ผลการศึกษาทักษะชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสกลนคร ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้านร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A ในรายวิชาการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม*

รัชตาพร บุญกอง[1] ทรงยุทธ ต้นวัน[2]

(วันที่รับบทความ: 10 กันยายน 2566; วันแก้ไขบทความ: 14 พฤศจิกายน 2566; วันตอบรับบทความ: 21 พฤศจิกายน 2566)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาทักษะชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสกลนคร ในรายวิชาการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม โดยนำการจัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้านร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A มาใช้ในการจัดการเรียนการสอน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสกลนคร ในภาคการเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 85 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดทักษะชีวิตของนักศึกษาที่เรียนด้วยการจัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้านร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A จำนวน 60 ข้อ และนำเข้าข้อมูลมาประมวลผลโดยใช้โปรแกรมการวิเคราะห์ทางสถิติ

ผลการวิจัย พบว่า นักศึกษามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.02 และเมื่อวิเคราะห์เป็นรายองค์ประกอบของทักษะชีวิต พบว่า องค์ประกอบที่ 1 การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น นักศึกษามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.19, องค์ประกอบที่ 4 การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น นักศึกษามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.07, องค์ประกอบที่ 3 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด นักศึกษามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.92 และองค์ประกอบที่ 2 การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ นักศึกษามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.74 ตามลำดับ

คำสำคัญ: การจัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้าน, เทคนิคคำถาม R-C-A, ทักษะชีวิต

* งานวิจัยได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากคณะอุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสกลนคร, 2565

[1] ผู้ช่วยศาสตราจารย์, คณะอุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสกลนคร, E-mail: Ratchataporn.bo@rmuti.ac.th

[2] ผู้ช่วยศาสตราจารย์, คณะอุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสกลนคร

The Results of the Study of Life Skills of Students at Rajamangala University of Technology Isan, Sakon Nakhon Campus That Received Learning Management Flipped Classroom Design Combined with the Use of R-C-A Questioning Techniques in Life and Social Quality Development Course*

Ratchataporn Boonkong[1] Songyuth Tonwan[2]

(Received: September 10, 2023; Revised: November 14, 2023; Accepted: November 21, 2023)

Abstract

The purpose of this research was to study the results of life skill of students at Rajamangala University of Technology Isan in Sakon Nakhon Campus that received learning management Flipped classroom design combined with the use of R-C-A questioning techniques in Life and Social Quality Development Course. The samples used in the research were undergraduate students at Rajamangala University of Technology Isan Sakon in Nakhon Campus in the second semester of the academic year 2022 totaling 85 people, the instrument used to collect data was the life skills assessment form of students who studied totaling 60 items, and importing the data were processed using a statistical analysis program.

The results showed that the students had life skills at a high level with an average of 4.02 and when analyzing the components of life skills, it was found that component 1: awareness and appreciation of oneself and others. The students had life skills at a high level with an average of 4.19, component 4 building good relationships with others the students had life skills at a high level with an average of 4.07, component 3: dealing with emotions and stress the students had life skills at a high level with an average of 3.92 and component 2: thinking analytically, making decisions and solving problems creatively. The students had life skills at a high level with an average of 3.74, respectively.

Keywords: Flipped Classroom Learning Management, R-C-A Question Technique, Life Skills

* This research project is supported by Faculty of Industry and Technology, Rajamangala University of Technology Isan, Sakon Nakhon Campus, 2022

[1] Assistant professor, Faculty of Industry and Technology, Rajamangala University of Technology Isan, Sakon Nakhon Campus, E-mail: ratchataporn.bo@rmuti.ac.th

[2] Assistant professor, Faculty of Industry and Technology, Rajamangala University of Technology Isan, Sakon Nakhon Campus

ความสำคัญและปัญหาการวิจัย

สภาพสังคมในศตวรรษที่ 21 หรือสังคมปัจจุบัน มีความเปลี่ยนแปลงในทุก ๆ ด้านอย่างรวดเร็ว การรู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงและความสามารถในการแก้ไขปัญหาของทุกคนในสังคม รวมถึงความสามารถที่จะดูแลตัวเองได้ ไม่เป็นภาระต่อสังคมและประเทศชาติ อีกทั้งยังสมัครสมานสามัคคี ช่วยดูแลสังคม ทำให้สังคมอยู่ร่วมกันได้อย่างเป็นสุข เป็นความปรารถนาอย่างยิ่งของทุกประเทศ และประเทศไทยก็เช่นกัน ไม่อาจจะหลีกเลี่ยงความเปลี่ยนแปลงดังกล่าวได้จึงให้ความสำคัญต่อคุณภาพของผู้คนทุกคนในประเทศหรือพลเมืองไทยทุกคน ให้มีทักษะชีวิตเพราะทักษะชีวิตหมายถึงความสามารถของบุคคลที่จะจัดการกับปัญหาต่าง ๆ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต จะเห็นได้จากการระบุการพัฒนาทักษะชีวิตไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 ที่ระบุทิศทางในการพัฒนาประเทศ คือ (1) การน้อมนำและประยุกต์ใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง (2) คนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนาอย่างมีส่วนร่วม (3) การสนับสนุนและส่งเสรอมแนวคิดการปฏิรูปประเทศ และ (4) การพัฒนาสู่ความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ดังนั้น เป้าหมายในการพัฒนาเน้นการพัฒนาเยาวชนแต่ละระดับให้มีคุณภาพ มีทักษะชีวิต สามารถพัฒนาตนเองให้เป็นพลเมืองไทยที่มีคุณภาพหรืออาจกล่าวได้ว่า “มีหน้าที่เตรียมพลเมืองไทยให้มีคุณภาพ” (Office of the Basic Education Commission, Ministry of Education, 2017)

การจัดการเรียนการสอนของสถาบันการศึกษาในปัจจุบันมุ่งเน้นให้ผู้เรียนเป็นสำคัญ เป็นศูนย์กลางการเรียนรู้มากกว่าการนั่งฟังการบรรยายหน้าชั้นเรียนของครูผู้สอนแต่เพียงอย่างเดียว โดยส่งเสริมให้ผู้เรียนสร้างความรู้ด้วยตนเอง (Construction) ด้วยการใช้กระบวนการเรียนรู้ (Learning Process) การมีส่วนร่วม (Participation) อย่างตื่นตัว (Active) และมีปฏิสัมพันธ์ (Interaction) ร่วมมือ ร่วมใจ (Co-Operation) ในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ (Share and Learning) อย่างเช่นให้นิสิตได้ศึกษาหาข้อมูลนอกชั้นเรียนเพิ่มเติมผ่านระบบสารสนเทศทางอินเทอร์เน็ตด้วยตนเอง เป็นต้น ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนา สามารถเรียนรู้และเข้าใจบทเรียนในชั้นเรียนได้ดียิ่งขึ้น ต่างจากรูปแบบการจัดการเรียนการสอนแบบดั้งเดิม (Traditional Learning) ที่ครูเป็นผู้ป้อนความรู้ประสบการณ์ให้ผู้เรียนในลักษณะของครูเป็นศูนย์กลาง (Teacher Center) ซึ่งแตกต่างจากรูปแบบของการจัดการเรียนการสอนแบบกลับด้าน (Flipped Learning) กล่าวคือ การจัดการเรียนการสอนแบบห้องเรียนกลับด้านนั้น จะมุ่งเน้นการสร้างสรรค์องค์ความรู้ด้วยตัวผู้เรียนเองตามทักษะความรู้ ความสามารถและสติปัญญาของเอกกัตบุคคล (Individualized Competency) ตามอัตราความสามารถทางการเรียนแต่ละคน (Self-Paced) โดยครูจัดความรู้ให้ผ่านสื่อเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Information and Communication Technology) เรียกโดยย่อว่า ICT หมายถึงการนำเทคโนโลยีดิจิตอล เครื่องมือสื่อสาร หรือเครือค่ายคอมพิวเตอร์ มาใช้ในการเข้าถึง จัดการ บูรณาการ ประเมินผล และสร้างข้อมูล และเป็นลักษณะการเรียนรู้จากแหล่งเรียนรู้นอกชั้นเรียนอย่างอิสระทั้งด้านความคิดและวิธีปฏิบัติ ดังนั้น การสอนแบบกลับทางจะเป็นการเปลี่ยนแปลงบทบาทของครูอย่างสิ้นเชิง กล่าวคือ ครูไม่ใช่ผู้ถ่ายทอดความรู้

แต่จะมีบทบาทเป็นติวเตอร์ (Tutors) หรือโค้ช (Coach) ที่จะเป็นผู้จุดประกายและสร้างความสนุกสนานในการเรียน รวมทั้งเป็นผู้อำนวยความสะดวกในการเรียน (Facilitators) ในชั้นเรียนนั้น ๆ การจัดประสบการณ์ทางการเรียนแบบห้องเรียนกลับทาง (Flipped Classroom) นั้นจะก่อให้เกิดกระบวนการสร้างองค์ความรู้ที่เรียกว่า “การเรียนให้รู้จริงหรือการเรียนแบบรอบรู้” ซึ่งเป็นการเรียนที่ช่วยเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของเด็ก เพิ่มความร่วมมือระหว่างผู้เรียน เพิ่มความมั่นใจในตนเองของผู้เรียน และช่วยให้โอกาสแก่นักเรียนได้ปรับปรุงแก้ไขตนเองในการเรียนรู้ให้บรรลุผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

Panich (2013) ได้อธิบายความหมายของห้องเรียนกลับด้านไว้ว่า ห้องเรียนกลับด้านเป็นกระบวนการเรียนการสอนรูปแบบหนึ่งซึ่งเปลี่ยนจากการใช้ช่วงเวลาของการบรรยายเนื้อหา (Lecture) ในห้องเรียนมาเป็นการทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อฝึกแก้โจทย์ปัญหาและประยุกต์ใช้จริง ส่วนการบรรยายจะอยู่ในช่องทางอื่น ๆ เช่น วีดีโอ วีดีโอออนไลน์ ฯลฯ ซึ่งผู้เรียนเข้าถึงได้เมื่ออยู่ที่บ้านหรือนอกห้องเรียน ดังนั้น การบ้านที่เคยมอบหมายให้กับผู้เรียนฝึกทำเองนอกห้องจะกลายมาเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมในห้องเรียนและในทางกลับกันเนื้อหาที่เคยถ่ายทอดโดยการบรรยายในห้องเรียนจะถูกเปลี่ยนไปอยู่ในรูปสื่อที่ผู้เรียนได้เรียนรู้เองที่บ้านหรือที่อื่น ๆ นอกจากนี้ยังกล่าวอีกว่าห้องเรียนกลับด้าน (Flipped Classroom) เป็นการเรียนที่ครูจะเน้นช่วยให้นักเรียนเข้าใจหลักการ ไม่ใช่ท่องจำ หัวใจคือครูเน้นทำหน้าที่ช่วยแนะนำการเรียนของเด็ก ไม่ใช่ทำหน้าที่ถ่ายทอดความรู้ ครูเปลี่ยนจากบทบาทปฏิสัมพันธ์กับนักเรียนทั้งชั้นมาเป็นการปฏิสัมพันธ์กับนักเรียนเป็นรายคน

การใช้เทคนิคคำถาม R-C-A ในกิจกรรมที่กำหนดให้มีการอธิบายแสดงความรู้สึกนึกคิดและการประยุกต์ความคิด อย่างมีประสิทธิภาพหลังการจัดการเรียนรู้ไปแล้วในแต่ละครั้ง ด้วยประเด็นคำถามสะท้อนกลับ เชื่อมโยง ปรับใช้ เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้บทเรียนสำคัญ ที่จะพัฒนาและเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับตัวผู้เรียนได้ตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น รู้จักการจัดการกับอารมณ์และความเครียดอย่างเหมาะสมและรู้จักสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น รู้จักคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ด้วยวิธีการสะท้อนกลับ (Reflect) ความรู้สึกและความคิดที่ได้รับจากการปฏิบัติกิจกรรมนำมาเชื่อมโยง (Connect) กับประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านมาหรือที่ตนเองได้เรียนรู้มาแล้วนั้น ซึ่งเป็นองค์ความรู้ใหม่แล้วนำมาปรับใช้ (Apply) ในชีวิตประจำวันของตนเองได้ ทั้งชีวิตในปัจจุบันและชีวิตอนาคต เรียกการใช้คำถามดังกล่าวโดยย่อว่า คำถาม R-C-A ซึ่งย่อมาจาก Reflect : สะท้อนกลับ Connect : เชื่อมโยง Apply : ปรับใช้หรือประยุกต์ใช้ (Jongnimitsathaporn and Woranetsudathip, 2013)

นอกจากผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทักษะชีวิตก็เป็นสิ่งที่ควรให้ความสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในรายวิชาทางด้านสังคมศาสตร์ (Department of Curriculum and Instruction Development, 2000) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นความสามารถของบุคคลที่จะคิดพิจารณา ตัดสินใจแก้ปัญหา และปรับตัวให้มีพฤติกรรมที่ถูกต้อง เพื่อให้สามารถจัดการกับปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ สามารถดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสม

ในสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปให้มีสุขภาพที่ดีทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ร่วมสร้างสรรค์สังคมให้เป็นสังคมที่มีสุขภาพดี เช่นเดียวกับองค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ให้ความหมาย “ทักษะชีวิต” คือ ความสามารถอันประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะ ซึ่งสามารถจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ในสภาพสังคมปัจจุบันได้อย่างมีความสุขและสามารถเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ส่วนคำนิยามของทักษะชีวิต (Life Skills) ที่องค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) เน้นคือ การให้ความสำคัญกับการดำรงชีวิตของบุคคลที่มีความเหมาะสมและทันกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมซึ่งปัญหาของสังคมในยุคปัจจุบันมีมากมาย อาทิเช่น ปัญหาเรื่องยาเสพติด โรคเอดส์ บทบาทหญิงชาย ชีวิตครอบครัว สุขภาพ อิทธิพลสื่อ รวมถึงปัญหาสิ่งแวดล้อม ฯลฯ

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยมีความตั้งใจที่จะนำการจัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้านร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A ในรายวิชาการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม เพื่อเป็นการพัฒนาทักษะชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสกลนคร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาทักษะชีวิตที่ใช้การจัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้านร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A ของนักศึกษา ในรายวิชาการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม

สมมติฐานการวิจัย

ทักษะชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสานวิทยาเขตสกลนคร ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้านร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A ในรายวิชาการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม อยู่ในระดับมากขึ้นไป

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

1. แนวคิดการจัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้าน คือ การจัดการเรียนรู้โดยให้นักศึกษาเรียนรู้นอกห้องเรียนจากสื่อการสอน ไฟล์วิดีโอที่พัฒนาขึ้น ค้นคว้าจากเว็บไซต์ที่เกี่ยวข้อง แล้วนำงานหรือการบ้านที่ได้รับมอบหมายมาทำที่ห้องเรียน ฝึกคิด วิเคราะห์ แก้ปัญหาแล้วนำมาอภิปรายร่วมกันในชั้นเรียน โดยมีอาจารย์คอยให้คำแนะนำอย่างใกล้ชิดเป็นการจัดการเรียนการสอนแบบผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (Child Center) มากขึ้น แทนที่การสอนแบบครูเป็นศูนย์กลาง (Teacher Center) ที่สำคัญยังสามารถช่วยแก้ปัญหาเรื่องการบ้านได้ด้วย นอกจากนี้แล้ว การจัดประสบการณ์ทางการเรียนแบบห้องเรียนกลับด้าน (Flipped Classroom) นั้น จะก่อให้เกิดกระบวนการสร้างองค์ความรู้ ที่เรียกว่า “การเรียนแบบรอบรู้หรือการเรียนให้รู้จริง (Mastery Learning)” (Bergmann and Sams, 2012; Morrasi, 2013; Iamamnuaysuk, 2013; Panich, 2013; Pahay, 2013)

2. แนวคิดการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A คือการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A การตั้งคำถามกับนักเรียนหลังจากใช้กระบวนการจัดการเรียนรู้ตามจุดประสงค์หรือตัวชี้วัดการเรียนรู้ของนักเรียนในแต่ละครั้ง ครูจะต้องตั้งคำถามเพื่อการสนทนาสอบถามให้นักเรียนได้สะท้อน เชื่อมโยง และปรับใช้ สอดรับกัน ให้เกิดคุณลักษณะทักษะชีวิต องค์ประกอบเดียวกันอย่างต่อเนื่องและมุ่งเน้นการพัฒนาองค์ความรู้ทิศทางเดียวกัน โดยเริ่มจากการถามความรู้สึกหรือมุมมอง (Reflect) เป็นการถามถึงสิ่งที่ผู้เรียนสังเกตเห็น มองเห็นหรือสัมผัส หรือถามถึงความรู้สึกของผู้เรียนที่เกิดขึ้นในขณะร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ในชั่วโมงนั้น จากนั้นถามต่อด้วยคำถามให้คิดเชื่อมโยง (Connect) เป็นการถามเพื่อให้เกิดการเชื่อมโยงระหว่างประสบการณ์หรือความรู้ที่มีมาก่อนกับประสบการณ์หรือความคิดที่เกิดจากการเรียนรู้ใหม่ในชั่วโมงนั้น และจบด้วยคำถามให้อภิปรายเพื่อการปรับใช้ (Apply) ด้วยการสร้างความคิด จินตนาการและองค์ความรู้ เตรียมพร้อมสำหรับใช้ในสถานการณ์ใหม่ที่อาจเผชิญในอนาคตทั้งระยะสั้นและระยะยาว โดยได้กำหนดการตั้งคำถาม R-C-A เพื่อสอบถามผู้เรียนหลังจากเสร็จสิ้นกระบวนการจัดกิจกรรม ใช้เวลา 5-10 นาที ที่แสดงความต่อเนื่องสอดรับความคิด ความรู้สึก ของผู้เรียนอย่างมีทิศทางเดียวกัน (Office of the Basic Education Commission, Ministry of Education, 2016; Jongnimitsathaporn and Woranetsudathip, 2013)

3. แนวคิดทักษะชีวิต คือ คุณลักษณะหรือความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยา ที่เป็นทักษะภายในส่วนบุคคลที่จะช่วยให้สามารถเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดีมีประสิทธิภาพและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต รวมถึงความสามารถของบุคคลในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง ครอบครัว และสังคม ด้วยความรู้ ความเข้าใจ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการดูแลสุขภาพ ความปลอดภัย สิ่งแวดล้อม คุณธรรมจริยธรรม ฯลฯ เพื่อให้สามารถมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข การตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาในการเผชิญต่อโลกภายนอกและสามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมอย่างมีความสุข ซึ่งทักษะชีวิตมี 4 องค์ประกอบ ได้แก่ องค์ประกอบที่ 1 การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น องค์ประกอบที่ 2 การคิดวิเคราะห์ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ องค์ประกอบที่ 3 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และองค์ประกอบที่ 4 การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น (Khamliang, et al., 2011; Thammabut, 2011)

ระเบียบวิธีวิจัย

ขอบเขตของงานวิจัย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยในชั้นเรียน โดยใช้รูปแบบการวิจัยเชิงทดลองเบื้องต้น (Pre Experimental Design)

ประชากร/กลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสกลนคร ประจำปีการศึกษา 2565 จำนวน 562 คน ที่ต้องลงทะเบียนเรียน ในรายวิชาหมวดวิชาศึกษาทั่วไป กลุ่มวิชาทักษะการมีส่วนร่วมทางสังคมและชุมชน (Social and Community Engagement Skill) จำนวน 2 รายวิชา 5 หน่วยกิต ตลอดหลักสูตร

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักศึกระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสกลนคร ในภาคการเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชา การพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม จำนวน 85 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) ได้แก่ การจัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้านร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A

2. ตัวแปรตาม (Dependent Variable) ได้แก่ ผลการศึกษาทักษะชีวิต

เครื่องมือที่ใช้วิจัย

1. แผนการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้วยกิจกรรมการเรียนการสอนแบบห้องเรียนกลับด้านร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A จำนวน 6 แผน แผนละ 3 ชั่วโมง

2. แบบวัดทักษะชีวิตของนักศึกษาที่เรียนด้วยการจัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้านร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A โดยสร้างจากการศึกษาเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วนำมาสรุปเป็นกรอบแนวคิดในการสร้างคำถาม จากนั้นนำแบบวัดทักษะชีวิตไปตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยการหาค่า IOC (Item-Objective Congruence Index) โดยผู้เชี่ยวชาญสาขาศิลปศาสตร์ จำนวน 3 ท่าน เป็นผู้พิจารณาตรวจสอบความอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามศัพท์เฉพาะ ตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของการใช้ภาษาในข้อคำถาม จากนั้นพิจารณาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ที่มีค่าตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป ได้ข้อคำถาม 60 ข้อ มีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.60 - 1.00

การเก็บรวบรวมข้อมูล

จัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้านร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A ตามแผนการเรียนรู้ จากนั้นให้นักศึกษาทำแบบสอบถามเพื่อวัดทักษะชีวิต

การวิเคราะห์ข้อมูล

วัดทักษะชีวิตของนักศึกษาที่เรียนด้วยการจัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้านร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A โดยการหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อวัดระดับพฤติกรรม/ความคิดเห็นจากการหาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยแบ่งการแปลผลค่าระดับคะแนนเป็น 5 ระดับ คือ 1.00 - 1.5 หมายถึง น้อยที่สุด 1.51 - 2.50 หมายถึง น้อย 2.51 - 3.50 หมายถึง ปานกลาง 3.51 - 4.50 หมายถึง มาก และ 4.51 - 5.00 หมายถึง มากที่สุด ตามลำดับ

สรุปผลการวิจัย

ผลการประเมินทักษะชีวิต

ตารางที่ 1 การประเมินพฤติกรรม/ความคิดเห็นของนักศึกษาภายหลังจากจัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้านร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A

ลำดับ	รายการประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ความหมาย
องค์ประกอบที่ 1 การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น				
1.1 การรักและเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น		4.30	0.74	มาก
1.	ฉันพอใจในทุกอย่างที่เป็นตัวฉัน	4.29	0.72	มาก
2.	ฉันชอบที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เพื่อพัฒนาตนเองตลอดเวลา	4.16	0.74	มาก
3.	ฉันรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าไม่น้อยกว่าคนอื่น	3.92	0.99	มาก
4.	ฉันพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเองและยอมรับ ผลการเปลี่ยนแปลงนั้นได้	4.47	0.70	มาก
5.	ฉันแสดงความยินดีกับเพื่อน ๆ เมื่อเพื่อนได้รับรางวัลต่าง ๆ	4.64	0.57	มากที่สุด
1.2 การยอมรับความแตกต่างระหว่างตนเองและผู้อื่น		4.27	0.74	มาก
6.	ฉันรับรู้ได้ว่าเวลาที่ฉันมีอารมณ์ที่แตกต่างกัน ฉันจะพูดคุยกับคนอื่นด้วยท่าทีที่แตกต่างกันด้วย	3.66	0.87	มาก
7.	ฉันจะไม่เอาจุดเด่นของเพื่อนมาเปรียบเทียบ กับตนเองแล้วทำให้รู้สึกแย่ลง	4.05	0.96	มาก
8.	ฉันคิดว่าคนแต่ละคนมีความสามารถไม่เหมือนกัน บางคนเด่นด้านดนตรี บางคนเด่นด้านกีฬา	4.55	0.66	มากที่สุด
9.	ฉันยินดีและพร้อมที่จะเปิดโอกาสให้เพื่อนได้ แสดงความต้องการของเขา	4.49	0.61	มาก
10.	ฉันยอมรับว่าสมาชิกแต่ละคนในกลุ่มมีความสามารถแตกต่างกัน	4.62	0.58	มากที่สุด
1.3 การภาคภูมิใจในตนเองและผู้อื่น		4.13	0.78	มาก
11.	ฉันรู้สึกพอใจในความสามารถของตนเอง	4.25	0.77	มาก
12.	ฉันรู้สึกภูมิใจที่อาจารย์ขอให้ช่วยงานของมหาวิทยาลัย	4.19	0.89	มาก
13.	ฉันสามารถช่วยเหลือแบ่งเบาภาระของพ่อแม่ผู้ปกครองได้	4.14	0.76	มาก
14.	ฉันเป็นที่พึ่งพาของผู้อื่นได้เสมอ	3.81	0.82	มาก
15.	ฉันจะกล่าวคำชมเชยและสนับสนุนเมื่อผู้อื่นทำ คุณงามความดี	4.26	0.68	มาก
1.4 ความรับผิดชอบต่อสังคม		4.04	0.85	มาก
16.	ฉันไม่ขับรถจักรยานยนต์แซงซ้ายเพราะผิดกฎหมายและก่อให้เกิดอุบัติเหตุได้	3.92	0.91	มาก
17.	เมื่อพบก๊อกน้ำปิดไม่สนิท ฉันจะปิดทันที	4.19	0.81	มาก
18.	ฉันไม่ขีดเขียนโต๊ะเรียน เพราะจะทำให้โต๊ะสกปรก	4.07	0.83	มาก

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ลำดับ	รายการประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ความหมาย
19.	ฉันปิดไฟทุกดวงก่อนออกจากห้องเรียน	4.11	0.85	มาก
20.	ฉันแต่งกายถูกต้องตามระเบียบของมหาวิทยาลัย ไม่ต้องรอให้อาจารย์เตือน	3.89	0.86	มาก
	รวม	4.19	0.78	มาก
องค์ประกอบที่ 2 การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์				
21. การคิดวิเคราะห์และเชื่อมโยง		3.73	0.96	มาก
21.	ฉันสแกนไวรัสก่อนดาวน์โหลดข้อมูลจากอีเมล์ ลงในเครื่องคอมพิวเตอร์ เพื่อลดการสะสมของไวรัส	3.62	0.91	มาก
22.	อาจารย์สอนว่าต้นไม้จะช่วยดูดซับน้ำเอาไว้ ฉันคิดว่าฉันจะไม่ตัดไม้ทำลายป่า เพื่อป้องกันไม่ให้น้ำท่วม	4.05	0.72	มาก
23.	การนุ่งกระโปรงสั้นมาก ใส่เสื้อตัวเล็กรัดหน้าอกไปเที่ยว ฉันคิดว่าเป็นการแต่งกายที่ล่อแหลม อาจก่อให้เกิดอันตรายกับตนเองได้	3.91	1.09	มาก
24.	มีข่าวโรคโควิด-19 ระบาด มีคนป่วยเสียชีวิต ฉันจึงสวมหน้ากากอนามัย และหมั่นล้างมือ เว้นระยะห่าง	4.28	0.87	มาก
25.	ฉันสอบตก เพราะฉันมัวแต่เล่นเกมส์	2.81	1.23	ปานกลาง
2.2 การตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์		3.74	0.71	มาก
26.	ฉันปรึกษาพ่อแม่ หรือผู้ปกครองทุกครั้งที่เกิดปัญหา	3.64	1.07	มาก
27.	เมื่อเพื่อนบอกว่าฉันทำการบ้านผิดฉันจะทบทวนก่อนแก้ไข	3.87	0.84	มาก
28.	เมื่อฉันไม่เข้าใจเรื่องที่เรียน ฉันจะค้นคว้าหา ข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้	3.88	0.82	มาก
29.	เมื่อฉันพบปัญหา ฉันจะค้นหาสาเหตุของปัญหานั้น ๆ เพื่อหาทางแก้ไข	4.07	0.69	มาก
30.	เมื่อเพื่อนชวนไปเที่ยว ฉันไม่ไป แต่ฉันจะชวนเพื่อนไปเล่นกีฬา	3.24	1.11	ปานกลาง
	รวม	3.74	0.84	มาก
องค์ประกอบที่ 3 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด				
3.1 ยอมรับกับอารมณ์ของตัวเอง		3.77	1.06	มาก
31.	เมื่อต้องออกไปรายงานหน้าชั้นเรียนฉันจะรู้สึกประหม่าไม่มั่นใจ	3.89	1.15	มาก
32.	ฉันรู้สึกว่าเป็นคนหงุดหงิดง่ายเมื่อโดนเพื่อนล้อเลียน	3.13	1.27	ปานกลาง
33.	ฉันทนไม่ได้ที่จะให้ใครมาเอาเปรียบ	4.06	1.05	มาก
34.	เมื่อฉันตอบคำถามผิดต่อหน้าเพื่อนในห้องเรียนฉันคิดว่าเป็นเรื่องธรรมดา	3.82	0.88	มาก
35.	หนึ่งในผู้คนที่มีอารมณขัน สนุกสนานของห้องเรียนจะมีฉันอยู่เสมอ	3.95	0.97	มาก

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ลำดับ	รายการประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ความหมาย
3.2 การจัดการกับอารมณ์		3.93	0.94	มาก
36.	เมื่อถึงเวลาสอบ ฉันจะรู้สึกเครียดและวิตกกังวลมาก เพราะไม่มั่นใจว่าจะทำข้อสอบได้	3.56	1.25	มาก
37.	เมื่อเพื่อนเรียนไม่เข้าใจ ฉันจะช่วยอธิบายด้วยความเต็มใจ	3.84	0.90	มาก
38.	ถ้าฉันผิดหวังฉันจะไม่ทุกข์ใจ เพราะฉันได้พยายามทำจนสุดความสามารถแล้ว	4.12	0.82	มาก
39.	ฉันเชื่อว่าหากตนเองพยายามมากกว่านี้ ผลการเรียนจะต้องดีขึ้นแน่นอน	4.29	0.80	มาก
40.	ถึงแม้บางครั้งต้องทำงานมากกว่าเพื่อนในกลุ่ม ฉันก็เต็มใจทำโดยไม่คิดว่าเป็นการเสียเปรียบ	3.82	0.95	มาก
3.3 การจัดการกับความเครียด		4.06	0.87	มาก
41.	ฉันระบายความเครียดด้วยการออกกำลังกาย เล่นกีฬา	3.56	1.12	มาก
42.	ฉันพยายามระบายความเครียดกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นด้วยการฟังเพลง/เล่นเกมส์/ดูหนัง	4.29	0.94	มาก
43.	ฉันให้กำลังใจตนเองว่าทุกสิ่งทุกอย่างจะดีขึ้น	4.21	0.89	มาก
44.	เมื่อเกิดปัญหาฉันจะคิดหาวิธีต่าง ๆ จะแก้ปัญหาหรือควบคุมสถานการณ์ให้ได้	4.18	0.68	มาก
45.	เมื่อเกิดปัญหาฉันพยายามค้นหาด้านที่ดีของปัญหาที่เกิดขึ้น	4.08	0.71	มาก
รวม		3.92	0.96	มาก
องค์ประกอบที่ 4 การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น				
4.1 การใส่ใจและเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน		4.20	0.74	มาก
46.	ฉันแนะนำตัวให้เพื่อนที่ย้ายมาใหม่ได้รู้จัก	3.91	0.85	มาก
47.	เมื่อเพื่อนต้องการความช่วยเหลือ ฉันเต็มใจช่วยโดยไม่หวังผลตอบแทน	4.35	0.65	มาก
48.	เมื่อทำงานกลุ่ม ฉันจะให้ความสนใจและ ความสำคัญกับความคิดของเพื่อน ๆ	4.34	0.68	มาก
49.	เมื่อเพื่อนมีปัญหากัน ฉันจะหาวิธีให้เพื่อนได้ปรับความเข้าใจกัน	4.12	0.82	มาก
50.	เมื่อเพื่อนมีความสามารถในเรื่องใด ๆ ฉันจะ คอยส่งเสริมเสมอ	4.28	0.70	มาก
4.2 การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ		3.97	0.85	มาก
51.	ฉันมักจะสื่อสารให้เพื่อนรู้ว่าฉันไม่เห็นด้วยกับเขาโดยการยกมือหรือรอให้เค้าพูดจบแล้ว ค่อยแสดงความคิดเห็นของฉัน	3.73	0.88	มาก
52.	ฉันชอบที่จะนั่งคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อน ๆ มากกว่าการที่คิดเองคนเดียว	4.18	0.89	มาก
53.	เวลาเจอเพื่อนที่ฉันยังไม่สนิทสนมนัก ฉันก็ สามารถพูดคุยกับเขาได้	3.87	0.95	มาก
54.	ฉันสามารถทำให้ผู้อื่นเข้าใจในสิ่งที่ฉันสื่อสารได้	3.66	0.88	มาก
55.	เวลาคุยกับเพื่อน ฉันจะแสดงออกกับเพื่อนให้ เขาทราบว่าฉันกำลังฟังอยู่ เช่น พยักหน้า หรือสบตา	4.39	0.66	มาก

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ลำดับ	รายการประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ความหมาย
4.3 การให้ความร่วมมือและทำงานร่วมมือกับผู้อื่นได้		4.05	0.83	มาก
56.	เมื่อมหาวิทยาลัยจัดกิจกรรม ฉันจะเข้าร่วมทุกครั้ง	3.67	0.92	มาก
57.	เมื่อทำงานกลุ่ม ฉันจะรับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายอย่างเต็มความสามารถ	4.01	0.75	มาก
58.	ฉันเชื่อว่าสมาชิกในกลุ่มจะสามารถทำงานที่ ได้รับมอบหมายได้อย่างดี	4.14	0.86	มาก
59.	ฉันสนับสนุนความคิดของเพื่อนและให้ความ ร่วมมือกับสมาชิกในกลุ่มเสมอ	4.36	0.69	มาก
60.	ฉันชอบแสดงความคิดเห็นร่วมกับเพื่อน	4.07	0.95	มาก
รวม		4.07	0.81	มาก
รวมทั้งหมด		4.02	0.84	มาก

จากตารางที่ 1 พบว่า การประเมินพฤติกรรม/ความคิดเห็นของนักศึกษา หลังการจัดการเรียนรู้จัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้าน ร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A นักศึกษามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.02 และเมื่อวิเคราะห์เป็นรายองค์ประกอบของทักษะชีวิตเมื่อเรียงจากมากไปหาน้อย พบว่า องค์ประกอบที่ 1 การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น นักศึกษามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.19 องค์ประกอบที่ 4 การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น นักศึกษามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.07 องค์ประกอบที่ 3 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด นักศึกษามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.92 และองค์ประกอบที่ 2 การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ นักศึกษามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.74 ตามลำดับ

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้านร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน วิทยาเขตสกลนคร ในรายวิชาการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม สรุปผลการวิจัยได้ว่า การประเมินพฤติกรรมความคิดเห็นของนักศึกษาหลังการจัดการเรียนรู้จัดการเรียนรู้แบบห้องเรียนกลับด้าน ร่วมกับการใช้เทคนิคคำถาม R-C-A นักศึกษามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.02 สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Moeller (2014, Abstract) ได้ศึกษาการใช้วิธีการสอนแบบห้องเรียนกลับด้านเพื่อเสริมสร้าง ทักษะและความเข้าใจในเครื่องปั้นดินเผา ผลการศึกษา พบว่า การสอนด้วยวิธีการสอนแบบห้องเรียนกลับด้านเป็นการเปลี่ยนวิธีการสอนแบบเดิมในรายวิชาประติมากรรมเครื่องปั้นดินเผา ที่เน้นการสอนแบบบรรยายในชั้นเรียนและให้การบ้านไปทำที่บ้าน ปรับเป็นวิธีการสอนโดยครูทำวิดีโอสาธิตวิธีการปั้นเครื่องปั้นดินเผาบันทึกไว้ให้นักเรียนไปศึกษาที่บ้าน

จากนั้นวันต่อมาเมื่อถึงชั่วโมงเรียน ครูจะถามคำถามให้นักเรียนตอบ และสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนแต่ละคนจากการได้ศึกษาวิดีโอด้วยตนเองที่บ้าน จากนั้นครูก็ให้นักเรียนลงมือปฏิบัติจริง และมีการสรุปและอภิปรายเนื้อหาที่ได้เรียนมาทั้งหมด ปรากฏว่าผลคะแนนด้านทักษะและความเข้าใจเพิ่มขึ้นสูงจากที่เคยเรียนด้วยวิธีการสอนแบบดั้งเดิม เช่นเดียวกับงานวิจัยของ Damkham (2013, Abstract) ได้ศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มและคำถามอาร์-ซี-เอ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจในวิชาคอมพิวเตอร์ และพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มและคำถาม อาร์-ซี-เอ เพื่อส่งเสริมความเข้าใจในวิชาคอมพิวเตอร์ และ 2) ศึกษาผลการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2555 โรงเรียนบ้านแม่ปิง อำเภอปาย จำนวน 16 คน ผลการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนมีดังนี้ 1) ด้านการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่นอยู่ในระดับ มาก 2) ด้านการคิดวิเคราะห์ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ อยู่ในระดับดีมาก และ 3) ด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นอยู่ในระดับดีมาก อีกทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Surapunpichit (2011, Abstract) ได้พัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษาการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความต้องการด้านทักษะชีวิตของนักศึกษาการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยผลการวิจัยสรุปได้ว่า ปัญหาที่สำคัญมี 4 ปัญหา ได้แก่ ปัญหายาเสพติด ปัญหาเรื่องเพศวัตถุนิยมและอินเตอร์เน็ตสาหรับนักศึกษาการศึกษานอกระบบและการศึกษา ตามอัธยาศัยปัญหาทักษะชีวิตที่พบคือ การตัดสินใจการแก้ปัญหาการจัดการกับอารมณ์และความเครียด ปัญหาเหล่านี้ส่งผลกับการดำเนินชีวิตทำให้เกิดความสับสนคับข้องใจและวิตกกังวล หากปล่อยไว้จะเกิดเป็นปัญหารุนแรงต่อไป นอกจากนั้นยังพบว่าปัญหาการสอนทักษะชีวิต คือ รูปแบบการจัดกิจกรรมที่กระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดแรงจูงใจที่จะเรียนรู้และเนื้อหาที่สามารถนำไปใช้พัฒนาทักษะชีวิตได้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. การเลือกกิจกรรม สำหรับการจัดการเรียนรู้เพื่อให้นักศึกษาเรียนรู้นอกห้องเรียน (กลับด้าน) ผู้สอนควรคำนึงถึงพื้นฐานความรู้ความสามารถ ประสบการณ์และความสนใจของผู้เรียน

2. ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ควรคำนึงถึงระยะเวลาในการทำงาน ความเหมาะสมของเวลาและภาระงานที่ทำ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรศึกษาตัวแปรอื่น ๆ เช่น ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการคิดอย่างมีวิจารญาณ ทักษะการคิดวิเคราะห์ เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

Bergmann, J., and Sams, A. (2012). *Flip Your Classroom Reach Every Student in Every Class Every Day.* USA: ISTE and ASCD.

Moeller, P. (2014). *Using a Flipped Learning Approach to Strengthen Pottery Skills & Comprehension. Master of Science in Education-Fine Arts.* USA: University of Wisconsin-River Falls.

WHO. (1994). *Life Skills Education for Children and Adolescents in Schools.* Geneva: WHO.

Department of Curriculum and Instruction Development. (2000). *School Management Guidelines for Learning Reform.* Bangkok: Kurusapa Printing Ladphrao.

Khamliang, K., et al. (2011). *Textbook for Basic Health Education 6, Mathayom 6.* Bangkok: Aimphan.

Surapunpichit, K. (2011). *Development of A Non–Formal Education Activity Model to Enhance Life Skills for the Non–Formal and Informal Education Students.* Doctoral dissertation, Ph.D., Chulalongkorn University, Bangkok.

Morrasi, C. (2013). *Learning Achievements from the Backward Design Instruction and Flipped Classroom on Social Network for the Course in Problem Analysis and Solution for Grade 5 Students.* Master thesis, M.S.Ind.Ed., King Mongkut's University of Technology Thonburi, Bangkok.

Damkham, T. (2013). *Results of Using Group Activity And R-C-A Questions to Promote Understanding in Computer Subject and to Develop Life Skills of Prathom Suksa 6 Students.* Master thesis, M.Ed., Chiang Mai University, Chiang Mai.

Jongnimitsathaporn, P., and Woranetsudathip, N. (2013). R-C-A Questioning Techniques and Life Skill Development. *Journal of Education Khon Kaen University,* 36(2), 1-5.

Thammabut, M. (2011). Improving the Quality of Learning using PBL (Problem-Based Learning). *Academic journal,* 5(2), 11-17.

Iamamnuaysuk, L. (2013). *Creating Media on Mobile Computing Devices About Movement in the System Introduction to Digital Using the Flipped Classroom Teaching Method.* Master thesis, M.S., Department of Computer for communication branch Graduate School, Bangkok.

Panich, W. (2013). *Teacher for Students Create A Flipped Classroom*. (2nd ed.). Bangkok: SR Printing Mass Products.

Office of the Basic Education Commission, Ministry of Education. (2016). *Guidelines for Developing Life Skills.* Bangkok: National Office of Buddhism.

Office of the Basic Education Commission, Ministry of Education. (2017). *Life Skills, 21st Century Teacher Code.* Bangkok: UNICEF Thailand.

Pahay, S. (2013). Flipped Classroom: A New Dimension of Classroom in the 21st Century. In *Documents Meeting of school administrators under the jurisdiction of the Phrae Primary Educational Service Area Office 2.* At the education area meeting room Phrae Primary Education Area 2 (Part 2). Phrae: Phrae Primary Educational Service Area Office 2.

****