดำเนินโครงการ

2. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูล โดยการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วยขั้นตอนหลัก 4 ขั้นตอน คือ การสร้างความเข้าใจ การศึกษาสถานการณ์ การกำหนดแผนปฏิบัติ การลงมือปฏิบัติและการสะท้อนผลการปฏิบัติ และการประเมินผล โดยใช้ระยะเวลา 1 ปี ระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ 2557 - มกราคม 2558

2.1 การสร้างความเข้าใจ โดยขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้เตรียมการสร้างสัมพันธภาพกับผู้ให้ข้อมูล ทั้งครูและนักเรียน เพื่อทำความรู้จัก ประสานสัมพันธ์ เพื่อนำไปสู่ความเข้าใจ ความไว้วางใจ และความร่วมมือในการร่วมกิจกรรม โดยการเล่าความเป็นมาและวัตถุประสงค์ของโครงการ และแนะนำชื่อเล่นของผู้วิจัย และเรียกชื่อเล่นของผู้ให้ข้อมูล พร้อมจัดกิจกรรมนันทนาการ

2.2 การศึกษาสถานการณ์ ผู้วิจัยประเมินสถานการณ์ปัญหา โดยศึกษาข้อมูลพื้นฐาน สัมภาษณ์แบบเจาะลึก สทนากลุ่ม ตามเครื่องมือวิจัยที่กำหนด และวิเคราะห์สถานการณ์การรับรู้แนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุขของผู้ให้ข้อมูล โดยการสัมภาษณ์เจาะลึกผู้ให้ข้อมูลกลุ่มนักเรียน 10 ราย และให้ผู้ให้ข้อมูลกลุ่มนักเรียน 38 ราย เขียนสะท้อนคิด และร่วมสนทนากลุ่มกับครู จำนวน 8 ราย หลังจากนั้น ผู้วิจัยวิเคราะห์การรับรู้แนวคิด ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุขของผู้ให้ข้อมูล เพื่อทำความเข้าใจสถานการณ์การรับรู้ แนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข และนำผลการศึกษามาใช้ในการระบุปัญหาและวางแผนการจัดกิจกรรม เพื่อให้ได้รูปแบบในการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข ซึ่งพบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีความเข้าใจแนวคิดดังกล่าวไม่ครอบคลุม และมีประสบการณ์ในการนำแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุขสู่การปฏิบัติยังไม่ชัดเจน ซึ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลนี้นำไปสู่การวางแผนการปฏิบัติ

2.3 การกำหนดแผนปฏิบัติ การลงมือปฏิบัติ และการสะท้อนผลการปฏิบัติ ระบุกำหนดแผนการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข สามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ด้าน ตามวงจรการวิจัยเชิงปฏิบัติการ ได้แก่ ด้านที่ 1 การทำความเข้าใจแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข ด้านที่ 2 การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง และด้านที่ 3 การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี สำหรับความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข จะผสมผสานอยู่ในกิจกรรมการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งและด้านดี และกิจกรรมนันทนาการ

ด้านที่ 1 การทำความเข้าใจแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี เก่ง และสุข ประกอบด้วย 2 กิจกรรม คือ (1) “ส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์” ดี เก่ง และสุข จุดมุ่งหมายเพื่ออธิบายความหมาย และความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ที่ถูกต้อง และเป็นแนวทางสู่การปฏิบัติการเป็นคนดี เก่ง และสุข และ (2) “สำรวจและวิเคราะห์ความฉลาดทางอารมณ์” จุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลสำรวจความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข วิเคราะห์ความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุขของตนเอง พร้อมระบุวิธีการ และตั้งเป้าหมายในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข

ด้านที่ 2 การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง ซึ่งเกี่ยวข้องกับ “การตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนเอง” มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลได้ฝึกการตั้งเป้าหมายในชีวิต และมีความมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ ซึ่งการตั้งเป้าหมายในชีวิตเป็นความฉลาดทางอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับความมุ่งมั่นพยายาม ที่จะพัฒนาตนเองไปสู่ความสำเร็จ ประกอบด้วย 4 กิจกรรม คือ หนูมีความฝัน แรงบันดาลใจ กิจกรรมเป้าหมายของฉัน และกิจกรรมก้าวต่อไปข้างหน้า

ด้านที่ 3 การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี โดยเน้น “ความตั้งใจอยากเป็นคนดี” มีจุดมุ่งหมายเพื่อเป็นการปลูกฝังและสร้างแรงกระตุ้นให้ผู้ให้ข้อมูลกลุ่มนักเรียนมีความตั้งใจที่จะเป็นคนดี สามารถที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ประกอบด้วย 4 กิจกรรม คือ หนูอยากเป็นเด็กดี เรียนรู้คุณธรรม ทำพันธะสัญญา และสร้างสติพิชิตฝัน

3. การสะท้อนผลการปฏิบัติ เมื่อดำเนินการตามขั้นตอนครบทั้ง 3 ด้าน ผู้วิจัยร่วมสะท้อนคิดกับผู้ให้ข้อมูลกลุ่มนักเรียนและครู ทดลองทำซ้ำเพื่อปรับแผนและลงมือปฏิบัติตามวงจรการวิจัยเชิงปฏิบัติการ เป็นระยะเวลา 10 สัปดาห์ โดยมีจุดมุ่งหมาย เพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลได้ปฏิบัติ และประเมินตนเองระยะสั้น ระยะยาว เพื่อการพัฒนาตนเองให้เป็นคนดี เก่ง และสุข

4. การประเมินผลการปฏิบัติ เมื่อสิ้นสุดกระบวนการวิจัย ผู้วิจัยวิเคราะห์บทเรียน และสรุปผลการฝึกปฏิบัติ ความพึงพอใจ พร้อมประเมินความฉลาดทางอารมณ์ โดยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 6-

- 11 ปี สำหรับครู ของกรมสุขภาพจิต ซึ่งประเมินโดยครูประจำชั้นอีกครั้งหนึ่ง เมื่อสิ้นสุดการดำเนินกิจกรรม
5. ระหว่างการดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยจัดกิจกรรม “เรียนรู้คุณธรรม” อย่างต่อเนื่อง โดยใช้สื่อที่หลากหลาย
 6. เมื่อสิ้นสุดการวิจัย ผู้วิจัยติดตามความก้าวหน้าของผู้ให้ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป โดยใช้ค่าความถี่ ร้อยละ และค่าเฉลี่ย วิเคราะห์รูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาสถานการณ์การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข เช่น ข้อมูลการสัมภาษณ์เจาะลึก การสนทนากลุ่ม และการเขียนบันทึก โดยการกำหนดรหัส (coding) ตามกระบวนการวิเคราะห์ข้อมูล โดยประยุกต์ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลของ Strauss และ Corbin¹¹ โดยผู้วิจัยขีดเส้นใต้คำหลัก นำคำหลักมาจัดกลุ่มหมวดหมู่ และประมวลประเภทของข้อมูล เช่น เป้าหมายในชีวิต วิธีการพัฒนาการเป็นคนดี เก่ง และสุข และเสนอเป็นรูปแบบเมื่อสิ้นสุดการศึกษา¹²

ผลการวิจัย

การศึกษาค้างนี้ นำเสนอผลการศึกษา 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป และส่วนที่ 2 รูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ผู้ให้ข้อมูลนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 เป็นเพศหญิง ร้อยละ 71.05 อายุระหว่าง 11-13 ปี ระยะเวลาที่ศึกษาในโรงเรียนนี้ 1-9 ปี เฉลี่ย 5.37 ปี ผลการเรียน เกเรตเฉลี่ย อยู่ระหว่าง 3.5-4 โดยเฉลี่ย 3.79 ร้อยละ 42.11 มีพี่น้อง 2 คน ร้อยละ 63.16 สถานภาพสมรสของบิดามารดาอยู่ด้วยกัน รองลงมา ร้อยละ 15.79 หย่าร้าง อาชีพบิดามารดา ร้อยละ 47.37 รับจ้าง ร้อยละ 39.47 ค้าขาย ระดับการศึกษาของบิดามารดา ร้อยละ 36.84 อยู่ในระดับ ปวช./ปวส. ร้อยละ 34.21 มัธยมศึกษาตอนต้น ปัจจุบัน ร้อยละ 57.89 อาศัยอยู่กับบิดามารดา รองลงมา ร้อยละ 18.42 อาศัยอยู่กับมารดา ร้อยละ 97.37 มีความอบอุ่นในครอบครัว

ส่วนที่ 2 รูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข

ผลการศึกษาการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข สามารถสรุปได้ 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การสร้างความเข้าใจ

ผู้วิจัยได้สร้างสัมพันธภาพกับผู้ให้ข้อมูล ได้แก่ ครู และนักเรียน ซึ่งเป็นการทำความรู้จัก ประสานสัมพันธ์ เพื่อทำให้เกิดความเข้าใจ ความไว้วางใจ เกิดความร่วมมือในการให้ข้อมูล โดยดำเนินการ ดังนี้

1. การเล่าความเป็นมาและวัตถุประสงค์ของโครงการ เพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลเข้าใจถึงความสำคัญ และวัตถุประสงค์ของโครงการ ทำให้เกิดความร่วมมือและร่วมแรงร่วมใจที่จะพัฒนาการเป็นคนดี เก่ง และสุขของนักเรียน และทำให้ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักเรียน มีความภาคภูมิใจ และยินดีในการร่วมโครงการ ซึ่งเห็นได้จากที่ทุกคนตอบรับยินดีในการเข้าร่วมโครงการ และผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งกล่าวว่า “หนูตั้งใจที่หนูและเพื่อนๆ ในห้องจะได้ร่วมทำกิจกรรมการเป็นคนดี เก่ง และสุข ของอาจารย์”

2. การทำความรู้จักเพื่อสร้างความคุ้นเคย ผู้วิจัยได้ทำความรู้จักอย่างเป็นกันเอง เพื่อสร้างความคุ้นเคยกับผู้ให้ข้อมูล โดยการแนะนำชื่อเล่นของผู้วิจัย เรียกชื่อเล่นของผู้ให้ข้อมูล พร้อมจัดกิจกรรมนันทนาการ ลมเพ

ลุ่มพัต ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ผู้ให้ข้อมูลชอบมาก สังเกตได้จากสีหน้าและการหัวเราะของผู้ให้ข้อมูล และผู้ให้ข้อมูลไม่เคยเล่นมาก่อน ผู้ให้ข้อมูลเรียกร้องให้จัดกิจกรรมนันทนาการอีกหลายๆ รอบ และผู้ให้ข้อมูลหลายรายกล่าวว่า “สนุกมากๆ หนูไม่เคยเล่นมาก่อน อยากให้ทำทุกครั้งที่อาจารย์มา”

ขั้นที่ 2 การศึกษาสถานการณ์

การศึกษาศถานการณ์ การรับรู้ต่อแนวคิด ความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข ผู้วิจัยศึกษาการรับรู้แนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข ของผู้ให้ข้อมูล ผลการศึกษา พบว่า ผู้ให้ข้อมูลที่เป็นนักเรียน 38 ราย มีการรับรู้ ความเข้าใจ ต่อแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข ไม่ครอบคลุมและไม่ชัดเจน เช่น ด้านเก่ง ผู้ให้ข้อมูลจะมุ่งที่ประเด็นผลการเรียน คือ ต้องให้เกรดสูงแต่เพียงอย่างเดียว โดยไม่ได้เข้าใจความหมายที่ถูกต้องของความเก่งในความฉลาดทางอารมณ์ และไม่ทราบองค์ประกอบของแต่ละด้าน ดังผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “คนเก่ง ต้องเรียนเก่ง” “หนูไม่ใช่คนเก่ง เพราะตั้งแต่เรียนมาไม่เคยสอบได้ที่ 1 และไม่เคยได้เกรด 4 เลย” “ดี คือ การเป็นคนดี ทำแต่สิ่งดีๆ” “การมีความสุข สนุก ตลอด” เท่านั้น

นอกจากนี้ จากการสนทนากลุ่มกับครู ทำให้ทราบว่า โรงเรียนมีนโยบายการเน้นคุณธรรมจริยธรรม และเชิญพระอาจารย์มาสอนพระพุทธศาสนา และสอนหลักคำสอนของศาสนาอื่นๆ ได้แก่ คริสต์ อิสลาม มีกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนา เช่น แห่เทียนพรรษา มีการสอนความซื่อสัตย์ ประกาศเกียรติคุณนักเรียนที่ทำดีว่า เป็นคนดีที่สังคมต้องการหน้าเสาธง มีการสอนคุณธรรม โดยการยกตัวอย่างเหตุการณ์จริง ให้นักเรียนได้เข้าใจง่าย ซึ่งล้วนเป็นนโยบายที่ดี และครูผู้สอนมีความตั้งใจและปฏิบัติได้เป็นอย่างดี ที่จะสร้างเด็กให้เป็นคนดี อย่างไรก็ตาม ครูมีความเข้าใจ ดี เก่ง และสุขโดยภาพรวม และไม่ทราบถึงรายละเอียดแต่ละด้านว่า ประกอบด้วยอะไรบ้าง ดังกล่าวว่า “การเป็นคนเก่ง ต้องเก่งวิชาการ ต้องเป็นคนคิดบวก” “ดี คือ การเป็นคนดีในสังคม พูดจาดีมีมารยาท” “มีความสุข คือ เด็กมีความสุข อยากมาโรงเรียน เพราะมีสังคม มีเพื่อน มีพื้นที่กว้างให้เล่น”

ขั้นที่ 3 การกำหนดแผนปฏิบัติ การลงมือปฏิบัติ และการสะท้อนผลการปฏิบัติ

ด้วยความไม่เข้าใจแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข ดังนั้น ผู้วิจัย ครู และผู้ให้ข้อมูลร่วมวิเคราะห์กิจกรรมที่จะดำเนินการเพื่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข และผู้วิจัยนำข้อคิดเห็นไปสู่การวางแผนกิจกรรมเพื่อให้ได้รูปแบบในการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข โดยแผนกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข 3 ด้าน ตามวงจรการวิจัยเชิงปฏิบัติการ ได้แก่ ด้านที่ 1 การทำความเข้าใจแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข ด้านที่ 2 การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ด้านเก่ง และด้านที่ 3 การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี สำหรับความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข จะผสมผสานอยู่ในกิจกรรมการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งและด้านดี และกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งสามารถสรุปผลการศึกษาในระยะกำหนดแผนและการลงมือปฏิบัติได้ ดังนี้

ครั้งที่ 1 สัปดาห์ที่ 1

ผู้วิจัยได้จัดให้ครูประจำชั้นประเมินความฉลาดทางอารมณ์ โดยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 6-11 ปี สำหรับครู พร้อมจัดกิจกรรม จำนวน 2 กิจกรรม ดังนี้

1. กิจกรรม “ทำความเข้าใจแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข” ทำให้ครูมีความเข้าใจความหมายแนวคิดของการเป็นคนดี เก่ง และสุขได้ถูกต้อง และจากการประเมินด้วยปากเปล่าและแบบสอบถามนักเรียนผู้ให้ข้อมูล พบว่า มีความรู้ ความเข้าใจแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุขมากขึ้น ซึ่งเมื่อเข้าใจความหมายจะช่วยให้มีความตั้งใจเป็นคนดี เก่ง และสุข ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “วันนี้ทำให้เข้าใจความหมาย

ของความฉลาดทางอารมณ์ของการเป็นคนดี เก่ง และสุขที่ถูกต้อง ทำให้หนูมีกำลังใจ หนูตั้งใจที่จะเป็นคนดี เก่ง และสุข ซึ่งหนูคิดว่าทำได้ และการได้ร่วมกิจกรรมแสดงความคิดเห็น รู้สึกว่า สนุกมากค่ะ” อย่างไรก็ตาม จากการสังเกต พบว่า ยังมีนักเรียนผู้ให้ข้อมูลบางส่วนที่ต้องเน้นย้ำและทบทวนต่อไปอีก

2. กิจกรรม “สำรวจและวิเคราะห์ความฉลาดทางอารมณ์” พบว่า นักเรียนผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ คิดว่าตนเองเป็นคนดี เก่ง และสุข และตั้งใจจะเรียนให้สำเร็จ จะได้ประกอบอาชีพ จะได้ทำงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ มีหน้าที่การงานดี เลี้ยงดูพ่อแม่ได้ ซึ่งคิดว่า วิธีการสำคัญที่ทำให้ถึงเป้าหมายได้นั้น ต้องมีความอดทน มีความพยายาม และจากการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ โดยแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 6-11 ปี สำหรับครู ของกรมสุขภาพจิต โดยคุณครูประจำชั้นที่ประเมินก่อนการดำเนินกิจกรรม พบว่า ค่าคะแนนที่เฉลี่ยโดยรวมอยู่ในเกณฑ์ปกติที่ควรได้รับการพัฒนา คือ 46.66 ซึ่งด้านเก่ง ด้านดี และด้านสุข มีค่าคะแนนเฉลี่ย 44.51, 48.45 และ 47.01 ตามลำดับ โดยคะแนนในด้านเก่งในเรื่อง ความมุ่งมั่นพยายาม มีคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ 42.40 และรองลงมา คือ กล้าแสดงออก ด้านเก่ง มีคะแนนเฉลี่ย 43.19 และคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านดี ในเรื่องของการควบคุมอารมณ์ มีคะแนนเฉลี่ย 51.42 ซึ่งควรส่งเสริมต่อไป (เกณฑ์คะแนนที่ 40-49 หมายถึง เด็กควรได้รับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านนั้นๆ ให้ดียิ่งขึ้น และคะแนน 50 ขึ้นไป แสดงว่า เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์ในเกณฑ์ที่ดี ควรส่งเสริมและรักษาคุณลักษณะนี้ให้คงไว้)

ครั้งที่ 2 สัปดาห์ที่ 2

ผู้วิจัยจัดกิจกรรมการตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนเอง เพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลได้มีเป้าหมายในชีวิตและมุ่งมั่นที่จะทำให้งานที่คาดหวังไว้ ซึ่งประกอบด้วยจัดกิจกรรม 2 กิจกรรม ดังนี้

1. กิจกรรม “หนูมีความฝัน” เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลได้สำรวจ ค้นหาตัวตนของตนเอง ในสิ่งที่อยากเป็น และแรงบันดาลใจ เป็นกิจกรรมที่จะสร้างแรงบันดาลใจให้ไปสู่เป้าหมายได้ โดยผู้ให้ข้อมูล 38 คน มีการทบทวนความหมายของ ดี เก่ง และสุข และเขียน วาดรูป ระบายสี ถึงความฝันที่อยากเป็นในอนาคต พร้อมเหตุผล และสิ่งที่ช่วยสนับสนุนให้เป็นไปตามฝัน ซึ่งพบว่า ผู้ให้ข้อมูล ส่วนใหญ่ให้เหตุผลอาชีพที่อยากเป็นว่า จะได้มีรายได้เลี้ยงดูพ่อแม่ และสิ่งสนับสนุนที่ช่วยให้เป็นไปตามฝันได้ ในทุกอาชีพจะใกล้เคียงกัน คือ กำลังใจจากพ่อแม่ ความมุ่งมั่นพยายาม ตั้งใจเรียน หลังจากตัวแทน 3 คน นำเสนอตัวอย่างเป้าหมายในชีวิตของตนเอง และให้ผู้ให้ข้อมูลทุกคนร่วมสะท้อนความคิดเห็นในการจัดกิจกรรมนี้ ผู้ให้ข้อมูลบอกว่า เป็นกิจกรรมที่สนุก ได้วาดรูป และได้คิดถึงสิ่งที่อยากเป็น ซึ่งบางครั้งยังไม่เคยคิดออกมาว่า จะเป็นอะไรดี ดังผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “ได้ร่วมทำกิจกรรมวาดรูป รู้สึกว่าสนุกมากค่ะ ทำให้ได้คิดว่า โตขึ้นอนาคต อยากจะเป็นอะไรดี” “ทำให้มีความตั้งใจความพยายามอยากจะทำเพื่อให้ได้เป็นตามที่หวังไว้ พ่อแม่จะได้สบาย”

2. กิจกรรม “แรงบันดาลใจ” เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้มีแนวคิดที่จะนำตัวเองไปสู่เป้าหมายในอนาคตที่ดีได้ โดยผู้ให้ข้อมูล 38 คน ตอบคำถาม “วิธีที่จะสร้างแรงบันดาลใจ และสลับกิจกรรมนั้นหนทางการเล่นเกมส์ ลมเพ ลมพัด และร่วมร้องเพลงโตขึ้นหนูจะเป็นอะไร ตามวิดีโอเพลง” หลังจากนั้นจะแบ่งกลุ่ม 3 กลุ่ม ให้แต่ละกลุ่ม คัดเลือกสิ่งที่ควรปฏิบัติให้ไปถึงฝัน ให้ตัวแทนกลุ่มนำเสนอ และให้ทุกคนร่วมสรุปสิ่งที่ควรปฏิบัติ จากการสังเกตการทำกิจกรรมนี้พบว่า ผู้ให้ข้อมูลทุกคนมีความสุข ร่าเริง ตื่นตัว มีความกล้าแสดงออก มีความซื่อสัตย์ ในการปฏิบัติตามกฎกติกา มีความสนใจในการทำกิจกรรม ซึ่งผู้ให้ข้อมูลชอบมาก ดังที่กล่าวว่า “สนุกมาก เกมส์นี้เล่นได้ไม่เบื่อ อยากให้จัดเล่นเกมส์นี้ทุกครั้งเลยคะ” “หนูรู้สึกมีความสุข ที่ได้ฝึกร้องเพลง และได้คิดตามเพลงด้วย” “การทำกิจกรรมนำเสนอ ทำให้หนูมีความกล้าแสดงออกมากขึ้นคะ”

สิ่งที่ผู้ให้ข้อมูลทุกคนร่วมสรุปสิ่งที่ควรปฏิบัติ เพื่อที่จะสร้างแรงบันดาลใจให้ถึงฝันได้ คือ ตั้งใจ

เรียนหนังสือ ต้องเชื่อมั่นว่าเราทำได้ มีความอดทน ไม่ย่อท้อ มีความพยายาม ฝึกฝนจนสำเร็จ และหาต้นแบบที่ดี หลังจากนั้น ผู้วิจัยสรุป ให้ข้อเสนอแนะสิ่งที่ผู้ให้ข้อมูลควรปฏิบัติเพิ่มเติม และสิ่งที่สามารถปฏิบัติด้วยตนเองได้ เพื่อไปให้ถึงความฝันนั้น

ครั้งที่ 3 สัปดาห์ที่ 4

ผู้วิจัยทบทวนกิจกรรม 2 กิจกรรม คือ “หนูมีความฝัน” และ “แรงบันดาลใจ” เพื่อสร้างความตระหนักถึงความสำคัญของเป้าหมายในชีวิตต่อการส่งเสริมการเป็นคนดี เก่ง และสุข แก่ผู้ให้ข้อมูลอีกครั้งหนึ่ง และเพิ่มกิจกรรม “หนูอยากเป็นคนดี” เพื่อเป็นการปลูกฝังและสร้างแรงกระตุ้นให้ผู้ให้ข้อมูลมีความตั้งใจที่จะเป็นคนดี โดยเปิดวิดีโอเพลง “เรื่องความแค้นแม่” ให้ฟัง และร่วมร้องเพลง จากการฟังเพลงที่มีเนื้อหา ครูสั่งการบ้านให้นักเรียนเขียน เรื่องความแค้นแม่ ผู้ให้ข้อมูลที่ไม่เคยเห็นหน้าแม่ ไม่เคยได้อยู่กับแม่มาก่อน จะเขียนไม่ออก ไม่เข้าใจรายละเอียด แต่อย่างไรก็ตาม ถึงแม้จะไม่มีแม่ แต่เขาสัญญาว่า จะเป็นเด็กดี เมื่อผู้ให้ข้อมูลได้ฟังและร่วมร้องเพลงแล้ว ให้เขียนสะท้อนความรู้สึกว่า ฟังเพลงนี้แล้วรู้สึกอย่างไร ได้เรียนรู้อะไร จะนำไปใช้ประโยชน์อะไรบ้าง ซึ่งผู้ให้ข้อมูลทุกคนจะสะท้อนความรู้สึกว่า ฟังแล้วซึ่ง ทำให้คิดถึงแม่ และสัญญาว่า จะเป็นเด็กดี ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “ฟังเพลงนี้แล้ว รู้สึกเสียใจเวลาที่ไม่มีแม่สอน อยากกอดแม่ ต่อไปจะทำแต่ความดี เรียนหนังสือให้แม่ภูมิใจ” “หนูสัญญาว่าจะเป็นเด็กดี ไม่ให้แม่เสียใจ หรือผิดหวัง เพราะพวกเขาไม่มีแม่ ก็ยังเป็นเด็กดีเพื่อแม่ได้” หลังจากนั้น ผู้วิจัยได้สรุปและให้กำลังใจสำหรับคนที่ไม่มีแม่ว่า ถึงแม้จะไม่มีแม่ แต่ทุกคนเป็นคนดีได้ และจะเป็นคนเก่งที่มีความสามารถมากกว่าคนอื่นที่สามารถเป็นคนดีได้ด้วยตนเอง ทำให้น่าชื่นชมและภาคภูมิใจยิ่งขึ้น

ครั้งที่ 4 สัปดาห์ที่ 6

ผู้วิจัยจัดกิจกรรม 2 กิจกรรม คือ “เรียนรู้คุณธรรม” เพื่อสร้างรากฐานที่สำคัญของการเป็นคนดี เก่ง และสุข และ “ทำพันธะสัญญา”

1. กิจกรรม “เรียนรู้คุณธรรม” โดยนำผู้ให้ข้อมูลไปทัศนศึกษาและทำกิจกรรมเรียนรู้คุณธรรมเพื่อเสริมธุรกิจพอเพียง โดยมีวิทยากรผู้เชี่ยวชาญ บรรยายถึงการมีคุณธรรม จริยธรรม ศีลธรรม ศีลกับการจัดระเบียบชีวิต การมีศีล 5 ช่วยกำกับชีวิต การมีศีล 5 จะมีผลกรรมตามสนอง การทำดีทำชั่ว จะเห็นผลบุญ บาปในชาตินี้ได้ มีการยกตัวอย่างทั้งการทำความดี แล้วเห็นผลที่ดี การทำชั่วก็จะได้รับความทุกข์ต่างๆ นานา เป็นต้น และมีการบรรยายหลักเศรษฐกิจพอเพียง กล่าวถึงในหลวงที่ทรงเป็นแบบอย่างที่ดียิ่ง และให้แนวทางการดำเนินชีวิตที่ดีกับประชาชน และให้ผู้ให้ข้อมูลร่วมลงมือปฏิบัติ ทำน้ายาเนกประสงค์จากน้ำหมัก และลงมือปลูกผักในตะกร้า พบว่า ผู้ให้ข้อมูลได้ความรู้และความเพลิดเพลิน ได้หลักแนวคิดทั้งด้านศีลธรรม คุณธรรม เศรษฐกิจพอเพียง ในการดำเนินชีวิต ดังผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “ทำให้กลัวการทำบาป ควรทำแต่ความดี” “ทำให้เข้าใจเศรษฐกิจพอเพียง รู้จักการประหยัด ใช้ทรัพยากรให้เกิดประโยชน์” “รู้วิธีการทำน้ายาเนกประสงค์ การปลูกผักกินเอง และการทำน้ายาเนกประสงค์ จะกลับไปบอกให้แม่ทำ”

2. กิจกรรม “ทำพันธะสัญญา” เป็นการกระตุ้นเตือนให้มีความรับผิดชอบในการปฏิบัติตนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข ต่อไปได้ โดยให้ผู้ให้ข้อมูลทบทวนความหมาย ความเข้าใจ ดี เก่ง และสุข แล้วให้ตอบแบบสอบถามว่าตนเองเป็นคนดี เก่ง และสุข เพียงพอหรือยัง สิ่งที่ต้องปรับในแต่ละด้านมีอะไรบ้าง โดยผลของการตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่บอกว่า ตนมีความดี เก่ง และสุข แต่ยังต้องปรับทุกด้านให้มากกว่านี้ เมื่อผู้ให้ข้อมูลตอบแบบสอบถามแล้ว จัดให้เล่นเกมสรวลเฮฮา เพื่อเป็นการผ่อนคลายและสังเกตความสามัคคี การยอมรับ การเข้าใจผู้อื่น หลังจากนั้น ให้ตัวแทน 3 คน นำเสนอการเป็นคนดี เก่ง และสุข ของตนเอง และสิ่งที่ต้องปรับในแต่ละด้าน และผู้วิจัยสรุป ให้คำแนะนำเพิ่มเติม พร้อมถามความสมัครใจ ซึ่งทุกคนสมัครใจที่จะให้คำมั่นสัญญาต่อกลุ่ม และ

เขียนบันทึกสัญญาว่า จะพยายามปฏิบัติตนให้เป็นคนดี เก่ง และสุขต่อไป

ครั้งที่ 5 สัปดาห์ที่ 7

ผู้วิจัยสะท้อนการเรียนรู้ โดยจัดกิจกรรม 2 กิจกรรม ดังนี้

1. กิจกรรม “เป้าหมายของฉัน” เพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลได้ฝึกปฏิบัติการตั้งเป้าหมาย วางแผนการปฏิบัติ การจดบันทึก ติดตามประเมินผลการปฏิบัติจริงของตนเองในระยะสั้นได้ ผู้วิจัยได้ให้ผู้ให้ข้อมูล ทดลองฝึกปฏิบัติการตั้งเป้าหมายและวางแผนปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุขในระยะสั้น ภายใน 1 สัปดาห์ โดยให้ตั้งเป้าหมายของตนเองว่า อยากทำอะไรให้สำเร็จ วางแผนจะปฏิบัติอะไร ระยะเวลาที่จะปฏิบัติ ในแต่ละวัน ให้ประเมินให้คะแนนการปฏิบัติของตนเองในแต่ละวัน คะแนนเต็ม 10 คะแนน และคะแนนรวมใน 1 สัปดาห์ 70 คะแนน และสิ่งที่จะปฏิบัติต่อไป ซึ่งผลการปฏิบัติพบว่า ผู้ให้ข้อมูล ตั้งเป้าหมาย อ่านหนังสือวันละ 3-5 หน้า 18 ราย (ร้อยละ 47.37) โดยให้คะแนนประเมินผลการปฏิบัติของตนเองอยู่ในระดับมากและมากที่สุด (38-70 คะแนน) ซึ่งการประเมินตนเองที่ให้คะแนนเต็มเป็นคะแนนสูงที่สุด เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลประเมินตนเองว่า สามารถปฏิบัติได้ดีทุกวัน และควบคุมอารมณ์ไม่ให้โกรธ 2 ราย (ร้อยละ 5.26) ผลการประเมินมีคะแนนอยู่ในระดับมาก (37 และ 48 คะแนน) ซึ่งเป็นคะแนนที่น้อยที่สุด ในการประเมินการปฏิบัติครั้งนี้ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การควบคุมอารมณ์ไม่ให้โกรธ ยังเป็นสิ่งที่ควรช่วยเหลือให้มีการพัฒนาต่อไป จากการฝึกบันทึกการปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ในครั้งนี้ ผู้ให้ข้อมูลได้มีความตั้งใจ มีความรับผิดชอบในการติดตาม สำรวจตนเองเป็นอย่างดี ผู้วิจัย จึงสรุปและกล่าวชมเชยเป็นแรงเสริมให้ปฏิบัติต่อไป

2. กิจกรรม “สร้างสติพิชิตฝัน” เพื่อช่วยให้มีสมาธิในการเรียน ในการอ่านหนังสือ และมีสติในการแก้ปัญหา รู้เท่าทันอารมณ์โกรธและการปรับตัว ผลจากการฝึกปฏิบัติการทำสมาธิโดยการร้องเพลงประกอบท่าทาง พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีความตั้งใจ เพลิดเพลิน และมีสมาธิในการปฏิบัติ

ครั้งที่ 6 สัปดาห์ที่ 8

ผู้วิจัยทบทวน 2 กิจกรรม คือ “สร้างสติพิชิตฝัน” และ “กิจกรรมเป้าหมายของฉัน” เพื่อวิเคราะห์ ปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้น และปรับปรุงแก้ไขแผน สำหรับกิจกรรมเพิ่มเติม คือ กิจกรรม “ก้าวต่อไปข้างหน้า” ซึ่งเป็นการฝึกปฏิบัติการตั้งเป้าหมาย และบันทึกผลการปฏิบัติเพิ่มขึ้น เป็น 2 สัปดาห์ เพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลได้พัฒนา การวางแผน การติดตามตนเองอย่างต่อเนื่องต่อไป เนื่องจากการฝึกปฏิบัติตั้งเป้าหมาย วางแผน บันทึก ติดตามผล เพียง 1 สัปดาห์ ยังไม่เพียงพอ จึงควรมีการฝึกปฏิบัติการบันทึกก้าวต่อไปข้างหน้าเพิ่มเติม โดยทบทวนความหมาย เน้นย้ำถึงการปฏิบัติในการเป็นคนดี เก่ง และสุข การไปให้ถึงเป้าหมาย การสัญญาที่จะเป็นคนดี และร่วมร้องเพลง เรียงความเรื่องแม่ซำ เพื่อเป็นการกระตุ้นเตือนก่อนให้บันทึกติดตามการเป็นคนดี เก่ง และสุข ของตนเอง ในแต่ละด้าน เป็นเวลา 2 สัปดาห์ โดยมีคุณครูประจำชั้น คอยกำกับ ติดตาม ให้บันทึกในแต่ละวัน และสรุปสิ่งที่อยากปรับปรุงของตนเอง ผลการบันทึก พบว่า ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ มีการพัฒนาด้านดี เก่ง และสุขมากกว่าเดิม ในทุกด้าน โดยมีจำนวนผู้ให้ข้อมูลที่มีความพยายามมุ่งมั่น และมีความรื่นเริงเบิกบานเพิ่มขึ้นมากที่สุด ร้อยละ 86.84 เท่ากัน และผู้ให้ข้อมูล ร้อยละ 47.37 ได้กล่าวถึงสิ่งที่อยากปรับปรุงของตนเองมากที่สุด คือ การควบคุมอารมณ์ โกรธให้ได้มากขึ้น

ครั้งที่ 7 สัปดาห์ที่ 10

ผู้วิจัยทบทวนกิจกรรม “สร้างสติพิชิตฝัน” และ “ก้าวต่อไปข้างหน้า” เพื่อวิเคราะห์ผลการปฏิบัติ ที่เกิดขึ้นและปรับปรุงแก้ไขแผน สำหรับการบันทึกการปฏิบัติกิจกรรม “สร้างสติพิชิตฝัน” ในครั้งต่อไป เป็นเวลา 1 สัปดาห์ เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลอยากปรับปรุงตนเองดังกล่าวข้างต้น ที่ได้พยายามฝึกปฏิบัติแล้ว แต่ยังมีบางด้าน

ที่ปฏิบัติไม่ได้ เช่น การควบคุมอารมณ์โกรธ การขาดความอดทน การขาดสติในการแก้ปัญหา ซึ่งล้วนมีความเกี่ยวข้องกับการมีสติที่สร้างได้ โดยการฝึกสมาธิ และวิธีการฝึกสมาธิที่เหมาะสมกับเด็กวัยเรียนที่ทำได้โดยง่าย คือ การใช้เพลง และเพลงที่เหมาะสมที่สุด คือ เพลงลมหายใจเข้า ออก และเพลงแผ่เมตตา ของ แม่ชีต้นสนีย์ ช่วยให้ มีจิตใจอ่อนโยน เข้าใจ อภัยให้กับผู้อื่น หลังจากนั้น ให้ผู้ให้ข้อมูลตั้งเป้าหมาย และบันทึกการทำสมาธิ แผ่เมตตา ของตนเองว่า จะทำวันละกี่ครั้ง โดยแต่ละวันให้คะแนนตนเอง 10 คะแนน เป็นเวลา 1 สัปดาห์ รวม 70 คะแนน และเขียนบันทึกความรู้สึกจากการปฏิบัติ ผลการบันทึกการปฏิบัติและสะท้อนความรู้สึกจากการปฏิบัติพบว่า ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่ตั้งเป้าหมาย การร้องเพลงทำสมาธิ แผ่เมตตา วันละ 1-3 ครั้ง โดยพบว่า ผู้ให้ข้อมูล ร้อยละ 92.10 ให้คะแนนบันทึกการปฏิบัติสมาธิของตนเองอยู่ในระดับมากที่สุด (54-70 คะแนน) และทุกรายสะท้อนความรู้สึกว่า ปฏิบัติแล้วรู้สึกดี มีสมาธิในการทำงานมากขึ้น ทำการบ้าน ไม่หลงลืม มีสติ และทำให้อารมณ์ดีขึ้น ร่าเริงแจ่มใส ไม่โมโหง่าย สนุกกับการได้ร้องเพลงและไม่เครียด สมองปลอดโปร่ง มีความสุข ระวังอารมณ์ได้ เวลาโกรธก็จะ ร้องเพลง ลมหายใจเข้า ออก ในใจ ทำให้ควบคุมตัวเองได้มากขึ้น ปรับตัวต่อปัญหาได้มากขึ้น มีความพึงพอใจ ในการปฏิบัติและจะปฏิบัติต่อไป ผู้วิจัยสรุปประโยชน์ของการทำสมาธิที่ทำให้มีสติ มีผลต่อด้านอื่นๆ ด้วย ท้ายสุด ผู้วิจัยได้กล่าวสรุปประโยชน์ของการฝึกตั้งเป้าหมาย การวางแผน การบันทึก และการติดตามผลการปฏิบัติของ ตนเอง ที่จะช่วยพัฒนาให้มีเป็นคนดี เก่ง และสุข ไปให้ถึงความฝันที่ตั้งใจไว้ได้ กล่าวชมเชยให้กำลังใจให้ปฏิบัติ ต่อไป ให้สมุดบันทึก เป็นแรงเสริมที่ทุกคนตั้งใจปฏิบัติกิจกรรมเป็นอย่างดี และผู้ให้ข้อมูลทุกคนให้คำมั่นสัญญา อีกครั้งว่า จะตั้งใจปฏิบัติให้เป็นคนดี เก่ง และสุข และไปให้ถึงเป้าหมายในชีวิตตามที่ฝันไว้ให้ได้

ขั้นที่ 4 การประเมินผล

ผลจากการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ทั้งหมดที่จัดขึ้น จากแบบสอบถามและสะท้อนความรู้สึกของผู้ให้ข้อมูล พบว่า ผู้ให้ข้อมูล มีความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมทุกครั้ง โดยส่วนใหญ่ มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก และมากที่สุด ใกล้เคียงกัน คือ พึงพอใจอยู่ในระดับมาก ร้อยละ 50 พึงพอใจในระดับมากที่สุด ร้อยละ 47.37 และ ร้อยละ 2.63 พึงพอใจในระดับปานกลาง และพบว่า กิจกรรมทุกกิจกรรม ได้มีส่วนพัฒนาให้เด็กวัยเรียนเป็นคนดี เก่ง และสุข การปฏิบัติที่ได้นำไปใช้มากที่สุด คือ เวลาโกรธ จะใช้การควบคุมอารมณ์ ตั้งสติ สมาธิ โดย ร้อยละ 47.37 ระบุว่า ใช้การร้องเพลงแผ่เมตตา ทำแล้วทำให้หายโกรธ

ผลการประเมินความฉลาดทางอารมณ์โดยครู ก่อนและหลังทำกิจกรรม การประเมินผลภายหลังการร่วม กิจกรรม พบว่า คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข อยู่ในเกณฑ์ที่ดี คือ 51.61 (เกณฑ์คะแนนที่ 40-49 หมายถึง เด็กควรได้รับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านนั้นๆ ให้ดียิ่งขึ้น และคะแนน 50 ขึ้นไป แสดงว่า เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์ในเกณฑ์ที่ดี ควรส่งเสริมและรักษาคุณลักษณะนี้ให้คงไว้) ซึ่งสูงกว่าก่อนใช้ รูปแบบที่พัฒนาขึ้น คือ 47.01 และเมื่อพิจารณาในรายละเอียดของดี เก่ง และสุข ในแต่ละด้านจะพบว่า หลังใช้ รูปแบบที่พัฒนาขึ้น จะมีค่าเฉลี่ยรายด้านและรวมทุกด้านสูงกว่าก่อนใช้โปรแกรม ดังตาราง 1

ตาราง 1 เปรียบเทียบคะแนนที่เฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ก่อนร่วมกิจกรรมและหลังร่วมกิจกรรม

ความฉลาดทางอารมณ์	ค่าคะแนนที่ก่อนร่วมกิจกรรม	ค่าคะแนนที่หลังร่วมกิจกรรม
ดี		
-ควบคุมอารมณ์	51.42	51.56
-ใส่ใจ เข้าใจผู้อื่น	46.14	49.93
-ยอมรับผิด	47.49	50.67
เก่ง		
-มุ่งมั่น	42.40	46.09
-ปรับตัวต่อปัญหา	47.40	50.19
-กล้าแสดงออก	43.19	46.81
มีสุข		
-พอใจในตนเอง	46.63	51.63
-รู้จักปรับใจ	49.70	52.56
-รื่นเริง	44.70	50.63

ผู้ให้ข้อมูลสะท้อนความรู้สึกว่า การได้เข้าร่วมกิจกรรมนี้ สนุก ได้ความรู้ ได้ประโยชน์ในการนำไปใช้จริงในชีวิต ดังตัวอย่าง กล่าวว่า “หลังเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้ควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น ไม่โกรธแค้น เวลาโกรธก็เอาเพลงแผ่เมตตามาร้อง” “เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น หนูเริ่มคิดก่อนพูด และคิดว่า ถ้าเราพูดออกไป ผู้อื่นจะรู้สึกอะไร และไม่หยอกล้อ เวลาเพื่อนร้องไห้” “เวลาทำอะไรผิด ก็จะช่วยยอมรับผิดที่ดีกว่าเมื่อก่อน” “เวลานำเสนอหน้าห้อง หนูจะกล้ามากขึ้น ไม่อาย และมีการร้องเพลงหน้าชั้นเรียน หนูก็เริ่มกล้ามากขึ้น” “การได้ฝึกบันทึก ทำให้มีความรับผิดชอบมากขึ้น ขยันมากขึ้น ทำงานให้ตรงเวลา” “พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ พอใจในตนเองมากเลย เช่น เมื่อร้องเพลงเรียงความเรื่องแม่”

การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการเป็นคนดี เก่ง และสุข ครั้งนี้ โดยการให้ผู้ให้ข้อมูลตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนเอง สร้างความมุ่งมั่นตั้งใจอยากเป็นคนดี การทำพันธะสัญญา การฝึกปฏิบัติการวางแผน ติดตาม ประเมินตนเอง และการเสริมแรง โดยมีกิจกรรมเน้นหนักการเป็นเครื่องมือที่ช่วยกระตุ้นในการทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรมนั้นพบว่า การให้ผู้ให้ข้อมูลได้ตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนเอง โดยการเขียน การวาดรูปภาพ การระบายสี ทำให้ผู้ให้ข้อมูลได้คิดถึงเป้าหมาย อนาคตของตนเอง ทำให้มีแรงกระตุ้นอยากไปให้ถึงจุดหมายปลายทางที่ตั้งไว้ การใช้เพลงเรียงความเรื่องแม่ พบว่า ผู้ให้ข้อมูล ได้สะท้อนว่า ฟังแล้วทำให้คิดถึงแม่ รู้คุณค่าของแม่ และสัญญาจะเป็นคนดี แสดงให้เห็นถึงความมีกตัญญู การเปิดวิดีโอเพลง และร่วมร้องเพลง โตขึ้นหนูจะเป็นอะไร ผู้ให้ข้อมูลสะท้อนว่า ทำให้ได้คิดวางแผนในอนาคต การร้องเพลงประกอบท่าทาง เพลงลมหายใจเข้า ออก ได้ฝึกสมาธิ ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ทำให้มีสติ ใจเย็น ใจสงบ ใช้ระดับความโกรธได้ และการร้องเพลงแผ่เมตตา ทำให้สบายใจ เข้าใจให้อภัยผู้อื่นได้ การเรียนรู้คุณธรรม โดยการไปทัศนศึกษาและทำกิจกรรมเรียนรู้คุณธรรมเพื่อเศรษฐกิจพอเพียง ผู้ให้ข้อมูลได้สะท้อนว่า ทำให้ได้ทั้งแนวคิดด้านศีลธรรม คุณธรรม เศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิต เมื่อผู้ให้ข้อมูลมีเป้าหมายในชีวิต มีแนวทางในการปฏิบัติในการเป็นคนดี จึงได้ร่วมทำสัญญาตกลงในการตั้งใจเป็นคนดี และมีการฝึกปฏิบัติ การพัฒนาการเป็นคนดี เก่ง และสุข โดยเริ่มจากการตั้งเป้าหมาย วางแผน บันทึก ติดตามประเมินตนเองในระยะสั้น ซึ่งผู้ให้ข้อมูลสะท้อนว่า ทำให้ได้แนวทางในการปฏิบัติ ทำให้มีความรับผิดชอบมากขึ้น และมีการเสริมแรงเมื่อทำได้ ทำให้มีกำลังใจทำต่อไป หากยังทำได้ไม่ดี ก็จะประเมินตนเอง

เพื่อการปรับปรุงต่อไป และการได้มีกิจกรรมนันทนาการสวดแทรก ทำให้ผู้ให้ข้อมูลชื่นใจ มีความสุข และจดจำที่จะทำสิ่งดีๆ ต่อไป

อภิปรายผลการวิจัย

การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุข ในกระบวนการกำหนดแผนปฏิบัติการลงมือปฏิบัติและการสะท้อนผลการปฏิบัติ ประกอบด้วยกิจกรรมสำคัญ 8 ประการ ได้แก่ (1) การทำความเข้าใจกับความหมายของคำว่า ดี เก่ง และสุข (2) การตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนเอง (3) การจุดประกายกระตุ้นความรู้สึกให้เป็นคนดี มีความกตัญญู (4) การฝึกสติ การควบคุมอารมณ์ การมีเมตตาเข้าใจผู้อื่น การอบรมให้มีศีลธรรมและการใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง (5) การสร้างพันธะสัญญา (6) การฝึกวางแผน บันทึก ติดตาม ประเมินตนเอง (7) การให้แรงเสริม และ (8) การใช้กิจกรรมนันทนาการ ที่นำมาซึ่งการเพิ่มของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ และความพึงพอใจ สามารถอภิปรายได้ ดังนี้

1. กิจกรรม การทำความเข้าใจกับความหมายของคำว่า ดี เก่ง และสุข แก่ผู้ให้ข้อมูลกลุ่มนักเรียน เป็นการเตรียมความพร้อมในการส่งเสริมการเป็นคนดี เก่ง และสุข ดังผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “วันนี้ทำให้เข้าใจความหมายของการเป็นคนดี เก่ง และสุข ที่ถูกต้อง และทำให้หนูมีกำลังใจที่จะเป็นคนดี เก่ง และสุขต่อไป” ดังนั้น การเข้าใจความหมายเป็นหนึ่งในขั้นตอนของการเรียนรู้ที่จำเป็น ซึ่งถือว่าเป็นกระบวนการที่สำคัญในทางจิตวิทยา และเป็นขั้นตอนที่นำไปสู่พฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความเข้าใจ การนำความรู้ไปใช้ในการวิเคราะห์ การสังเคราะห์ การประเมินผล¹³ ดังนั้น การได้ทำความเข้าใจความหมาย ของการเป็นคนดี เก่ง และสุข จึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ควรทำเป็นอันดับแรก และการทบทวนความหมาย ดี เก่ง และสุข อย่างสม่ำเสมอ จะเป็นการกระตุ้นเตือนให้ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นเด็กวัยเรียนได้ตระหนักถึงการทำดีอยู่เสมอ

2. กิจกรรมการตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนเอง โดยใช้กิจกรรม หนูมีความฝัน และแรงบันดาลใจ ช่วยในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง ในการมีความมุ่งมั่นพยายามให้ถึงเป้าหมาย ดังผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “การได้ตั้งเป้าหมายในชีวิต ทำให้ได้คิดถึงสิ่งที่อยากเป็น ซึ่งยังไม่เคยคิดออกมาว่า จะเป็นอะไรดี การได้คิดว่า อนาคตอยากเป็นอะไร ทำให้มีความตั้งใจ ความพยายามที่จะทำเพื่อที่จะได้ตามที่หวังไว้ พ่อแม่จะได้สบาย” การตั้งเป้าหมายในชีวิต จึงเป็นกระบวนการที่จำเป็นอีกประการหนึ่ง ที่ควรนำเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาแบบในการส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนเป็นคนดี เก่ง และสุข เนื่องจากเป้าหมายในชีวิตมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต ทำให้ดำเนินชีวิตได้อย่างมีทิศทาง¹⁴⁻¹⁵ ดังที่ Kowasuphat² กล่าวว่า คนเราถ้าไม่มีเป้าหมายในชีวิต ก็เปรียบประดุจเรือที่ขาดหางเสือ การเดินทางย่อมยากที่จะไปถึงจุดหมายปลายทางที่ต้องการได้ ในทางตรงกันข้าม ถ้าคนเรามีเป้าหมายในชีวิต เราจะรู้ว่า เราจะทำอะไร เมื่อไร ที่ไหน อย่างไร และทำไมจึงต้องทำ เพื่อให้เป็นเช่นตั้งเป้าหมายซึ่งเราตั้งไว้ เวลาของชีวิตก็จะผ่านไปอย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับที่ Chiu et al.¹⁶ กล่าวว่า เมื่อบุคคลค้นพบความหมายและเป้าหมายในชีวิต จะทำให้เกิดความรู้สึกถึงคุณค่าในตนเอง มีความหวัง รู้สึกชีวิตมีความเข้มแข็ง และมีพลังที่จะดำเนินชีวิตต่อไป และการศึกษาเรื่อง การใช้แนวคิดเป้าหมายในชีวิตและปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพแบบองค์รวมของวัยรุ่นไทย พบว่า เป้าหมายในชีวิตมีความสำคัญในการดูแลสุขภาพของวัยรุ่น¹⁷ ดังนั้น การสนับสนุนให้ผู้ให้ข้อมูลได้ตั้งเป้าหมายในชีวิต จึงมีส่วนทำให้เด็กวัยเรียนมีทิศทางในอนาคต มีความพยายามมุ่งมั่นให้ไปถึงเป้าหมายได้

3. กิจกรรมการจุดประกายกระตุ้นความรู้สึกให้เป็นคนดี โดยใช้กิจกรรม หนูอยากเป็นเด็กดี ช่วยในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เพลง เรียงความถึงแม่ ที่มีความหมายกินใจ

ถึงแม้คนที่ไม่เคยเห็นหน้าแม่ ไม่เคยได้อยู่กับแม่ แต่ก็สัญญาจะเป็นเด็กดี เป็นตัวกระตุนให้ผู้อื่นให้ข้อมูลฟังและร่วมร้องเพลง เขียนสะท้อนความรู้สึกการนำไปใช้ ซึ่งผู้ให้ข้อมูลทุกคนได้สะท้อนว่า ทำให้นึกถึงพระคุณของแม่ รู้คุณค่าของการมีแม่ จะกตัญญู ทำดีให้แม่ได้ชื่นใจ และสัญญาจะเป็นเด็กดี ช่วยเลี้ยงดูแม่ ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “หนูสัญญาจะเป็นเด็กดี ไม่ให้แม่เสียใจหรือผิดหวัง เพราะพวกเขาไม่มีแม่ ก็ยังเป็นเด็กดีเพื่อแม่ได้” ซึ่งการใช้เพลงในครั้งนี้ ช่วยกระตุ้นผู้ให้ข้อมูลให้ตั้งใจเป็นคนดีได้ ดังที่ Hongthongkam¹⁸ กล่าวว่า เพลงนั้นหนทางการทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม เปลี่ยนความคิดในทางที่ดีและสร้างสรรค์ มีคุณธรรม เกิดการพัฒนาที่ดีได้ สอดคล้องกับการศึกษาผลของการใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ด้านนันทนาการที่มีต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก ในสถานสงเคราะห์ ที่มีการสอดแทรกเพลงนันทนาการ และมีเครื่องดนตรีประกอบเข้าไปด้วยในแต่ละครั้ง ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ปกติ และหลังการทดลอง กลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมทุกด้าน ด้านดีและด้านสุข สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05¹⁹

4. กิจกรรมการฝึกสติ การควบคุมอารมณ์ การมีเมตตา เข้าใจให้อภัยผู้อื่น โดยใช้กิจกรรม สร้างสติพิชิตผืนช่วยในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ได้ใช้เพลงประกอบทำทาง เพลง ลมหายใจเข้า ออก เพลง แม่เมตตา ของ แม่ชีต้นสนีย์ เนื่องจากการฝึกสมาธิ ฝึกสติของเด็กวัยเรียนให้ได้ผล ควรเป็นกิจกรรมที่น่าสนใจ ทำได้ง่ายโดยไม่เบื่อ การที่ผู้ให้ข้อมูลได้ทำกิจกรรมเข้าจังหวะ จะทำให้เกิดความสนุกสนานและพัฒนสมรรถภาพทางร่างกาย ส่งเสริมการแสดงออก ส่งเสริมการมีมนุษยสัมพันธ์และการปรับตัวได้²⁰ ดังผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “หลังเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้ควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น ไม่โกรธแค้น เวลาโกรธก็เอาเพลงแม่เมตตามาร้อง” “เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น หนูเริ่มคิดก่อนพูด และคิดว่า ถ้าเราพูดออกไปผู้อื่นจะรู้สึกอะไร และไม่หยอกล้อเวลาเพื่อนร้องให้” “การร้องเพลงหน้าชั้นเรียน หนูก็เริ่มกล้ามากขึ้น” และการให้ร้องเพลงประกอบทำทางเพลง ลมหายใจเข้า ออก และเพลง แม่เมตตา ยังมีประโยชน์ ช่วยในการพัฒนาจิตให้มีสติอยู่ตลอดเวลา รู้จักควบคุมตนเอง มีคุณธรรมจริยธรรมที่พึงประสงค์²¹ ที่จะพัฒนาไปสู่การเป็นคนดี เก่ง และสุข ดังผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “ปฏิบัติแล้วรู้สึกดี มีสมาธิมากขึ้น มีสมาธิในการทำบ้าน ไม่หลงลืม” ซึ่งสอดคล้องกับโครงการ วิถีพุทธ วิถีธรรม นำสุข โรงเรียนวัดสามง่าม ที่ได้จัดกิจกรรมเจริญสมาธิ โดยทุกวันอังคารจะเป็นกิจกรรม เบิกบานบริหารจิต โดยใช้เพลง ลมหายใจเข้า ออก เป็นกิจกรรมฝึกการกำหนดลมหายใจเข้าออก ที่เรียกว่า ลมหายใจแห่งสติ วันละ 10 นาที ก่อนเข้าเรียนในเวลาหลังบ่าย ทำให้นักเรียนมีการคิด พิจารณาทำความเข้าใจ จดจำเรื่องที่เรียนได้เป็นอย่างดี เป็นเหตุให้ผลการเรียนดีขึ้น²²

การมีศีลธรรม โดยใช้กิจกรรมเรียนรู้คุณธรรม ช่วยในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี การให้ผู้ให้ข้อมูลกลุ่มนักเรียนได้เรียนรู้คุณธรรมมีหลักคิดทั้งด้านศีลธรรม คุณธรรม ดังผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “ทำให้กลัวการทำบาป ควรทำแต่ความดี” ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นยิ่งที่ใช้ในการพัฒนาการเป็นคนดี เก่ง และสุข เพราะการมีศีลธรรมมีคุณธรรม เป็นพื้นฐานสำคัญในการดำเนินชีวิตในการอยู่ร่วมสังคมกับผู้อื่น ดังที่ Kowasuphat² กล่าวถึงสุภาสิตว่า คนจะประสบผลสำเร็จในชีวิตได้ ต้องมีความรู้คุณธรรม คุณธรรมจะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวที่สำคัญ สอดคล้องกับการจัดการศึกษาของ โรงเรียนสัตยาไส ของ ดร.อาจอน ชุมสาย ณ อยุธยา ที่อาศัยหลักคุณธรรม และเป้าหมายของการจัดการศึกษา คือ การให้นักเรียนเป็นคนดี โดยมีการจัดการเรียนรู้ ได้แก่ การให้เด็กทำสมาธิ ไหว้พระ สวดมนต์ และมีการเล่นที่ปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม เป็นต้น ซึ่งการจัดการศึกษาเช่นนี้ พบว่า ทำให้นักเรียนรู้สึกผ่อนคลาย มีสติ มีสมาธิมาก เวลาท่องหนังสือก็จำได้ดี และทำข้อสอบได้ดีด้วย ซึ่งเป็นการจัดการศึกษาที่ทำให้บรรลุผล 3 ประการ คือ เก่ง ดี และมีความสุขได้อย่างสมบูรณ์²³

การใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ผู้วิจัยได้นำผู้ให้ข้อมูลไปทัศนศึกษาและทำกิจกรรมเรียนรู้คุณธรรม

เพื่อเศรษฐกิจพอเพียง ทำให้ผู้ให้ข้อมูลได้แนวคิด เข้าใจหลักเศรษฐกิจพอเพียง และนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต และแนะนำให้ผู้ปกครองทำเป็นอาชีพเสริมได้ เนื่องจากแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ ฉบับปรับปรุง (พ.ศ. 2552-2559) ได้กล่าวถึง ดี เก่ง และสุขของคนไทยว่า จะต้องเป็นคนดี เก่ง และสุขที่ดำรงชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีสุขภาพทั้งกายและใจที่สมบูรณ์ มีความภาคภูมิใจในความเป็นไทย สามารถทำงานประกอบอาชีพและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข²⁴ อย่างไรก็ตาม พบว่า ความเก่งทางด้านสติปัญญาเพียงอย่างเดียวไม่เพียงพอที่จะทำให้มนุษย์สามารถบรรลุเป้าหมายของการมีชีวิตที่สมบูรณ์ได้ เพราะการมีชีวิตที่สมบูรณ์นั้น นอกจากจะมีความสามารถในการเรียนรู้องค์ความรู้แล้ว มนุษย์ต้องมีความสามารถในการเรียนรู้ตนเอง รวมทั้ง เรียนรู้ที่จะมีชีวิตร่วมกับสิ่งแวดล้อมตามธรรมชาติ เทคโนโลยี รวมทั้ง มนุษย์อื่นๆ โดยมีพื้นฐานของความดีเป็นเครื่องรองรับ ดังนั้น ความเก่ง จึงต้องรวมทั้งความฉลาดทั้งด้านสติปัญญาและด้านอารมณ์ ที่ต้องพัฒนาควบคู่กันไป²⁵

5. กิจกรรมการสร้างพันธะสัญญา เป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี ดี และมีสุข ในด้านดี การศึกษาครั้งนี้ ได้มีการให้คำมั่นสัญญาต่อกลุ่มและเขียนบันทึกสัญญาว่า จะพยายามปฏิบัติตนให้เป็นคนดี เก่ง และสุขต่อไป พันธะสัญญา จะเป็นสิ่งคอยกระตุ้นเตือน ผู้ให้ข้อมูลกลุ่มนักเรียนให้มีความรับผิดชอบ ตั้งใจ ที่จะปฏิบัติเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ ดังที่ Toranin²⁶ ได้กล่าวถึง คุณธรรมของเยาวชนว่า ความรับผิดชอบ หมายถึง ภาระหรือพันธะผูกพันในการจะปฏิบัติหน้าที่การงานของผู้ร่วมงานให้เป็นไปตามเป้าหมายขององค์กร ซึ่งเป็นคุณธรรมหลักประการหนึ่งที่เป็นพื้นฐานของคุณธรรมอื่นๆ ที่ควรเริ่มสร้างให้เกิดขึ้นตั้งแต่วัยเด็กและเยาวชน

6. กิจกรรมการฝึกปฏิบัติวางแผน การบันทึก ติดตามประเมินตนเอง ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ โดยใช้กิจกรรมเป้าหมายของฉันทน์ สร้างสติพิชิตฝัน และก้าวต่อไปข้างหน้า ซึ่งช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี และเก่ง และการให้แรงเสริม ช่วยส่งเสริมผู้ให้ข้อมูลกลุ่มนักเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุขได้ เนื่องจากการฝึกฝนทักษะการปฏิบัติที่กระทำด้วยตนเอง เมื่อปฏิบัติได้สำเร็จก็มีความภาคภูมิใจ และมีกำลังใจที่จะปฏิบัติดีต่อไป ผลจากการติดตามประเมินตนเองจากการฝึกปฏิบัติครั้งนี้ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลกลุ่มนักเรียน มีความพึงพอใจในการปฏิบัติของตนเองมาก และกล่าวว่า ทำให้มีแนวทางในการปฏิบัติการเป็นคนดี เก่ง และสุข ทำให้มีความพยายาม มีความรับผิดชอบมากขึ้น และในส่วนที่ยังไม่พอใจการปฏิบัติของตนเอง ก็คิดจะพัฒนาปรับปรุงให้ดีขึ้น และจะฝึกปฏิบัติต่อไป สอดคล้องกับแนวคิดการจัดการตนเองของ Kanfer²⁷ ที่มีความเชื่อพื้นฐานว่า ไม่มีใครสามารถปรับพฤติกรรมผู้อื่นได้ นอกจากตัวบุคคลนั่นเอง การจัดการตนเองจะประสบความสำเร็จได้ ต้องฝึกทักษะและลงมือกระทำด้วยตนเองจนเกิดความชำนาญ และจะต้องทำอย่างต่อเนื่อง ซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ การตั้งเป้าหมาย การติดตามตนเอง การประเมินตนเอง และการให้แรงเสริมตนเอง

7. การใช้แรงเสริม ในการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุขในครั้งนี้ ได้มีการใช้แรงเสริมโดยการให้คำชมเชย และให้รางวัล เมื่อผู้ให้ข้อมูลปฏิบัติได้ดี ทำให้มีกำลังใจและกระตือรือร้นในการปฏิบัติครั้งต่อไป ซึ่งสังเกตได้จากการร่วมกิจกรรม การส่งงานที่มอบหมายให้ครบและตรงเวลาในครั้งถัดไปมากขึ้น สอดคล้องกับที่ สำนักพัฒนาสุขภาพจิต²⁸ กล่าวถึงการใช้แรงเสริมว่า เมื่อเด็กมีการปฏิบัติดีอยู่แล้ว พ่อแม่ต้องการให้ปฏิบัติมากขึ้น บ่อยครั้งขึ้น ก็ตั้งรางวัลให้ หรือหยิบจุดที่เป็นความเพียรพยายามออกมายกย่อง จะเป็นแรงเสริมให้ลูกสร้างนิสัยนั้นอย่างยั่งยืน และทฤษฎีการเรียนรู้ของ สกินเนอร์ กล่าวถึงการเสริมแรงทางบวกว่า หมายถึง สิ่งเร้าใดที่เมื่อนำมาใช้แล้ว ทำให้อัตราการตอบสนองมากขึ้น เช่น คำชมเชย รางวัล อาหาร เป็นต้น²⁹

8. การใช้กิจกรรมนันทนาการ ในการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุขในครั้งนี้ ได้นำกิจกรรมนันทนาการเข้ามาผสมผสานทุกครั้งที่จัดกิจกรรม เพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลทุกคนได้มีส่วนร่วม

สนุกสนาน ส่งเสริมการแสดงออก และส่งเสริมการเรียนรู้ที่ดี ดังผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “เล่นเกมส์ ลมเพ ลมพัด สนุกมาก เล่นได้ไม่เบื่อ อยากให้จัดเล่นเกมส์นี้ทุกครั้งเลยคะ” “หนูรู้สึกมีความสุขที่ได้ฝึกร้องเพลง และได้คิดตาม เพลงด้วย” “การทำกิจกรรมแล้วให้น้ำเสนอ ทำให้หนูมีความกล้าแสดงออกมากขึ้นคะ” สอดคล้องกับคู่มือกิจกรรม เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-11 ปี กรมสุขภาพจิต¹⁰ ที่ว่า ควรเลือกกิจกรรมให้เหมาะสมกับวัย และศักยภาพของเด็ก ระหว่างจัดกิจกรรม ควรเน้นเรื่อง ความสนุกสนานและกระตุ้นให้เด็กทุกคนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม ความสนุกสนานจะช่วยให้เด็กจดจำ เกิดการเรียนรู้ได้ดีขึ้น และนำไปสู่การสร้างเสริมคุณลักษณะ ที่ต้องการอย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อจำกัดของการวิจัย

1. ข้อจำกัดด้านเวลา โดยกิจกรรมส่วนใหญ่จัดในช่วงเวลาพักกลางวัน และ 1 คาบเรียน ซึ่งมีเวลา ประมาณ 50 นาที ทำให้การจัดกิจกรรมบางครั้งไม่เพียงพอ ไม่ต่อเนื่อง และต้องรีบเร่ง
2. ข้อจำกัดด้านการจัดกิจกรรมทัศนศึกษานอกสถานที่ในวันหยุดราชการ โดยผู้ให้ข้อมูลบางรายต้อง เรียนพิเศษ หรือมีกิจกรรมอื่นในช่วงวันหยุด ทำให้ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้

สรุปผลการวิจัย

สรุป รูปแบบการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุขที่พัฒนาขึ้น ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ (1) การสร้างความเข้าใจ (2) การศึกษาสถานการณ์ (3) การกำหนดแผนปฏิบัติ การลงมือปฏิบัติและการสะท้อนผลการปฏิบัติ แบ่งออกได้เป็น 3 ด้าน ได้แก่ การทำความเข้าใจแนวคิดความฉลาดทางอารมณ์ ดี เก่ง และสุข การส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง และการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี สำหรับการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข จะผสมผสานในด้านเก่งและด้านดี (4) การประเมินผล และในการะบวนการกำหนดแผนปฏิบัติ การลงมือปฏิบัติและการสะท้อนผลการปฏิบัติ ประกอบด้วยกิจกรรมสำคัญ 8 ประการ ได้แก่ 1) การทำความเข้าใจกับความหมายของคำว่า ดี เก่ง และสุข 2) การตั้งเป้าหมายในชีวิตของตนเอง 3) การจุดประกายกระตุ้นความรู้สึกให้เป็นคนดี มีความกตัญญู 4) การฝึกสติ การควบคุมอารมณ์ การมีเมตตา เข้าใจผู้อื่น การอบรมให้มีศีลธรรมและการใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง 5) การสร้างพันธะสัญญา 6) การฝึกวางแผน บันทึก ติดตามประเมินตนเอง 7) การให้แรงเสริม และ 8) การใช้กิจกรรมนันทนาการ ที่นำมาซึ่งการเพิ่มของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ และความพึงพอใจ

ผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมทุกครั้ง โดยส่วนใหญ่ มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากและมากที่สุด และผลการประเมินความฉลาดทางอารมณ์โดยครู ก่อนและหลังทำ กิจกรรม พบว่า คะแนนเฉลี่ย อยู่ในเกณฑ์ที่ดีมากกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม

ข้อเสนอแนะและการนำไปใช้

1. ด้านการปฏิบัติ โดยผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถดำเนินการดังนี้ ได้แก่ (1) โรงเรียนหรือสถานศึกษา ควร มีนโยบายในการพัฒนาการเป็นคนดี เก่ง และสุข ให้มีความชัดเจนและเป็นระบบ เพื่อส่งเสริมการเป็นคนดี เก่ง และ สุข ของเด็กวัยเรียนอย่างต่อเนื่อง ซึ่งอาจจะนำไปบูรณาการกับนโยบาย “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” (2) ผู้บริหาร โรงเรียนหรือสถานศึกษา ควรสนับสนุนให้ครูผู้สอน ครูแนะแนว และผู้ที่เกี่ยวข้อง นำรูปแบบที่พัฒนาขึ้น เช่น การตั้งเป้าหมาย การวางแผน การปฏิบัติ และการประเมินผลการปฏิบัติ ไปประยุกต์ใช้ในการเรียนการสอน โดย

การบูรณาการในวิชาแนะแนว สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

2. ด้านการศึกษาและการวิจัย ผู้วิจัยหรือผู้ที่สนใจ ควรศึกษาผลของการพัฒนารูปแบบและพัฒนากิจกรรมต่างๆ ใหม่ๆ เข้าใจง่าย เข้าไปบรรจุในโปรแกรม และพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมเด็กวัยเรียนให้เป็นคนดี เก่ง และสุขต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. Department of Mental Health, Ministry of Public Health. Emotional intelligence manual. Nonthaburi: Ministry of Public Health; 2000. Thai.
2. Kowasuphat S. How to learn to be goodness, smartness and happiness [Internet]. Nong Khai: Department of Information and Communication. Office of the Nong Khai; 2015 [cited 2016 Feb 4]. Available from: <http://202.28.118.8/nk2015/web/site/view?id=1753>
3. Child and Adolescent Psychiatric Society of Thailand. Guidelines for appropriate parenting [Internet]. 2005 [cited 2015 Dec 5]. Available from: www.rcpsych.org/cap/book02_3.php
4. Department of Mental Health, Ministry of Public Health. 10 years - EQ Thai children decreased [Internet]. 2012 [cited 2015 Dec 15]. Available from: <http://www.ryt9.com/s/tpd/1432830>
5. Ministry of Public Health. Strategies, indicators, and approach of data storage, Ministry of Public Health in Fiscal year 2013. Bangkok: Office of Policy and Strategy, Ministry of Public Health; 2015. Thai.
6. Department of Mental Health, Ministry of Public Health. Survey of IQ and EQ situation in Thai school age children [Internet]. 2015 [cited 2015 Dec 20]. Available from: www.mhcr1.go.th
7. Wipulakorn P. The situation of Thai children [Internet]. 2015 [cited 2015 Nov 10]. Available from: www.sorpsor.com/component/dropfiles/?task=frontfile.download
8. Prachathai R. Emotional intelligence (EQ): The keys success [Internet]. 2013 [cited 2015 Dec 28]. Available from: <http://fed.bpi.ac.th/2013/images/files/research/article/EQ.pdf>
9. Department of Mental Health, Ministry of Public Health. EQ: Emotional Intelligence. Bangkok: Department of Mental Health, Ministry of Public Health; 2007. Thai.
10. Department of Mental Health, Ministry of Public Health. The manual in enhancing emotional intelligence of children aged 3-11 years [Internet], 2012 [cited 2015 Dec 12]. Available from: <http://mhtech.dmh.go.th/ver6/book/MD00000263%20-%20file.pdf>
11. Strauss A, Corbin J. Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory. 2 nd ed. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc; 1998.
12. Balhip Q. Achieving harmony of mind: a grounded theory study of people living with HIV/AIDS in the Thai context [dissertation]. [Palmerston North, New Zealand]: Massey University; 2010. 301 p.

13. Surathani Primary Educational Service Area Office 3. What is knowledge [Internet]. 2012 [cited 2015 Sep 30]. Available from: <http://evaluation.surat3.go.th/?name=knowledge&file=readknowledge&id=4>
14. Balthip Q, Chandrema S. Process of establishing purpose of life of Thai teenagers living with HIV. *Songklanagarind Journal of Nursing*. 2013; 33(3): 1-15.
15. Balthip Q, Purnell, M. Pursuing meaning and purpose in life among Thai adolescents living with HIV: A grounded theory study. *Journal of the Association of Nurses in AIDS Care*. 2014; 25(4): e27-38.
16. Chiu L, Emblen JD, Van Hofwegen L, et al. An integrative review of the concept of spirituality in the health sciences. *West J Nurs Res*. 2004; 26(4): 405-28. doi: 10.1177/0193945904263411.
17. Balthip Q, Petchruschatachart U, Piriyaakontorn S, et al. Application of purpose in life and self-sufficient economy philosophy in enhancing holistic health promotion of Thai adolescent [Thesis]. [Songkhla]: Faculty of Nursing, Prince of Songkla University; 2015. 105 p.
18. Hongthongkam A. Recreational society. Bangkok: Thai Watana Panich; 1999. Thai.
19. The Recreation Department of Physical Education, Ministry of Tourism and Sports. The effect of recreational group dynamic games on developing emotional quotient of children in the welfare home. Bangkok: War Veterans Organization of Thailand Printing; 2012. Thai.
20. The Recreation Department of Physical Education, Ministry of Tourism and Sports. Applying the recreation to enhance mental health of adolescent. Bangkok: Animania; 2014. Thai.
21. Boonrod, N. Mental training to develop the self and the brain [Internet]. 2015 [cited 2016 Jan 30]. Available from: <https://www.gotoknow.org/posts/65003>
22. Kasinthara K. Buddhist culture brings happiness to Wat Sarm Ngarm school [Internet]. 2007 [cited 2015 Feb 4]. Available from: <https://www.gotoknow.org/posts/129142>
23. Sathyasai School. Goodness, smartness and happiness enhance human values [Internet]. 2006 [cited 2015 Oct 4]. Available from: <http://www.palungdham.com/t927.html>
24. Secretariat Board of Education National, Ministry of Education. National education development plan year 2552-2559. Bangkok: Prikwarn Graphic; 2010. Thai.
25. Anurote K. Teaching material of HRO 0003 subject: Thinking process and morality system. Faculty of Management Science, Panyapiwat Institute of Management; 2013. Thai.
26. Toranin J. Youth with a virtue leads to qualified youth [Internet]. 2010 [cited 2015 Oct 4]. Available from: http://www.charuaypontorranin.com/_m/article/content/content.php?aid=539239670
27. Kanfer FH. Self-management methods. New York: Pergamon; 1991.

-
28. Office of Mental Health Development. Handbook for parents to develop emotional intelligence in children during 3-11 years. Bangkok: Department of Mental Health, Ministry of Public Health; 2003. Thai.
 29. Korra N. Learning theory of Skinner - Psychology for teachers [Internet]. 2012 [cited 2015 Oct 30]. Available from: <http://405404027.blogspot.com/2012/10/skinner.html>

Developing a Model for Enhancing the Goodness, Smartness and Happiness of Thai Primary School Students in Songkhla Province: A Participation Action Research Study

Siriwan Piriyakoonorn* Karnsunaphat Balthip**
Usanee Petchruschatachart*** Naruemon Tiraphat****

Abstract

This action research used a technical collaborative approach aimed to develop a model for enhancing the goodness, smartness and happiness of Thai primary school children. The participants were divided into two groups. The first group was 38 Thai Primary school students (Grade 6) selected by purposive sampling method. The data were collected using focus groups, discussion, in-depth interviews, journal writing and field notes. The second group was 8 primary teachers. The data were collected using focus group discussions. Data collection took place from February 2014 - January 2015. The general information data were analyzed using frequency, percentage and mean. The data for the model development were analyzed using the Strauss & Corbin method.

The results of the study showed that the model could be divided into 4 stages: (1) building relationships, (2) exploring the phenomena, (3) implementing and reflecting, and (4) evaluation. The implementing and reflecting stage comprised of 3 steps: (1) promoting knowledge and understanding emotional intelligence - goodness, smartness and happiness, (2) enhancing students' smartness and (3) enhancing students' goodness. The promoting of happiness was integrated in the smartness, goodness activities and recreational activities. In addition, this stage also comprised of 8 activities: (1) understanding the meaning of being good, smart and happy (2) setting up life goals (3) inspiring and motivating the desire to be good and grateful (4) practicing meditation and emotion control, being moral and having mercy, understanding others, having gratitude, responsibility and sufficient economic principles (5) building commitment (6) practicing planning, recording, and self-evaluation, (7) reinforcement, and (8) using recreational activities to enhance students' goodness, smartness, and happiness scores and satisfaction.

* Assistant Professor, Faculty of Nursing, Prince of Songkla University, Songkhla, Thailand.
Corresponding author: siriwan.p@psu.ac.th

** Assistant Professor, Ph.D., Faculty of Nursing, Prince of Songkla University, Songkhla, Thailand.

*** Associate Professor, Faculty of Nursing, Prince of Songkla University, Songkhla, Thailand.

**** Expert Teacher, Hat Yai School, Tessaban 1, Hat Yai, Songkhla, Thailand.

The findings can be used to guide stakeholders in particular school nurses, school directors, and teachers in the practice of setting up life goals, planning, making plans and self-evaluation in order to promote the goodness smartness, and happiness of Thai primary school students.

Keywords: primary school students; goodness; smartness and happiness; participation action research