



ผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามต่อการเสริมสร้าง ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชน ในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์

Effects of Group Dynamics Activities Integrating with Islamic Principles on Enhancing Positive Psychological Capital and Life Skills of Children and Youths in the Emirate Orphanage House

*นาเดีย หวันยะหา¹ อริยา คุหา² และ มัฮดี แวดรามะ³

Nateeya Wanyawa¹ Ariya Kuha² and Mahdee Waedramae³

¹นักศึกษาระดับปริญญาโท คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

¹Master's student, Faculty of Education, Prince of Songkla University

²⁻³ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ประจักษ์ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

²⁻³Asst. Prof. Dr., Faculty of Education, Prince of Songkla University

*Corresponding author. E-mail: Nateeya850@gmail.com

Received : July 16, 2022

Revised : February 6, 2023

Accepted : February 20, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามต่อการเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ และ 2) ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามต่อการเสริมสร้างทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือ เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ จำนวน 20 คน ที่มีคะแนนทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตในระดับปานกลางถึงต่ำ และสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที แบบประเมินทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและแบบประเมินทักษะชีวิตที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .94 และ .81 ตามลำดับ สถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติอนุพัราเมตริกแบบวิลคอกชัน ผลการวิจัยพบว่า 1) เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ หลังการทดลองมีทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 และ 2) เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ หลังการทดลองมีทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01



คำสำคัญ: กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, หลักการอิสลาม, ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก, ทักษะชีวิต, เด็กและเยาวชน, สถานสงเคราะห์

Abstract

The purposes of this research were to study (1) the effects of group dynamics activities integrating with Islamic principles on enhancing positive psychological capital of children and youths in the Emirates orphanage house, and (2) the effects of group dynamics activities integrating with Islamic principles on enhancing life skills of children and youths in the Emirates orphanage house. The research sample consisted of 20 children and youths in the Emirates orphanage house who had scores on positive psychological capital and life skills at the low to moderate levels and were willing to participate in group dynamics activities. The employed research tools were 12 group dynamics activities, each of which lasted for 60 minutes; a scale to assess positive psychological capital and a scale to assess life skills, with reliability coefficients of .94 and .81 respectively. Statistics for data analysis were the mean, standard deviation, and Wilcoxon test. The research findings revealed that 1) the post-experiment positive psychological scores of children and youths in the Emirates orphanage house, who participated in the group dynamics activities, were significantly higher than their pre-experiment counterpart scores at the .01 level of statistical significance; and (2) the post-experiment life skills scores of children and youths in the Emirates orphanage house, who participated in the group dynamics activities, were significantly higher than their pre-experiment counterpart scores at the .01 level of statistical significance.

Keywords: Group dynamics activities, Islamic principle, Positive psychological capital, Life skills, Children and youths, Emirates orphanage house

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันสภาพสังคม สิ่งแวดล้อม วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี ดิจิทัล และเศรษฐกิจมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วจากการขยายตัวของอุตสาหกรรมตลอดจนการเติบโตของธุรกิจท่องเที่ยวและบริการเหล่านี้ทำให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างสังคมไทยอย่างชัดเจน รวมไปถึงการเติบโตของเมืองและประชากรที่อาศัยในชุมชนเมือง การเพิ่มขึ้นของชุมชนแออัด ขนาดครอบครัวที่เล็กลง ตลอดจนลักษณะสัมพันธ์ภายในครอบครัวไทยที่เปลี่ยนแปลงไป มีอัตราการหย่าร้างที่เพิ่มสูงขึ้น เด็กและเยาวชนอาศัยอยู่โดยปราศจากพ่อแม่หรือห่างไกลพ่อแม่เพิ่มขึ้น สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นปัญหาสำคัญที่นำไปสู่ความเหลื่อมล้ำ ความยากจน ความด้อยโอกาสและความเสี่ยงที่เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชนหลายล้านคน ซึ่งอมรวิชช์ นาครทรรพ (2557) ได้จำแนกลักษณะเด็กด้อยโอกาสออกเป็น 4 กลุ่มใหญ่ ๆ ได้แก่ 1) กลุ่มเปราะบางทางเศรษฐกิจ เช่น เด็กยากจนพิเศษ เด็กที่อยู่ในครอบครัวใช้แรงงานหรือรับจ้าง 2) กลุ่มพิการและกลุ่มที่มีความต้องการพิเศษด้านการเรียนรู้ เช่น กลุ่มที่มีความพิการทางร่างกายและกลุ่มที่มีภาวะบกพร่องทางการเรียนรู้ 3) กลุ่มที่มีการรับรู้ผิดปกติ (learning disorder) สมาธิสั้น (ADHD) ออทิสติกและเรียนรู้ช้า (slow learner) และ 4) กลุ่มเปราะบาง



และทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์

ทางสังคมที่มีลักษณะปัญหาใหญ่ที่สุด เช่น กลุ่มพ่อแม่วัยรุ่นหรือเด็กที่มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยจนนำไปสู่การตั้งครรภ์ที่ยังไม่พร้อม เด็กกำพร้าถูกทอดทิ้ง เด็กที่ใช้สารเสพติด นอกจากนี้กลุ่มเปราะบางทางสังคมยังรวมถึงเด็กที่กระทำความคิดต้องคดีอยู่ในสถานพินิจ

การจำแนกลักษณะเด็กด้อยโอกาสในกลุ่มเด็กเปราะบางทางสังคมที่มีลักษณะเป็นเด็กกำพร้าและถูกทอดทิ้งที่จัดอยู่ในกลุ่มที่เป็นปัญหาใหญ่ที่สุด โดยสุทธิ จันทรวงษ์ (2561) ได้รายงานสถิติการดูแลเด็กและเยาวชนที่ประสบปัญหาในด้านต่าง ๆ เช่น พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ การเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสม หน่วยงานในสังกัดกรมกิจการเด็กและเยาวชน พบว่า สถิติการให้บริการในสถานรองรับเด็กที่มี 30 แห่ง บ้านพักเด็กและครอบครัวใน 77 จังหวัด ในปี 2559 มีเด็กและเยาวชนที่ประสบปัญหา 29,095 คน และในปี 2561 มีเด็กและเยาวชนที่ประสบปัญหา 75,294 คน ซึ่งเพิ่มขึ้นโดยในปี 2561 มีเด็กและเยาวชนที่ประสบปัญหา สามารถแยกเป็นประเด็นปัญหา เช่น เด็กที่ผู้ปกครองไม่สามารถเลี้ยงดู 10,866 คน ครอบครัวยากจน 46,896 คน ถูกกระทำรุนแรง 7,249 คน มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม 5,976 คน และเร่ร่อนถูกทอดทิ้ง 4,307 คน จากปัญหาดังกล่าวถือเป็นจุดเริ่มต้นและเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาทางร่างกาย จิตใจ และบุคลิกภาพ เพราะเด็กที่ขาดทั้งพ่อและแม่ในการอบรมเลี้ยงดู ขาดอาหารและความใกล้ชิด ขาดความรักความอบอุ่น ย่อมส่งผลต่อการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ไม่สมบูรณ์ มีสุขภาพจิตอ่อนแอ รู้สึกด้อยค่า ไม่กล้าแสดงออก ขาดการรับรู้ในความสามารถของตนเอง ขาดความไว้วางใจต่อผู้อื่น มักหนีปัญหา มองโลกในแง่ลบ และใช้ชีวิตเพื่อให้อยู่รอดไปในแต่ละวัน สอดคล้องกับมนพัทธ์ ระหงษ์ (2564) กล่าวว่า ปัญหาสำคัญของเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์เด็กกำพร้า คือ การขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ขาดการยอมรับจากสังคม ขาดการเห็นคุณค่าในตนเองรวมทั้งมีการใช้ชีวิตอย่างไรเป้าหมาย ตลอดจนขาดผู้นำกลุ่มเพื่อนทางศาสนาเพื่อนำไปใช้ในการชีวิตประจำวัน ดังนั้น เด็กและเยาวชนจึงควรได้รับการเสริมสร้างและพัฒนาในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านสุขภาพจิต พฤติกรรมกล้าแสดงออก ความมั่นใจในตนเอง และสามารถรับรู้ถึงศักยภาพของตนเอง การมีความคิดยืดหยุ่นเพื่อให้สามารถตัดสินใจแก้ไขปัญหาในชีวิต มีความหวังเพื่อพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีการมองโลกในแง่ดี จัดการกับภาวะอารมณ์และความเครียดได้ ตลอดจนมีการสร้างเป้าหมายในชีวิต เหล่านี้คือคุณลักษณะที่พึงประสงค์และเป็นองค์ประกอบของทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกที่สามารถเสริมสร้างให้แก่เด็กและเยาวชนที่ประสบปัญหาดังกล่าวได้

ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychological Capital: Psy Cap) หมายถึง คุณลักษณะทางจิตวิทยาที่มุ่งเน้นศึกษาจุดแข็งของบุคคล เน้นเรื่องสุขภาพจิตและสิ่งจำเป็นของสิ่งมีชีวิตมากกว่าความเจ็บป่วย และความผิดปกติทางกาย เพื่อพัฒนาบุคคลให้มีความสุขที่มาจากการได้พัฒนาตนเอง โดย Luthans et al. (2007) ได้แบ่งคุณลักษณะของทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ 1) ความหวัง (hope) 2) การรับรู้ความสามารถของตนเอง (efficacy) 3) ความยืดหยุ่นทางอารมณ์ (resiliency) และ 4) การมองโลกในแง่ดี (optimism) โดยคุณลักษณะเหล่านี้จะช่วยพยุ้งในการเผชิญปัญหา เพื่อให้สามารถผ่านพ้นสิ่งต่าง ๆ ไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า มีนักวิชาการที่ให้ความสนใจเกี่ยวกับทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก ดังเช่น ปิยะฉัตร สมบูรณ์ และคณะ (2564) ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 พบว่า หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีระดับทุนทางจิตวิทยาสีสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และฐปรัดน์ รักภานุสิทธิ์ และคณะ (2564) ศึกษาผลการฝึกโยคะต่อสมรรถภาพทางกาย สุขภาพและทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนักศึกษา พบว่าสมรรถภาพทางกายด้านความดันโลหิตซิสโตลิกและอัตราการหายใจหลังฝึกปฏิบัติโยคะลดลงต่ำกว่าก่อนการฝึก



ปฏิบัติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขและทุนจิตวิทยาเชิงบวกหลังการฝึกปฏิบัติโยคะมีค่าสูงกว่าก่อนการฝึกปฏิบัติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นอกจากทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกซึ่งเป็นทุนมนุษย์ที่สามารถเสริมสร้างให้แก่เด็กและเยาวชนที่ประสบปัญหาได้แล้ว ทักษะชีวิต (life skills) ซึ่งหมายถึง ความสามารถของบุคคลให้มีพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมเพื่อเผชิญกับสิ่งท้าทายต่าง ๆ และเผชิญกับแรงกดดันที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดย World Health Organization (1997) ได้แบ่งองค์ประกอบของทักษะชีวิตออกเป็น 10 ด้าน ได้แก่ 1) การตัดสินใจ (decision making) 2) การแก้ปัญหา (problem solving) 3) การมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ (creative thinking) 4) การมีความคิดอย่างมีวิจารณญาณ (critical thinking) 5) การสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ (effective communication) 6) การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (interpersonal relationship skills) 7) ความสามารถที่จะตระหนักรู้ในตนเอง (self-awareness) 8) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (empathy) 9) การจัดการภาวะอารมณ์ (coping with emotions) และ 10) การจัดการความเครียด (coping with stress) จากการที่ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรม พบว่า นักวิชาการที่ให้ความสนใจเกี่ยวกับทักษะชีวิต เช่น กุลชญา วงษ์เพ็ญ (2562) ศึกษากระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มมีทักษะชีวิตมากกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และทยาตรา รัตนภิญโญวานิช (2564) ศึกษาการพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษา พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตสูงกว่านักศึกษาที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากประเด็นที่น่าท้าทายดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาแนวทางเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างและพัฒนาเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์ให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งให้มีความพอใจต่อตนเอง เกิดแรงจูงใจภายในตนเอง ทั้งนี้จากการที่ได้ประมวลเอกสารได้พบแนวทางต่าง ๆ ในการปลูกฝังพัฒนาและเสริมสร้างคุณสมบัติดังกล่าว อาทิเช่น วิธีการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม โปรแกรมการฝึกอบรม การใช้กิจกรรมแนะแนว การใช้กิจกรรมกลุ่ม และโปรแกรมเสริมสร้างต่าง ๆ เช่น ศศิตา หมัดเหลี่ยม (2561) ได้ศึกษา ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตที่มีต่อทักษะชีวิตของนักเรียน นุชบา หะริณพลสิทธิ์ และคณะ (2561) ที่ศึกษาการเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม แนวทฤษฎี เหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม และฐปรัดน์ รักษ์ภาณุสิทธิ์ และคณะ (2564) ได้ศึกษา ผลการฝึกโยคะต่อสมรรถภาพทางกาย ความสุขและทุนจิตวิทยาเชิงบวกของ นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จะเห็นได้ว่าวิธีการต่าง ๆ เหล่านี้ มีประสิทธิภาพในการพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิต ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจพัฒนากิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตโดยการบูรณาการหลักการอิสลามที่ประกอบด้วย 1) หลักศรัทธาซึ่งมีอิทธิพลด้านจิตใจและจิตวิญญาณมากที่สุด ทั้งนี้หลักศรัทธาประกอบด้วย การศรัทธาต่ออัลลอฮ์ ศรัทธาต่อบรรดาศาสนทูตศรัทธาต่อบรรดาคัมภีร์ต่าง ๆ ศรัทธาในบรรดามาลาอิกะฮ์ (ทูตสวรรค์) ศรัทธาในวันอาคีเราะห์ (วันสุดท้ายแห่งการตัดสิน) และศรัทธาต่อการกำหนดความดีและความชั่วของอัลลอฮ์ 2) หลักปฏิบัติที่เป็นการปฏิบัติเพื่อยืนยันต่อความศรัทธา โดยหลักปฏิบัติที่ว่า ได้แก่ การปฎิญาณตน การละหมาด การถือศีลอด การบริจาคซะกาต และการบำเพ็ญฮัจญ์ ซึ่งเหล่านี้ คือ หลักยึดเหนี่ยวที่จะทำให้บุคคลใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต และสามารถก้าวผ่านบททดสอบที่เป็นอุปสรรคหรือเรื่องทุกข์ร้ายที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ (มอดียะ หมุดตะเหล็บ, 2560)



เมื่อได้ประมวลเอกสารข้างต้นก็พบว่ามีความสำคัญของเด็กและเยาวชนมุสลิม โดยเฉพาะเด็กกำพร้าซึ่งเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้วิจัยสนใจการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามสอดคล้องตามหลักศาสนาอิสลามที่มีความเชื่อว่า เด็กกำพร้าคือเด็กที่บิคาเสียชีวิต และยังไม่บรรลุนิติภาวะและต้องการความช่วยเหลือจากผู้ที่ได้รับสั่งเสียว่าจะคอยดูแล อาจจะด้วยทรัพย์สินของเขาที่เป็นบิคาทิ้งไว้ หรือยากจนไม่มีทรัพย์สินก็ต้องการผู้อุปการะเช่นกัน เพื่อให้สามารถผ่านพ้นอุปสรรคต่าง ๆ ในชีวิต เหตุนี้ศาสนาอิสลามจึงสนับสนุนให้มุสลิมเข้ามาช่วยเหลือประคับประคองเด็กกำพร้าแทนบิดาจริง ทั้งนี้ศาสนาอิสลามได้ยกระดับของผู้ที่เลี้ยงดูและช่วยเหลือเด็กกำพร้าให้บุคคลนั้นได้เป็นดุจชาวสวรรค์ และอยู่ในระดับสูงสุด คือได้อยู่ใกล้ชิดกับท่านนบี (มอดิยะ หมุดตะเหล็บ, 2560) และในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจศึกษากับกลุ่มตัวอย่าง เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์เด็กกำพร้า ณ บ้านเอมิเรตส์ จังหวัดสตูล เนื่องจากเป็นสถานสงเคราะห์ที่มีเด็กกำพร้าทั้งหมดนับถือศาสนาอิสลามและมีความต้องการที่จะได้รับการส่งเสริมทักษะที่จำเป็นในการดำเนินชีวิตให้กับตนเอง ดังนั้นทักษะที่มีความสำคัญกับเด็กและเยาวชน คือ ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตที่จะเสริมสร้างให้เด็กและเยาวชนมีความแข็งแกร่งในการดำเนินชีวิต ย่อมสามารถต่อสู้กับปัญหาอุปสรรคได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะพัฒนากิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามต่อการเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตให้แก่เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์เด็กกำพร้าบ้านเอมิเรตส์ โดยการนำทุนมนุษย์ที่สำคัญต่อการดำเนินชีวิต คือ ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตมาเสริมสร้างให้กับเด็กและเยาวชน อีกทั้งการพัฒนากิจกรรมกลุ่มในครั้งนี้ ผู้วิจัยมีการนำหลักการของศาสนาอิสลาม คือ หลักศรัทธาและหลักปฏิบัติมาบูรณาการเพื่อเสริมสร้างให้เกิดความเชื่อมั่นและยึดเหนี่ยวตามหลักศาสนา อีกทั้งยังเป็นการทำให้เกิดความมั่นคงต่อการคงอยู่ของทุนมนุษย์ที่เกิดจากความเชื่อและความศรัทธาที่มีมาแต่กำเนิดตามหลักการอิสลาม และเพื่อให้ได้แนวทางที่มีประสิทธิภาพสำหรับครูผู้ดูแลและผู้ปกครองในการทำงานร่วมกัน เพื่อสนับสนุนและช่วยเหลือให้เด็กและเยาวชนมีความพร้อมต่อการดำเนินชีวิต สามารถก้าวข้ามปัญหาอุปสรรคที่เข้ามาได้อย่างราบรื่น สามารถสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีและดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามต่อการเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก ของเด็กและเยาวชนบ้านเด็กกำพร้าเอมิเรตส์
2. เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามต่อการเสริมสร้างทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนบ้านเด็กกำพร้าเอมิเรตส์

สมมุติฐานของการวิจัย

1. เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามมีทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง
2. เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามมีทักษะชีวิตหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

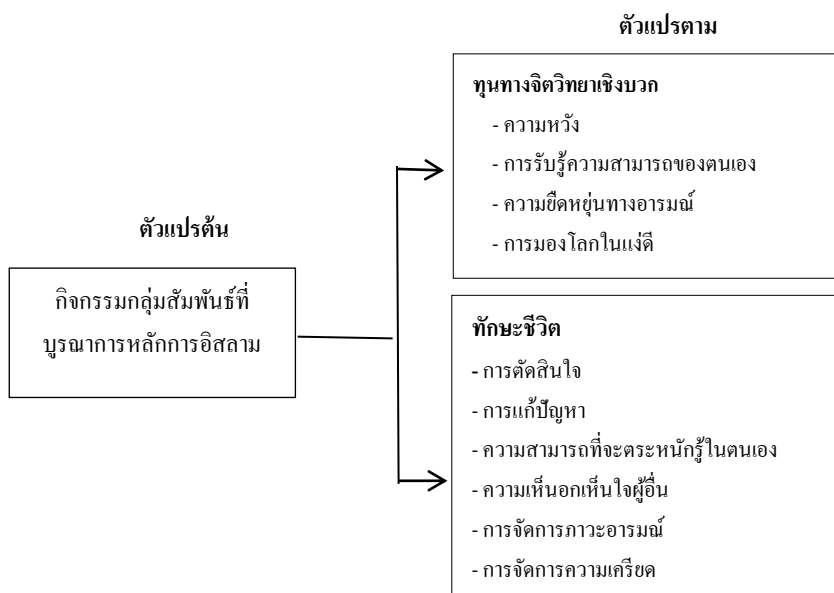


ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา คือ การศึกษาโดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามตามแนวคิดของผลการค้นคว้าของ Luthans et al. (2007) เพื่อเป็นการเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกตามแนวคิด Luthans et al. (2007) และทักษะชีวิตตามแนวคิด World Health Organization (1997) ที่มีผลต่อเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ ซึ่งเป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research)
2. ขอบเขตด้านประชากร คือ เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ จังหวัดสตูล ในปีการศึกษา 2564 จำนวน 55 คน
3. ขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษา ตัวแปรต้น คือ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลาม และตัวแปรตาม คือ ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิต
4. ขอบเขตด้านเวลา คือ ดำเนินกิจกรรม 12 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง รวมเป็น 12 ชั่วโมง ในปีการศึกษา 2564

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกตามแนวคิดของ Luthans et al. (2007) ประกอบด้วย 4 ด้าน และทักษะชีวิตตามแนวคิด World Health Organization (1997) ในที่นี้ผู้วิจัยเน้นศึกษา 6 ด้าน โดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามตามแนวคิดของผลการค้นคว้าของ Luthans et al. (2007) ซึ่งมี 4 ขั้นตอน คือ ขั้นนำ ขั้นกิจกรรม ขั้นอภิปราย และขั้นสรุปและประยุกต์ใช้ ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย



นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก หมายถึง ภาวะหรือคุณภาพทางจิตใจในด้านบวกของบุคคลที่ช่วยให้สามารถกำกับควบคุมความคิดและพฤติกรรมที่เหมาะสม สามารถปรับตัว จัดระบบความคิดความรู้สึกให้สามารถทำงานและดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข ประสบความสำเร็จผ่านพ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ ความหวัง การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความยืดหยุ่นทางอารมณ์ และการมองโลกในแง่ดี
2. ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถในการปรับตัวให้มีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้องและเหมาะสม เพื่อเผชิญกับสิ่งท้าทายที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ประกอบด้วย 6 ด้าน ได้แก่ การตัดสินใจ การแก้ปัญหา ความสามารถตระหนักรู้ตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การจัดการภาวะอารมณ์ และการจัดการความเครียด
3. หลักการอิสลาม หมายถึง ความเชื่อหรือแนวคิดที่กำหนดให้ผู้ที่นับถือศาสนาอิสลามปฏิบัติตามข้อบังคับที่บัญญัติไว้ เป็นการกำหนดไว้ว่าสิ่งใดที่ควรปฏิบัติ ควรส่งเสริม และสิ่งใดเป็นความชั่วที่ไม่ควรปฏิบัติ ควรละเว้นให้ห่างไกล ดำเนินชีวิตอยู่บนหลักคำสอนอย่างเคร่งครัดในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม มุ่งเน้นการทำ ความดีกับผู้อื่น ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ไม่จำกัดศาสนาด้วยกันในสังคม ตลอดจนมีต้นแบบที่สำคัญในประวัติศาสตร์อิสลาม ประกอบด้วย 2 หลักการ ได้แก่ หลักศรัทธา และหลักปฏิบัติ
4. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลาม หมายถึง กระบวนการดำเนินการในลักษณะกิจกรรมกลุ่มที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนบ้านเด็กกำพร้า โดยมี 4 ขั้นตอน คือ ขั้นนำ ขั้นกิจกรรม ขั้นอภิปราย และขั้นสรุปและประยุกต์ใช้ และดำเนินการจัดกิจกรรม 12 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง
5. เด็กและเยาวชน หมายถึง ผู้ที่มีเพศสภาพเป็นผู้หญิงที่นับถือศาสนาอิสลาม บิดามารดาเสียชีวิตหรือบิดาหรือมารดาเสียชีวิต กำลังพักอาศัยและได้รับการดูแลจากสถานสงเคราะห์เด็กกำพร้าบ้านเอมิเรตส์ จังหวัดสตูล อาศัยมาไม่น้อยกว่า 2 ปี และมีอายุระหว่าง 13-16 ปี

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ ผู้ที่มีเพศสภาพเป็นผู้หญิง นับถือศาสนาอิสลาม บิดามารดาเสียชีวิตหรือบิดาหรือมารดาเสียชีวิต พักอาศัยและได้รับการดูแลจากสถานสงเคราะห์เด็กกำพร้าบ้านเอมิเรตส์ จังหวัดสตูล ในปีการศึกษา 2564 อาศัยมาไม่น้อยกว่า 2 ปี และมีอายุระหว่าง 13-16 ปี จำนวน 55 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ที่มีเพศสภาพเป็นผู้หญิง นับถือศาสนาอิสลาม บิดามารดาเสียชีวิตหรือบิดาหรือมารดาเสียชีวิต พักอาศัยและได้รับการดูแลจากสถานสงเคราะห์เด็กกำพร้าบ้านเอมิเรตส์ จังหวัดสตูล ในปีการศึกษา 2564 จำนวน 20 คน ได้มาจากการคัดเลือกแบบเฉพาะเฉพาะจง โดยมีเกณฑ์การคัดเลือก ได้แก่ อาศัยมาไม่น้อยกว่า 2 ปี



มีอายุระหว่าง 13-16 ปี มีคะแนนทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตในระดับปานกลางถึงต่ำ และสนใจเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ฯ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลาม ประกอบด้วย 12 กิจกรรม ใช้เวลาจัดกิจกรรมละ 60 นาที ผู้วิจัยได้สร้างและพัฒนากิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลาม โดยมีการนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความถูกต้อง และนำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามที่สร้างขึ้นเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน พิจารณาขอความเห็นชอบและตรวจสอบคุณภาพ ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 จากนั้นได้แก้ไขปรับปรุงให้มีความสมบูรณ์เพื่อนำไปจัดกิจกรรมให้กลุ่มเป้าหมาย โดยมีรายละเอียดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ได้แก่ ครั้งที่ 1 สานสัมพันธ์ฉันและเธอ ครั้งที่ 2 ตัวตนของฉัน และเชื่อมั่นว่าอัลลอฮ์คือผู้สร้างสิ่งที่มีอยู่ ครั้งที่ 3 เก่งและดี อัลลอฮ์ คือผู้กำหนดกฎเกณฑ์ไว้ในด้านพฤติกรรมที่อยู่ในความควบคุมของสติปัญญา ความสามารถ และสติปัญญาให้กับมนุษย์ ครั้งที่ 4 เส้นทางที่เลือกเดิน อัลลอฮ์เป็นพระองค์เดียวที่จะเป็นผู้กำหนดจุดมุ่งหมายของการใช้ชีวิต ครั้งที่ 5 เส้นทางแก้ปัญหามีมากกว่า 1 ทาง ความสำเร็จของมนุษย์จะไม่เกิดขึ้น เว้นแต่ด้วยความช่วยเหลือของอัลลอฮ์ ครั้งที่ 6 ฉันควรตัดสินใจอย่างไรดี และเชื่อมั่นว่าอัลลอฮ์จะอยู่เคียงข้างทุกการตัดสินใจ ครั้งที่ 7 ตัดสินใจได้ แก้ปัญหาเป็น จิตใจกำลังสับสนกับการตัดสินใจเมื่อประสบปัญหาว่าน่าวุ่นวายใจ การปรึกษาอัลลอฮ์ด้วยการละหมาด คือ ทางออกที่ดีที่สุด ครั้งที่ 8 การจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม การถือศีลอดนั้นเป็นโล่ป้องกันเมื่อผู้ใดถือศีลอดแล้วอย่าได้พุดจาหยาบ และมีความสงบทางอารมณ์ ครั้งที่ 9 สัมภาษณ์คู่หู ทุกอย่างที่เกิดขึ้นนั้นมาจากความต้องการของพระองค์ และมนุษย์ทุกคนมีสิทธิเท่าเทียมกัน ควรได้รับความเห็นอกเห็นใจจากผู้อื่น ครั้งที่ 10 เธอกับฉันสัมพันธ์ภาพบนความแตกต่าง อัลลอฮ์จะสร้างมนุษย์มาบนความแตกต่างกัน แต่ทุกคนสามารถอยู่ร่วมกันได้ด้วยการคอยช่วยเหลือในส่วนที่ไม่สมบูรณ์ ครั้งที่ 11 ฉันเป็นอย่างไรในตอนนี้ ทุกอย่างคือการกำหนดจากอัลลอฮ์ ครั้งที่ 12 จุดหมายปลายทาง การนำหลักศรัทธาและหลักปฏิบัติมาใช้ในการดำเนินชีวิตจะทำให้สามารถก้าวผ่านกับบททดสอบที่เข้ามาในชีวิต เป็นต้น

2. แบบประเมินทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก เป็นแบบ Likert Scale 5 ระดับ ได้แก่ สูงมาก สูง ปานกลาง ต่ำ และต่ำมาก ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ความหวัง การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความยืดหยุ่นทางอารมณ์ และการมองโลกในแง่ดี ตามแนวคิดของ Luthans et al. (2007) และพัฒนารายการคำถามจากแบบประเมินของจารูวรรณ แสงด้าว (2556) โดยให้ครอบคลุมตามโครงสร้างของนิยามศัพท์ที่ได้กำหนดไว้จำนวน 46 ข้อ และได้นำเสนอให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 คน โดยได้ค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 แก้ไขปรับปรุงให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น นำแบบประเมินที่ผ่านการปรับปรุงแก้ไขไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน ได้ค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.20 - 1.00 และหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .94 แบบประเมินมีจำนวน 30 ข้อ ตัวอย่างเช่น ฉันกำหนดเป้าหมายในชีวิตเพื่อให้สำเร็จลุล่วงตามที่ตั้งไว้ ฉันมั่นใจในความสามารถของตนเอง และฉันสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน ๆ และสถานการณ์ใหม่ได้ เป็นต้น



3. แบบประเมินทักษะชีวิต เป็นแบบ Likert Scale 5 ระดับ ได้แก่ สูงมาก สูง ปานกลาง ต่ำ และต่ำมาก ประกอบด้วย 6 ด้าน คือ การตัดสินใจ การแก้ปัญหา ความสามารถตระหนักรู้ในตนเอง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การจัดการภาวะอารมณ์ และการจัดการความเครียด ตามแนวคิด World Health Organization (1997) ได้พัฒนารายการคำถามจากแบบประเมินของเบญจวรรณ ภูตินันท์ (2559) ให้ครอบคลุมตามโครงสร้างของนิยามศัพท์ที่ได้กำหนดไว้ และได้นำเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน พิจารณาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 แก้ไขปรับปรุงให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น นำแบบประเมินที่ผ่านการคัดเลือกไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 30 คน ได้ค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.20 - 1.00 และได้ค่าความเชื่อมั่นด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ทั้งฉบับเท่ากับ .81 แบบประเมินจำนวน 31 ข้อ ตัวอย่างเช่น ฉันมักจะสอบถามรายละเอียดก่อนการตัดสินใจ ฉันสามารถพัฒนาข้อดีในตนเองให้ดีขึ้นได้อีกได้ และฉันรู้ว่าเมื่อเกิดความขัดแย้ง ต้องหาเหตุผลที่ดีและเหมาะสมในการเจรจาทำข้อยุติ เป็นต้น

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยได้ยื่นเอกสารการพิจารณารับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี เลขที่โครงการคือ psu.pn.๑-๐๔๕/๖๔ และยื่นเอกสารถึงผู้อำนวยการสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์จังหวัดสตูลเพื่อขอความร่วมมือในการทำวิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คนที่มีคุณสมบัติตามที่ผู้วิจัยกำหนด คือ มีอายุตั้งแต่ 13 - 16 ปี สามารถอ่าน ฟัง เขียนและสื่อสารภาษาไทยได้ มีคะแนนทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกในระดับปานกลางถึงต่ำ (3.49-1.50) และคะแนนทักษะชีวิตในระดับปานกลางถึงต่ำ (3.00-1.01) ยินยอมเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้และได้รับประเมินทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในการวิจัยครั้งนี้

การทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการวิจัยได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลาม โดยดำเนินกิจกรรม 12 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวมเป็น 6 สัปดาห์ ใช้เวลาครั้งละ 1 ชั่วโมง บันทึกผลในการจัดกิจกรรมทุกครั้ง

หลังการทดลอง ประเมินทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตภายหลังกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เสร็จสิ้น เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องครบถ้วน และนำมาวิเคราะห์ข้อมูลตามระเบียบวิธีการทางสถิติต่อไป

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิตินอนพารามตริกแบบวิลคอกซัน

ผลการวิจัย

1. การวิเคราะห์ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลาม ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลาม (n=20)

ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง			Z
	M	SD	แปลผล	M	SD	แปลผล	
ความหวัง	2.74	.29	ปานกลาง	3.51	.32	สูง	3.74**
การรับรู้ความสามารถของตนเอง	2.78	.24	ปานกลาง	3.41	.19	ปานกลาง	3.73**
ความยืดหยุ่นทางอารมณ์	2.76	.31	ปานกลาง	3.38	.18	ปานกลาง	3.93**
การมองโลกในแง่ดี	2.99	.21	ปานกลาง	3.31	.17	ปานกลาง	3.37**
รวม	2.82	.17	ปานกลาง	3.41	.11	ปานกลาง	3.82**

** $p < .01$

จากตารางที่ 1 พบว่า คะแนนรวมทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามของเด็กและเยาวชนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 เมื่อวิเคราะห์เชิงลึก พบว่า ก่อนการทดลองในภาพรวมทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกอยู่ในระดับปานกลาง โดยด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดที่สุด คือ ด้านการมองโลกในแง่ดี รองลงมา คือ ด้านการรับรู้ความสามารถของตนเอง และคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านความหวัง ส่วนหลังการทดลองในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดที่สุด คือ ด้านความหวัง รองลงมา คือ ด้านการรับรู้ความสามารถของตนเอง และคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านการมองโลกในแง่ดี สามารถสรุปผลได้ว่า เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามมีทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกรายด้านทั้ง 4 ด้าน หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องตามสมมติฐานข้อที่ 1

2. การวิเคราะห์ทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนบ้านเด็กกำพร้าเอมิเรตส์ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลาม ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบทักษะชีวิตระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลาม (n=20)

ทักษะชีวิต	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง			Z
	M	SD	แปลผล	M	SD	แปลผล	
การตัดสินใจ	2.75	.30	ปานกลาง	3.35	.27	สูง	3.73**
การแก้ปัญหา	2.86	1.33	ปานกลาง	3.39	.39	สูง	3.31**
ความสามารถตระหนักรู้ในตนเอง	2.78	.94	ปานกลาง	3.58	.23	สูง	3.46**
ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	2.98	.27	ปานกลาง	3.47	.30	สูง	3.31**
การจัดการภาวะอารมณ์	2.83	1.31	ปานกลาง	3.50	.31	สูง	2.97**



ตารางที่ 2 (ต่อ)

ทักษะชีวิต	ก่อนการทดลอง			หลังการทดลอง			Z
	M	SD	แปลผล	M	SD	แปลผล	
การจัดการความเครียด	3.00	.29	ปานกลาง	3.71	.23	สูง	3.90**
รวม	3.00	.34	ปานกลาง	3.50	.10	สูง	3.04**

** $p < .01$

จากตารางที่ 2 พบว่า คะแนนรวมทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อวิเคราะห์เชิงลึกพบว่า ก่อนการทดลองในภาพรวมทักษะชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านการจัดการความเครียด รองลงมา คือ ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านการตัดสินใจ ส่วนหลังการทดลองในภาพรวมอยู่ในระดับสูง โดยด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านการจัดการความเครียด รองลงมา คือ ด้านความสามารถตระหนักรู้ในตนเอง และคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านการตัดสินใจ สามารถสรุปผลได้ว่า เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามมีทักษะชีวิตรายด้านทั้ง 6 ด้าน หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ในข้อที่ 2

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยเรื่อง ผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามต่อการเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ สามารถอภิปรายผลการวิจัยดังรายละเอียดต่อไปนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 พบว่า ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามของเด็กและเยาวชนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อวิเคราะห์เชิงลึก พบว่า ก่อนการทดลองในภาพรวมทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกอยู่ในระดับปานกลาง โดยด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุด คือ ด้านการมองโลกในแง่ดี รองลงมา คือ ด้านการรับรู้ความสามารถของตนเอง และคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านความหวัง ส่วนหลังการทดลองในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุด คือ ด้านความหวัง รองลงมา คือ ด้านการรับรู้ความสามารถของตนเอง และคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านการมองโลกในแง่ดี ดังนั้นสามารถสรุปผลได้ว่า เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามมีทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกรายด้านทั้ง 4 ด้าน หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องตามสมมติฐานข้อที่ 1 อภิปรายได้ว่า กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นได้ประยุกต์ใช้หลักการจัดกิจกรรมตามทฤษฎีสนาม (Lewin, 1947) ที่มีการรวมกลุ่มและใช้การสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในรูปแบบที่ทุก ๆ คนได้พัฒนาตนเองด้านการกระทำ ความรู้สึกและความคิด



ส่งผลให้มีการปรับตัว โดยแสดงออกซึ่งความรู้สึก ได้คิดและตัดสินใจ พยายามช่วยกันทำงานที่รับผิดชอบ พยายามปรับบุคลิกภาพของตนเองที่มีความแตกต่างกันให้เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน จึงทำให้เกิดพลังหนุนเสริมด้วยกันให้เป็นแรงผลักดันให้การทำงานเป็นไปได้ด้วยดี อีกทั้งทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ (Johnson et al., 2000) ที่เน้นกิจกรรมกลุ่มให้เด็กและเยาวชนทุกคนมีปฏิสัมพันธ์ทุก ๆ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย ด้านวาจา และด้านจิตใจ เพราะการที่เด็กได้เรียนรู้ระหว่างกันและกันส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Freud, 1939) ที่เชื่อว่าการดำเนินกิจกรรมกลุ่มจะต้องอาศัยแรงจูงใจ ซึ่งอาจเป็นรางวัลหรือผลจากการทำงานในกลุ่มและได้มีโอกาสแสดงตนอย่างเปิดเผย ซึ่งจะช่วยให้กลุ่มเกิดความเข้าใจในตนเองและผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น

นอกจากนั้นผู้วิจัยได้นำหลักการอิสลาม หลักศรัทธาที่เชื่อมั่นด้วยจิตใจของบุคคลที่นับถือศาสนาอิสลาม โดยปราศจากการแหว่งสะงายหรือโต้แย้งใด ๆ และมอบหมายความรักอย่างเต็มเปี่ยมต่ออัลลอฮ์ และหลักปฏิบัติอันเป็นหน้าที่และกิจวัตรที่จะต้องปฏิบัติให้พร้อมทั้ง 3 ทาง คือ กาย วาจา และใจ และสอดคล้องกับศรัทธาและวิถี (2563) พบว่า การมีหลักการอิสลามในจิตใจทำให้เด็กและเยาวชนเปิดใจยอมรับในข้อกำหนด และการทดสอบความอดทน โดยการระลึกถึงอัลลอฮ์ตลอดเวลา และอดทนกับการทดสอบของอัลลอฮ์ ละหมาดขอพร อ่านอัล-กุรอาน เชื่อว่าทุกอย่างเป็นการทดสอบของอัลลอฮ์ และพร้อมที่จะทำความดีต่อไป นอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ที่ผู้วิจัยได้พัฒนาครั้งนี้ได้ดำเนินตามหลักการและวิธีการที่ได้วางแผนไว้ คือ ขึ้นมาเป็นการปูพื้นฐานสร้างความพร้อมและสร้างบรรยากาศที่เหมาะสมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ให้เกิดความสนิทสนม รู้จักกันและกันขึ้นกิจกรรมเป็นการลงมือปฏิบัติเพื่อให้เกิดประสบการณ์ตรง ขึ้นอภิปรายการมีโอกาสดูแลแสดงความรู้สึกและเสนอความคิดเห็นหลังจากที่ได้ทำกิจกรรม และขึ้นสรุป/ประยุกต์ใช้ จากการที่ได้ร่วมกันอภิปรายจนเกิดความเข้าใจและกระตุ้นให้คิดต่อไปถึงการเรียนรู้ที่ได้รับเพื่อนำไปใช้ในชีวิตรจริง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยบุษบา เจริญผลสิทธิ์ (2561) ที่ศึกษาการเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนักเรียนโดยการให้คำปรึกษากลุ่มแนวทฤษฎี เหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม พบว่า โดยรวมและรายองค์ประกอบของทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก ทุกองค์ประกอบมีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นหลังเข้าร่วมการให้คำปรึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับผลการวิจัยของปิยะฉัตร สมบูรณ์ และคณะ (2564) ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนครราชสีมา พบว่า หลังการทดลองมีระดับทุนทางจิตวิทยาสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สมมติฐานข้อที่ 2 พบว่า ทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อวิเคราะห์เชิงลึก พบว่า ก่อนการทดลองในภาพรวมทักษะชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านการจัดการความเครียด รองลงมา คือ ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านการตัดสินใจ ส่วนหลังการทดลองในภาพรวมอยู่ในระดับสูง โดยด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านการจัดการความเครียด รองลงมา คือ ด้านความสามารถตระหนักรู้ในตนเอง และคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านการตัดสินใจ ดังนั้นจึงสอดคล้องตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ในข้อที่ 2 เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านเอมิเรตส์ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม



สัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามมีทักษะชีวิตหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อภิปรายได้ว่า การที่เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ มีทักษะชีวิตสูงขึ้น อาจเป็นเพราะว่าเด็กและเยาวชนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เกิดการตระหนักรู้ เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ได้รับการฝึกการตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ เรียนรู้การจัดการกับอารมณ์และความเครียด ได้ฝึกแนวทางปฏิบัติตนที่เหมาะสม ปรับตนเองเพื่อยอมรับที่จะปรับความคิดความรู้สึก ได้รับการพัฒนากระบวนการคิดและการตัดสินใจจนสามารถนำแนวทางที่ค้นพบไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้องตามสถานการณ์ นอกจากนี้ในการที่ได้มีโอกาสเข้าร่วมแสดงความคิดเห็น ร่วมอภิปรายกับกลุ่มเสมือนเป็นการได้ระบายความรู้สึกความคับข้องใจที่มีอยู่ จึงเกิดความกล้าและเชื่อมั่นที่จะเผชิญกับปัญหาอุปสรรค

อีกทั้งยังได้มีการเรียนรู้การนำหลักการอิสลามทั้งหลักศรัทธาและหลักปฏิบัติมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินกิจกรรมทำให้เด็กและเยาวชนสามารถสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจได้อย่างหนักแน่น ตัวอย่างเช่น กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามในครั้งที่ 2 “ตัวตนของฉัน” บูรณาการหลักการอิสลาม คือ หลักศรัทธาต่อการกำหนดสภาพการณ์ของอัลลอฮ์ ทุกสิ่งที่เกิดขึ้นย่อมมาจากความต้องการของพระองค์เพียงองค์เดียว ความถนัดความสามารถ จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง และความแตกต่างระหว่างบุคคล และในขั้นสรุปและประยุกต์ใช้ได้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันซึ่งกันและกัน และตัวอย่างกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามใน ครั้งที่ 6 “ฉันควรตัดสินใจอย่างไร” ผู้วิจัยได้บูรณาการหลักการอิสลาม คือ หลักการปฏิบัติละหมาด เพราะหากจิตใจกำลังสับสนกับการตัดสินใจเมื่อประสบปัญหาวุ่นวายใจ ไม่แน่ใจต่อการเลือกหนทางหรือตัดสินใจแบบไหนดี การทำให้จิตใจสงบนิ่งทั้งทางร่างกายและจิตใจ เพื่อที่จะมีสติต่อสู้กับปัญหาอุปสรรคด้วยตนเองให้ถึงที่สุด และขอพรจากพระองค์ให้สามารถค้นหาแนวทางในการให้ได้คำตอบต่าง ๆ หรือขอพรขณะละหมาดให้ผ่านพ้นปัญหาอุปสรรคที่กำลังพบเจอได้อย่างเร็วและง่ายดาย ดังนั้นการปรึกษาอัลลอฮ์ด้วยการอ่อนน้อมขณะละหมาด คือ ทางออกที่ดีที่สุด สอดคล้องกับซารีนา สาและ (2560) ที่พบว่า หลักการอิสลามทำให้เด็กและเยาวชนเกิดความสบายใจ มีสติ ลดความกลัวและมีหนทางแก้ปัญหาช่วยให้จิตใจมีความสงบ มีความหวัง มีกำลังใจ ซึ่งเป็นการเยียวยาจิตใจในภาวะที่ถูกกดดันหรือวิตกกังวล ทำให้จิตใจผ่อนคลาย เพิ่มพลังภายในจิตใจให้เข้มแข็งเสมอ นอกจากนั้นเป้าหมายของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ยังยึดหลักการปฏิบัติที่ส่งผลให้การพัฒนาทักษะชีวิตด้านต่าง ๆ นำสู่ความสำเร็จซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยกุลชญา วงษ์เพ็ญ (2562) ศึกษากระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต พบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มีทักษะชีวิตมากกว่า นักเรียนที่ไม่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับทยาตา รัตนภิญ โยวานิช (2564) ที่ได้ศึกษาการพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษาระดับอุดมศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาทักษะชีวิต จำนวน 249 คน ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตสูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะสำหรับนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ผู้วิจัยและผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถนำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามต่อการเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตไปใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การจัดกิจกรรมแนะแนวตามความเหมาะสมของพัฒนาการเด็กและเยาวชน และควรศึกษาวิธีการให้เข้าใจก่อนนำไปใช้

1.2 ผู้วิจัยและผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถนำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลามไปศึกษากับเด็กเยาวชนในวัยต่าง ๆ เพื่อปูพื้นฐานปลูกฝังทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิต โดยจัดกิจกรรมให้เหมาะกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการจะศึกษา เพื่อพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตให้แก่เด็กและเยาวชนต่อไป

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ผู้วิจัยและผู้ที่เกี่ยวข้องควรศึกษาตัวแปรตามอื่น ๆ ซึ่งเป็นคุณลักษณะของเด็กและเยาวชนที่สามารถพัฒนาได้โดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่บูรณาการหลักการอิสลาม เช่น ทักษะทางสังคม แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และความมานะบากบั่น

2.2 ผู้วิจัยและผู้ที่เกี่ยวข้องควรศึกษาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตกับสถาบันอื่น ๆ ในบริบทเดียวกันกับกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้ว่าผลของการวิจัยทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกและทักษะชีวิตที่เหมือนหรือแตกต่างจากผลการวิจัยนี้อย่างไร

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยฉบับนี้ประสบความสำเร็จด้วยดี ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่ให้งบประมาณการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ขอขอบคุณความกรุณาของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อริยา คูหา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. มัสดี แวดราเม อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ตลอดจนกรรมการสอบทุกท่านที่ให้คำแนะนำในการวิจัย ขอขอบคุณเด็กและเยาวชนทุกคนที่สละเวลาในการเข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้

รายการอ้างอิง

กุลขญา วงษ์เพ็ญ. (2562). การศึกษากระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต: กรณีศึกษานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง. วารสารวิจัยรามคำแหง ฉบับมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 22(1), 103-109.

หมอดิยะ หมุดตะเหล็บ. (2560). การบริหารองค์กรเพื่อการพัฒนาสังคมของมูลนิธิศรัทธาชนเพื่อการศึกษา และเด็กกำพร้า [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์]. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.



จารุวรรณ แสงด้วง. (2556). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตวิทยาเชิงบวกของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนผดุงปัญญจังหวัดตาก [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์]. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

ชาрина สาและ. (2560). ผลของโปรแกรมสุขภาพจิตศึกษาบนพื้นฐานหลักศาสนาอิสลามต่อพฤติกรรมการดูแลของผู้ดูแลในครอบครัวเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาพร้อมกับภาวะสมาธิสั้น [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์]. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

ฐปรัตน์ รักภานุสิทธิ์, อริยา กูหา และ สุจิรา วิชัยดิษฐ์. (2564). ผลการฝึกโยคะต่อสมรรถภาพ ทางกาย สุขภาพ และทุนจิตวิทยาเชิงบวกของนักศึกษาในระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้, 8(1), 152-164.

ทยาตา รัตนกัญญาพานิช. (2564). การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต สำหรับนักศึกษา ระดับอุดมศึกษา. วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์, 15(3), 46-60.

บุษบา ะริณพลสิทธิ์. (2561). การเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนักเรียนอาชีวศึกษา โดยการให้คำปรึกษากลุ่มแนวทฤษฎีเหตุผล อารมณ์ พฤติกรรม. วารสารวิชาการอุตสาหกรรมศึกษา, 12(1), 90-103.

เบญจวรรณ ภูตินันท์. (2559). ผลการใช้ชุดการสอนวิชาสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม สาระพระพุทธศาสนา เพื่อส่งเสริมทักษะการดำเนินชีวิต [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์]. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

ปิยะฉัตร สมบูรณ์, กาญจนวัลย์ ปรีชาสุชาติ และ วัลลยา ธรรมอภิบาลอินทนิ. (2564). การศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างทุนทางจิตวิทยาของนักเรียนโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 39 จังหวัดนราธิวาส. วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยวิทยาเชิงพุทธ, 6(6), 122-138.

ผลการรัตน์ เสือเปรม. (2559). ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของเด็กไทยในประชาคมอาเซียนสำหรับนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์]. มหาวิทยาลัยนเรศวร.

มนพัทธ์ ระหงษ์. (2564). การเสริมสร้างความมุ่งมั่นในชีวิตของนักเรียนที่มีผู้อุปการะโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม. วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, 9(2), 29-41.

วิศรุต เลาะวิถี. (2563). การเสริมสร้างสุขภาวะตามแนวทางของศาสนาพุทธแห่งอิสลาม. วารสารศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต, 15(2), 65-76.

ศศิตา หมัดเหล็ม. (2561). ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างทักษะชีวิตที่มีต่อทักษะชีวิตของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำในสังกัดกรุงเทพมหานคร. วารสารศึกษาศาสตร์, 19(1), 193-203.

สุทธิ จันทรวงษ์. (2561, 11 กันยายน). พม.เผยปี 61 เด็ก-เยาวชนประสบปัญหากว่า 7.5 หมื่นคน. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ. <https://www.thaihealth.or.th/?p=250284>



อมรวิรัช นาคทรพรพ. (2557). *เด็กคือโอกาสจุดพลิกผันอนาคตของชาติ*. มาตาการพิมพ์.

Freud, S. (1939). *Group psychology and the analysis of the ego* Sigmund Freud. Bantam Books.

Johnson, D. W., Johnson, R. T., & Stanne, M. B. (2000). *Cooperative learning method: A meta-analysis*.

Minnesota: University of Minnesota University.

Lewin, K. (1947). *Frontiers in group dynamics: Concept, method and reality in social science; Social equilibria and social change*. Human Relations

Luthans, F., Avey, B., Avolio, B., & Norman, S. M. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology*, 60(3), 541-572.

World Health Organization. (1997). *Life skills education in schools*. Division of Mental Health and Prevention of Substance Abuse World Health Organization, Geneva Switzerland.