



การเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความรู้สึก
เห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาระดับ
มหาวิทยาลัยโดยวิธีการฝึกอบรม
ทักษะการดำเนินชีวิต

Increasing academic achievement
and self-esteem of college
students through Life
Skills Training

อาจารย์กัลยา วรรณกุล

รายงานการวิจัย ฉบับที่ 111
มหาวิทยาลัยพายัพ จังหวัดเชียงใหม่
ได้รับทุนอุดหนุนจากโครงการวิจัย
เพื่อพัฒนาอุดมศึกษาเอกชน
จาก ทบวงมหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2534-2535

การเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง
ของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย โดยวิธีการ
ฝึกอบรมทักษะการดำเนินชีวิต

Increasing academic achievement and self - esteem
of college students through Life Skills Training

อาจารย์กัลยา วรณกุล

รายงานการวิจัย ฉบับที่ 111 มหาวิทยาลัยพายัพ จังหวัดเชียงใหม่
ได้รับทุนอุดหนุนจากโครงการวิจัยเพื่อพัฒนาอุดมศึกษาเอกชน จากทบวงมหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2534 - 2535

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้วิธีการฝึกอบรมทักษะการดำเนินชีวิตที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย โดยตั้งสมมติฐานของการวิจัยไว้ว่า นักศึกษาที่ได้รับประสบการณ์จากการเข้ากลุ่มฝึกอบรมทักษะการดำเนินชีวิต มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักศึกษาที่ไม่ได้รับประสบการณ์จากการเข้ากลุ่มฝึกอบรม

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 จำนวน 88 คน ที่กำลังศึกษาอยู่ในคณะมนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยพายัพ วิทยาเขตแม่ดาว จังหวัดเชียงใหม่ ในปีการศึกษา 2534 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาที่มีค่าลำดับชั้นสะสมเฉลี่ยเท่ากับหรือต่ำกว่า 2.00 และมีคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำ กลุ่มตัวอย่างได้รับการสุ่มเข้ากลุ่มของแบบการทดลอง 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 44 คน กลุ่มทดลองได้รับการฝึกอบรมทักษะการดำเนินชีวิตเป็นเวลาต่อเนื่องกัน 8 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับประสบการณ์จากการฝึกอบรม

ผลการวิจัยพบว่า สมมติฐานของการวิจัยได้รับการยอมรับ นั่นคือ กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ

.01 ผลการวิจัยและแนวทางการประยุกต์ใช้ได้อภิปรายและเสนอแนะไว้ในวิจัยฉบับนี้

Abstract

The purpose of the present research was to study the effects of "The Life Skills Training" on academic achievement and self - esteem of college students. It was hypothesized that students who had experience by participating in "The Life Skills Training" had academic achievement and self - esteem higher than students who did not have experience in the training program.

The samples were 88 sophomores studying in the following faculties, Humanities, Social Sciences and Business Administration of Payap University at Maekow, Chiang Mai in the 1991 academic year. The student samples had grade point averages (GPA.) \leq 2.00 and low self - esteem scores. These samples were randomly assigned into two groups of the experimental design, namely, the experimental and control group. Each group consisted of 44 students. The experimental group participated continuously in The Life Skills Training for 8 weeks whereas the control group did not participate in the training program.

The results of the study showed that the hypothesis was accepted. That is the experimental group had academic achievement and self - esteem higher than the control group at the .01 statistical level of significance. The results and its applications were discussed and suggested in the research.

กิติกรรมประกาศ

งานวิจัยเรื่องนี้ เป็นงานวิจัยที่ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยเพื่อพัฒนาสถาบันอุดมศึกษา เอกชน จากองค์การสถาบันอุดมศึกษาเอกชน สำนักงานปลัดทบวงมหาวิทยาลัย ประจำปีงบประมาณ 2534 ผู้วิจัยขอขอบพระคุณทบวงมหาวิทยาลัยมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประเสริฐ พันธชาติ ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยพายัพ ที่ให้ความช่วยเหลือ และคำแนะนำปรึกษาโครงการวิจัยในครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ ดร. อำนวย ทะพิงค์แก อธิการบดี ดร. บุญทอง กุเจริญ รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ และ ดร. ณรงค์ ประเดษฐ์วัฒน์ คณบดีคณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยพายัพ ที่ให้การสนับสนุนโครงการวิจัยนี้จนกระทั่งประสบความสำเร็จ

ขอขอบพระคุณ ดร. ณรงค์ศักดิ์ จันทร์นวล และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์จิราภรณ์ อารยะรังษฤษฎ์ ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่ได้คำแนะนำในด้านวิชาการเพื่อประโยชน์ในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ คุณธิดา ภฤษาธาร และ คุณเสาวนีย์ การะบุญ ผู้ซึ่งให้ความอนุเคราะห์และช่วยเหลือในการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์เป็นอย่างดี

ขอขอบคุณ คุณหญิงพงษ์ ไร่ยงชาวงศ์ ผู้ช่วยนักวิจัย และขอขอบคุณ คุณบุษรา แซ่ตั้ง ที่ได้ให้ความช่วยเหลือในเรื่องการพิมพ์วิจัยฉบับนี้

สุดท้าย ขอขอบคุณนักศึกษาความมหาวิทยาลัยพายัพ ชั้นปีที่ 1 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยทุกคน ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเข้ากลุ่มฝึกอบรมและตอบแบบสอบถามการวิจัย

กัลยา วรรณกุล

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ	ก
กิตติกรรมประกาศ	ค
รายการตารางประกอบ	ช
บทที่	
1 บทนำ	1
✕ ที่มาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
สมมติฐานการวิจัย	4
คำนิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	4
ขอบเขตของการวิจัย	5
2 เอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
เอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	6
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง	9
3 ระเบียบวิธีการวิจัย	21
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย	21
ตัวอย่างและวิธีการเลือกตัวอย่าง	22
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	24
แบบการวิจัย	27
✕ วิธีการดำเนินการวิจัย	28
ตัวแปรของการวิจัย	30
วิธีการสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	30

เลขที่		หน้า
4	ผลการวิจัย	32
	ผลการวิจัยด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	33
	ผลการวิจัยด้านความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง	37
	ความรู้สึกของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อการเข้ารับการฝึกอบรม	41
	ความเปลี่ยนแปลงของสมาชิกกลุ่มหลังจากปิดกลุ่มฝึกอบรม	48
	ความรู้สึกและข้อคิดเห็นของสมาชิกที่มีต่อโครงการฝึกอบรม "ทักษะการดำเนินชีวิต"	53
	เหตุผลของนักศึกษาที่ต้องการให้จัดการฝึกอบรมในลักษณะนี้อีกสำหรับรุ่นต่อไป	64
5.	สรุปและอภิปรายผลการวิจัย	65
	อภิปรายผลการวิจัยด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	65
	อภิปรายผลการวิจัยด้านความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง	69
	< สรุป	72
	ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	74
	ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้	75
	ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	76
	บรรณานุกรม	78
	ภาคผนวก	86
	ผนวก ก. จดหมายติดต่ออาจารย์ที่ปรึกษาและนักศึกษาเพื่อเชิญชวนให้เข้าร่วมโครงการ	87
	ผนวก ข. ใบสมัคร ใบนัดหมาย และรายละเอียดของโครงการฝึกอบรม	92

หมวด ค.	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย (ข้อมูลส่วนบุคคลและ แบบทดสอบความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง)	98
หมวด ง.	แบบประเมินความรู้สึกของสมาชิกในการเข้าร่วมกลุ่ม ฝึกอบรม	105
หมวด จ.	แบบประเมินความรู้สึกและข้อคิดเห็นของสมาชิกกลุ่ม ที่มีต่อโครงการฝึกอบรม	108
หมวด ฉ.	คู่มือการฝึกอบรมทักษะการดำเนินชีวิต	111
หมวด ช.	คะแนนดิบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และความรู้สึกเห็นคุณค่า ในตนเองของสมาชิก	187
หมวด ซ.	ความคิดเห็นของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อปัจจัยที่เป็นปัญหา ซึ่งมีผลกระทบต่อการศึกษา และแนวทางการแก้ไข	190
หมวด ฌ.	ประกาศนียบัตร โครงการฝึกอบรมทักษะการดำเนินชีวิต	
	ประวัติการศึกษา	198

รายการตารางประกอบ

ตารางที่		หน้า
1	แสดงสัดส่วนของนักศึกษาที่พัฒนาสภาพการเป็นนักศึกษา อื่นเนื่องมาจากผลการเรียนต่ำกว่าเกณฑ์ (1.50)	2
2	แสดงจำนวนนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่ลงทะเบียนเรียนใน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2533 ที่เป็นกลุ่มประชากร และที่เป็นกลุ่มเสี่ยง	22
3	คุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย	23
4	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของ กลุ่มควบคุม ทั้งก่อนและหลังจากการฝึกอบรมให้กับกลุ่มทดลอง	33
5	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของกลุ่ม ทดลอง ทั้งก่อนและหลังการเข้ากลุ่มฝึกอบรม	34
6	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของกลุ่ม ควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนการเข้ากลุ่มฝึกอบรม	35
7	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของกลุ่ม ควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังจากเข้ากลุ่มฝึกอบรม	36
8	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนและหลังการเข้ากลุ่มฝึกอบรม	37
9	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของกลุ่มทดลอง ทั้งก่อนและหลังการเข้ากลุ่มฝึกอบรม	38
10	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ก่อนการเข้ากลุ่มฝึกอบรม	39
11	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังจากเข้ากลุ่มฝึกอบรม	40
12	ความรู้สึกของสมาชิกก่อนเข้ากลุ่มฝึกอบรม	41

ตารางที่		หน้า
13	ความรู้สึกของสมาชิกระหว่างเข้ากลุ่มฝึกอบรม	44
14	ความรู้สึกของสมาชิกหลังจากเข้ากลุ่มฝึกอบรม	46
15	ความเปลี่ยนแปลงของสมาชิกทางด้านพฤติกรรมและนิสัย ที่มีต่อการเรียน	48
16	ความเปลี่ยนแปลงของสมาชิกทางด้านอารมณ์ ความรู้สึก และทัศนคติ	51
17	ความรู้สึกและข้อคิดเห็นของสมาชิกกลุ่มต่อลักษณะผู้นำกลุ่ม	53
18	ความรู้สึกและข้อคิดเห็นของสมาชิกกลุ่มต่อลักษณะกิจกรรม	56
19	ความรู้สึกและข้อคิดเห็นของสมาชิกกลุ่มต่อเวลาและสถานที่ ในการฝึกอบรม	58
20	ความรู้สึกและข้อคิดเห็นของสมาชิกกลุ่มในด้านข้อคิดและ ประโยชน์ในแง่การนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน	59
21	ข้อเสนอแนะของสมาชิกสำหรับการจัดการฝึกอบรมในครั้ง ต่อไป	62