

การพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาเอกชน

SELF-MANAGEMENT SKILLS DEVELOPMENT OF FIRST YEAR STUDENTS IN PRIVATE HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

ชมนุช พุฒินทร¹ พิชิต ฤทธิจรูญ² และปรศนีย์ สุตสม³

Chompunoot Putinatr¹ Pichit Ritcharoon² and Prassanee Sutsom³

^{1,2,3}คณะศึกษาศาสตร์ สถาบันการจัดการปัญญาภิวัตน์

^{1,2,3}Faculty of Education, Panyapiwat Institute of Management

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพการจัดการตนเองของนักศึกษา เพื่อสร้างชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษา และเพื่อทดลองและประเมินผลการประยุกต์ใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาสภาพทักษะการจัดการตนเองคือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 341 คน และกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองประเมินผลการประยุกต์ใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองคือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาการสอนภาษาจีน คณะศึกษาศาสตร์ และสาขานวัตกรรมการจัดการเกษตร คณะนวัตกรรมการจัดการเกษตร จำนวน 85 คน ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างง่ายด้วยวิธีการจับฉลาก (Simple Random Sampling) จำนวน 2 คณะ เพื่อให้มีความเหมาะสมกับการทดลองใช้ชุดกิจกรรมและสามารถควบคุมการดำเนินงานด้านการวิจัยได้ เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ 1) แบบสอบถามเพื่อศึกษาสภาพการจัดการตนเองของนักศึกษา 2) ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษา และ 3) แบบประเมินผลการประยุกต์ใช้กิจกรรมทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษา

ผลการวิจัยพบว่า

1. สภาพการจัดการตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 341 คน นักศึกษามีการจัดการตนเองอยู่ในระดับดี ในด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นและด้านการเรียน ส่วนการจัดการตนเองที่อยู่ในระดับปานกลางคือ ด้านสุขภาพ ด้านเวลา และด้านการเงิน
2. ผลการหาประสิทธิภาพของชุดพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษา มีค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 80.15/84.00 เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ (80/80)
3. ผลการประยุกต์ใช้กิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษา หลังการใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเอง นักศึกษามีทักษะการจัดการตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยการพัฒนาทักษะการจัดการตนเองได้ดำเนินการพัฒนา 3 ขั้นตอน ดังนี้ 1) ขั้นให้ความรู้ 2) ขั้นให้ลงมือปฏิบัติ 3) ขั้นให้ทดสอบความถูกต้อง

คำสำคัญ: ทักษะการจัดการตนเอง ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเอง

Abstract

The purposes of this study are to investigate the condition of self-management of the students in order to develop a self-management skill development kit for the students and to experiment and evaluate the results from applying the kit to the students of private higher education institutions. The initial samples were as follows. The students selected for investigating the condition of their self-management skills were 341 first-year students of the institute. The samples for experimenting with the self-management skill development kit were the first-year students studying in the Chinese Education Program in the Faculty of Education and the Agricultural Innovations Program in the Faculty of Agricultural Innovations. There were 85 final samples. They were sampled with the stratified sampling method with nine levels according to their faculties, and then sampled with the simple random sampling method. The data collection tools were 1) a self-management questionnaire for the students, 2) a self-management skill development kit, and 3) an evaluation form for the results from using the kit.

Results are as follows:

1. The self-management skills of 341 first year students, in terms of the inter-personal relationship and learning management, are in the good level while they in the moderate level in terms of health, time and financial management.

2. The efficiency of the self-management skill development kit for the students is 80.15/84.00; thus, meeting the 80/80 efficiency criterion.

3. The means of the self-management skill development of the students, after using the kit, are higher than those before using the kit with the statistical significance level of .05. The development of students' self-management skills takes 3 steps: 1) providing knowledge; 2) putting knowledge into practice; and 3) examining the results.

Keywords: Self-management Skills, Learning Activity Package for Development of Self-Management Skills

บทนำ

โลกในศตวรรษที่ 21 มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว เพราะความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีสารสนเทศทำให้โลกแห่งการเรียนรู้เปิดกว้างและง่ายต่อการเข้าถึง ขณะเดียวกันตลาดแรงงานก็ต้องการบัณฑิตที่มีความคิดสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ มีความเป็นเลิศทั้งวิชาการและเต็มเปี่ยมด้วยทักษะในการดำเนินชีวิตและการทำงาน พร้อมทั้งจะเรียนรู้และรู้เท่าทันโลกที่เปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา (School in Focus, 2012) จึงทำให้เกิด

ความจำเป็นในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ใหม่และทักษะชีวิตชุดใหม่ (Khammani, 2002) สถานการณ์ของโลกยุคปัจจุบันเปลี่ยนแปลงไปสู่การนำวิทยาการและเทคโนโลยีใหม่ๆ เข้ามาช่วยอำนวยความสะดวกแก่มนุษย์ทุกซอกทุกมุมบนโลกกลายเป็นแหล่งเก็บรวบรวมองค์ความรู้ขนาดใหญ่ ที่หากสนใจอยากรู้ก็สามารถค้นหาได้ผ่านทางอินเทอร์เน็ตขอเพียงแค่คลิก เพราะโลกของเราเริ่มก้าวเดินไปสู่ศตวรรษที่ 21 ศตวรรษที่ “ความรู้” หาได้ง่ายดาย แต่การพัฒนาให้มนุษย์มี “ทักษะ” เป็น

นัยสำคัญยิ่งกว่า (School in Focus, 2012)

ทักษะการจัดการตนเองเป็นทักษะชีวิตที่เป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาบุคคลทุกช่วงวัย โดยเฉพาะนักศึกษา หากได้รับการเสริมสร้างเกี่ยวกับทักษะชีวิต โดยการปูพื้นฐานให้นักศึกษาได้เรียนรู้และรู้จักจัดการตนเองจะทำให้ นักศึกษามีต้นทุนชีวิตที่ดี มีความพร้อมในการปรับตัว รวมทั้งมีความสามารถในการรับผิดชอบตนเอง จัดการ กับความต้องการและสิ่งต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะทักษะในด้าน 1) การเงิน 2) เวลา 3) สุขภาพ 4) การเรียน 5) ความสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นทักษะ 5 ด้าน ที่สำคัญยิ่งที่ทำให้บุคคลนั้นสามารถดำเนินชีวิตในสังคม ได้อย่างมีความสุข

ด้วยความสำคัญของการศึกษาซึ่งเราเชื่อว่าเป็นรากฐานที่สำคัญที่สุดที่มีต่อการพัฒนาคนให้มีคุณลักษณะ สอดคล้องกับสภาพสังคมเพื่อให้บุคคลเหล่านั้นเป็นคน ที่มีคุณภาพ และใช้ความรู้ความสามารถเหล่านั้นเพื่อ ประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ประการสำคัญบุคคลนั้น ควรมีความสามารถในการจัดการตนเอง ซึ่งเป็นปัจจัย สำคัญและจำเป็นต่อการพัฒนาตนเองเพื่อการดำเนิน ชีวิต การเรียน ตลอดจนการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ และมีความสุข เหตุผลนี้ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ทำการ พัฒนาทักษะการจัดการตนเองให้กับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาเอกชน เพื่อเสริมสร้างความสามารถ การจัดการตนเองให้กับนักศึกษา และเป็นแนวทางให้ ผู้เกี่ยวข้องพัฒนาการจักระบวนการจัดการเรียนรู้ให้ ผู้เรียนเกิดทักษะในการจัดการตนเองต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพการจัดการตนเองของนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาเอกชน
2. เพื่อสร้างชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการ ตนเองของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน
3. เพื่อประเมินผลการประยุกต์ใช้ชุดกิจกรรมพัฒนา ทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษา เอกชน

ทบทวนวรรณกรรม

การจัดการ (Management) หมายถึง กระบวนการ ที่ทำให้งานกิจกรรมต่างๆ สำเร็จลงได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีประสิทธิผลด้วยคนและทรัพยากรขององค์การ ซึ่งตามความหมายนี้องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการจัดการ ได้แก่ กระบวนการ (process) ประสิทธิภาพ (efficiency) และประสิทธิผล (effectiveness)

เทคนิคการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมวิธีเสริมแรง ตนเองที่มีประสิทธิภาพ วิธีเสริมแรงตนเองในการพัฒนา ตนที่ได้ผลดี มีลักษณะที่สำคัญ 2 ประการคือ 1) ต้อง กำหนดเกณฑ์ไว้ให้ชัดเจนก่อนตั้งแต่ขั้นวางแผนว่า ตนเอง จะทำพฤติกรรมเป้าหมายอะไร ทำพฤติกรรมนั้นให้ได้ ในปริมาณเท่าไร แล้วจะได้รับอะไรเป็นผลตอบแทน ตัวอย่าง การกำหนดเกณฑ์การเสริมแรงตนเอง เช่น ต้องอ่านหนังสือทุกวัน วันละ 2 ชั่วโมงให้ได้เป็นเวลา นาน 1 สัปดาห์ แล้วจะไปดูภาพยนตร์ 1 เรื่อง วิธีการ ให้ตัวเสริมแรงควรตั้งระดับของพฤติกรรมเป้าหมายเป็น ระยะๆ ตั้งแต่ระดับน้อยไปมาก ให้อยู่ในวิสัยที่สามารถ ทำได้จริง และค่อยๆ เพิ่มระดับของพฤติกรรมเป้าหมาย ในระยะต่อไป 2) ต้องให้การเสริมแรงทันทีเมื่อตนเอง สามารถทำพฤติกรรมเป้าหมายได้ตามที่กำหนด จะทำให้ ตนเองมีกำลังใจ และกระตือรือร้นที่จะทำพฤติกรรม เป้าหมายเพิ่มขึ้นอีก แต่อย่ายืดเวลาการเสริมแรงหรือให้ รางวัลตนเองหลังทำพฤติกรรมเป้าหมายไปนานแล้ว อาจจะทำให้แรงจูงใจในการทำพฤติกรรมนั้นลดลงด้วย (Robbins & DeCenzo, 2005)

การพัฒนาสร้างชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการ ตนเอง Khammani (1991) กล่าวว่า ชุดกิจกรรม ประกอบด้วยส่วนต่างๆ 7 ส่วน ดังนี้ 1) ชื่อกิจกรรม ประกอบด้วยหมายเลขกิจกรรม ชื่อของกิจกรรมและ เนื้อหา 2) คำชี้แจง เป็นส่วนที่อธิบายความมุ่งหมายหลัก ของกิจกรรม และลักษณะของการจัดกิจกรรมเพื่อให้ บรรลุจุดมุ่งหมาย 3) จุดมุ่งหมาย เป็นส่วนที่ระบุจุดมุ่งหมาย ที่สำคัญของกิจกรรมนั้น แนวคิดเป็นส่วนที่ระบุเนื้อหา หรือมโนทัศน์ของกิจกรรมนั้น ส่วนนี้ควรได้รับการย้ำ

และเน้นเป็นพิเศษ 4) สื่อ เป็นส่วนที่ระบุถึงวัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นในการดำเนินกิจกรรม เพื่อช่วยให้ครูทราบว่าต้องเตรียมอะไรบ้าง 5) เวลาที่ใช้เป็นการระบุจำนวนเวลาโดยประมาณว่า กิจกรรมนั้นควรใช้เวลาเท่าใด 6) ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรมเป็นส่วนที่ระบุวิธีการดำเนินกิจกรรม เป็นขั้นตอนเพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ 7) ภาคผนวกในส่วนนี้คือ ตัวอย่างวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดกิจกรรม และข้อมูลอื่นๆ ที่จำเป็นสำหรับครูรวมทั้งเฉลยแบบทดสอบ

การหาประสิทธิภาพชุดกิจกรรมคือ การนำชุดกิจกรรมนั้นไปทดลองใช้ (Tryout) โดยการนำไปใช้ตามขั้นตอนที่กำหนดไว้เพื่อนำข้อมูลมาปรับปรุงแก้ไข แล้วจึงนำไปสอนจริง (Trial run) ต่อไป ผู้ผลิตชุดกิจกรรมจำเป็นต้องทดสอบหาประสิทธิภาพเพราะสาเหตุต่างๆ ดังต่อไปนี้ 1) เพื่อให้เกิดความมั่นใจว่า ชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นมามีคุณภาพ 2) เพื่อให้แน่ใจได้ว่า ชุดกิจกรรมสามารถทำให้การเรียนการสอนบรรลุวัตถุประสงค์ได้อย่างแท้จริง

กระบวนการและประสิทธิภาพของผลลัพธ์โดยกำหนดเป็นเปอร์เซ็นต์ผลเฉลี่ยของคะแนนแบบฝึกหัดหรือกิจกรรมอื่นใดที่กำหนดไว้ในชุดกิจกรรมของผู้เรียนทุกคน (E1) และเปอร์เซ็นต์ผลเฉลี่ยของผลการสอบหลังเรียนของผู้เรียน (E2) นั่นคือ E1/E2 จะเท่ากับประสิทธิภาพของกระบวนการ/ประสิทธิภาพของผลลัพธ์ Promwong (2002) กล่าวว่า การกำหนดเกณฑ์ E1/E2 ให้มีค่าเท่าใดนั้นควรพิจารณาตามความเหมาะสมเมื่อกำหนดเกณฑ์แล้วนำไปทดลองจริง อาจได้ผลไม่ตรงตามเกณฑ์แต่ไม่ควรต่ำกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้เกินร้อยละ 5 เช่น ถ้ากำหนดไว้เกินร้อยละ 90/90 ก็ควรได้ไม่ต่ำกว่า 85.5/85.5

วิธีการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้สำหรับการวิจัยและศึกษาสภาพทักษะการจัดการตนเองคือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบัน

อุดมศึกษาเอกชน ทั้ง 9 คณะ จำนวน 3,048 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาสภาพทักษะการจัดการตนเองคือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาเอกชน จำนวน 341 คน ได้มาจากการเปิดตาราง Krejcie and Morgan ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ (.05) และทำการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิ (Stratified Sampling) 9 ชั้นภูมิตามคณะ ทำการสุ่มตัวอย่างจากแต่ละชั้นภูมิโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างง่ายด้วยวิธีการจับฉลาก (Simple Random Sampling) ดังนี้ ชั้นภูมิที่ 1 คณะบริหารธุรกิจ จำนวน 101 คน ชั้นภูมิที่ 2 คณะนิเทศศาสตร์ จำนวน 30 คน ชั้นภูมิที่ 3 คณะวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยีได้ จำนวน 30 คน ชั้นภูมิที่ 4 คณะศิลปศาสตร์ จำนวน 30 คน ชั้นภูมิที่ 5 คณะวิทยาการจัดการ จำนวน 30 คน ชั้นภูมิที่ 6 คณะนวัตกรรมการจัดการเกษตร จำนวน 30 คน ชั้นภูมิที่ 7 คณะศึกษาศาสตร์ จำนวน 30 คน ชั้นภูมิที่ 8 คณะอุตสาหกรรมเกษตร จำนวน 30 คน และชั้นภูมิที่ 9 คณะการจัดการธุรกิจอาหาร จำนวน 30 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองและประเมินผลการประยุกต์ใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองคือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาการสอนภาษาจีน คณะศึกษาศาสตร์ สาขานวัตกรรมการจัดการเกษตร คณะนวัตกรรมการจัดการเกษตร จำนวน 85 คน ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างง่ายด้วยวิธีการจับฉลาก (Simple Random Sampling) จำนวน 2 คณะ เพื่อให้มีความเหมาะสมกับการทดลองใช้ชุดกิจกรรมและสามารถควบคุมการดำเนินงานด้านการวิจัยได้

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ในการสร้างชุดกิจกรรมคือ อาจารย์ผู้สอน ผู้เชี่ยวชาญด้านการสร้างชุดกิจกรรม และผู้เชี่ยวชาญทางด้านทรัพยากรมนุษย์

เครื่องมือในการวิจัย การวิจัยครั้งนี้ใช้เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล 2 ประเภท ได้แก่

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่

1.1 แบบสอบถามเพื่อศึกษาสภาพการจัดการตนเองของนักศึกษา จำนวน 1 ฉบับ

1.2 แบบประเมินผลการประยุกต์ใช้กิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษา จำนวน 1 ฉบับ

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษา จำนวน 1 ชุด ประกอบด้วยเนื้อหาในการพัฒนาและส่งเสริมทักษะการจัดการตนเอง 5 มิติ ดังต่อไปนี้ 1) ทักษะการจัดการตนเองด้านการเงิน ใช้เวลา 1 สัปดาห์ 2) ทักษะการจัดการตนเองด้านเวลา ใช้เวลา 1 สัปดาห์ 3) ทักษะการจัดการตนเองด้านสุขภาพ ใช้เวลา 4 สัปดาห์ 4) ทักษะการจัดการตนเองด้านการเรียน ใช้เวลา 2 สัปดาห์ 5) ทักษะการจัดการตนเองด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น ใช้เวลา 4 สัปดาห์ โดยนักศึกษาสามารถปฏิบัติกิจกรรมทั้ง 5 ชุดพร้อมกันได้

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์ข้อมูลสภาพการจัดการตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาเอกชน ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า ใช้การวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (mean: $\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation: S.D.)

2. การวิเคราะห์หาประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาเอกชน ใช้การวิเคราะห์หาประสิทธิภาพตามเกณฑ์มาตรฐาน 80/80 (E1/E2)

3. การวิเคราะห์ผลการประยุกต์ใช้กิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาเอกชน ใช้รูปแบบการวิเคราะห์ One Group Pretest-Posttest Design โดยเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (mean: $\bar{X}$) ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษา ทดสอบนัยสำคัญทางสถิติ โดยใช้การทดสอบที (t-test dependent)

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยได้นำเสนอโดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วนคือ 1) ผลการศึกษาสภาพการจัดการตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาเอกชน 2) ผลการหาประสิทธิภาพชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน และ 3) ผลการประยุกต์ใช้กิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ผลการศึกษาสภาพการจัดการตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาเอกชนพบว่า นักศึกษามีการจัดการตนเองอยู่ในระดับดี ในด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น และด้านการเรียน ($\bar{X} = 4.07, 3.76$) ส่วนการจัดการตนเองที่อยู่ในระดับปานกลางคือ ด้านสุขภาพ ด้านเวลา และด้านการเงิน ($\bar{X} = 3.45, 3.36$ และ 2.98 ตามลำดับ) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการศึกษาสภาพการจัดการตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาเอกชน

รายการประเมิน	ค่าเฉลี่ย $\bar{X}$	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับ ความคิดเห็น
การจัดการตนเองด้านการเงิน	2.98	0.99	ปานกลาง
การจัดการตนเองด้านเวลา	3.36	0.88	ปานกลาง
การจัดการตนเองด้านสุขภาพ	3.45	1.11	ปานกลาง
การจัดการตนเองด้านการเรียน	3.76	2.06	ดี
การจัดการตนเองด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น	4.07	0.84	ดี

2. ผลการหาประสิทธิภาพชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน พบว่า ร้อยละของคะแนนเฉลี่ยจากแบบฝึกหัดหลังพัฒนาทักษะในแต่ละชุด มีค่าเฉลี่ยร้อยละ 80.15 และร้อยละของคะแนนเฉลี่ยจากแบบฝึกหัดหลังพัฒนาทักษะมี

ค่าเฉลี่ยร้อยละ 84.00 ค่าประสิทธิภาพ E1/E2 เท่ากับ 80.15/84.00 แสดงว่า ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน มีค่าประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ (80/80) ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการหาประสิทธิภาพชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน

รายการ	คะแนนเต็ม	คะแนนรวม	ร้อยละ	เกณฑ์มาตรฐาน	ประสิทธิภาพ (E1/E2)
คะแนนเฉลี่ยจากแบบฝึกหัดหลังพัฒนาทักษะแต่ละชุด	50	40.70	80.15	80	80.15
คะแนนเฉลี่ยจากแบบฝึกหัดหลังพัฒนาทักษะ	50	42	84	80	84

3. ผลการประยุกต์ใช้กิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน โดยในการทดลองประยุกต์ใช้ชุดกิจกรรม ผู้วิจัยได้ทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยคือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาการสอนภาษาจีน คณะศึกษาศาสตร์ และสาขานวัตกรรมการจัดการเกษตร คณะนวัตกรรมการจัดการเกษตร

พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะมีค่าเฉลี่ย 3.57 และค่าเฉลี่ยคะแนนหลังใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะ มีค่าเฉลี่ย 4.52 แสดงว่า หลังการใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะ นักศึกษามีทักษะการจัดการตนเองสูงกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนใช้และหลังการใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษา

ค่าเฉลี่ยคะแนน	N	$\bar{X}$	(S.D.)	t	Sig.
ก่อนใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะ	85	3.57	0.504	-19.09	.000
หลังใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะ	85	4.52	0.212		

* $p < .05$

อภิปรายผล

จากผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเห็นว่าประเด็นสำคัญที่ควรนำมาอภิปรายดังนี้

1. จากผลการวิจัยพบว่า “สภาพการจัดการตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาเอกชน นักศึกษา

มีการจัดการตนเองอยู่ในระดับดี ในด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นและด้านการเรียน ส่วนการจัดการตนเองที่อยู่ในระดับปานกลางคือ ด้านสุขภาพ ด้านเวลา และด้านการเงิน” สะท้อนให้เห็นว่า การที่นักศึกษา มีการจัดการตนเองด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นและด้านการเรียนอยู่ใน

ระดับต้นนั้น เป็นเพราะนักศึกษาได้รับการดูแลแบบใกล้ชิด ทั้งการเรียนและการใช้ชีวิตของนักศึกษาจากคณาจารย์ ในคณะ ซึ่งสอดคล้องกับนโยบายของทางสถาบันที่กำหนด อัตลักษณ์เป็น “Work-Based Education” ซึ่งเป็นระบบ การจัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนารอบด้านที่มีการเรียนรู้ทฤษฎีควบคู่กับการฝึกปฏิบัติจริง รวมทั้งการฝึกฝนพัฒนาทักษะทางสังคม ทักษะชีวิต ทักษะวิชาชีพ การพัฒนาทักษะการคิดขั้นสูง โดยมุ่งเน้นให้เกิดคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ 5 ด้าน เรียนเป็น (Ability to Learn) คิดเป็น (Ability to Think) ทำงานเป็น (Ability to Work) เน้นวัฒนธรรม (Ability to Understand Cultures) รักความถูกต้อง (Ability to Live with Integrity) และยังส่งเสริมให้คณะและสาขาวิชาต่างๆ นำระบบการดูแลนักศึกษา TSR (Teacher Student Relationship) เป็นตัวขับเคลื่อนในการดูแล และพัฒนานักศึกษา ทำให้นักศึกษามีความเข้าใจตัวเอง นำไปสู่การพัฒนาทักษะต่างๆ เช่น การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น ผ่านกิจกรรมที่ทางคณะหรือสาขาจัดขึ้นกระตุ้นให้นักศึกษาแสดงออกในทางที่ถูกต้อง นอกจากนี้ยังมีผล การศึกษาบางส่วนสะท้อนให้เห็นว่า นักศึกษายังคงต้อง ได้รับการพัฒนาทักษะอย่างต่อเนื่องเพื่อการเปลี่ยนแปลง ปรับปรุงพฤติกรรม ไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ของตัว นักศึกษา

2. จากผลการวิจัยพบว่า “ประสิทธิภาพชุดกิจกรรม พัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาสถาบัน อุดมศึกษาเอกชน มีค่าประสิทธิภาพ E1/E2 เท่ากับ 80.15/84.00 แสดงว่า ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการ ตนเองของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน มีค่า ประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ (80/80)” จากผล การวิจัยสะท้อนให้เห็นว่า ผู้วิจัยได้มีการพัฒนาชุดกิจกรรม พัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาอย่างเป็น ระบบและขั้นตอน โดยได้เริ่มจากการทำการศึกษาสภาพ การจัดการตนเองของนักศึกษาในชั้นปีที่ 1 และทำการ สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านการสร้างชุดกิจกรรม หลังจากนั้น ได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ เพื่อวางแผนและพัฒนา

โครงร่างของชุดกิจกรรม จากนั้นได้นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านบริหาร ด้านเทคโนโลยี ทำการตรวจสอบโครงร่างหลักสูตร ปรับปรุงตามคำแนะนำ ของผู้เชี่ยวชาญ หลังจากนั้นผู้วิจัยได้นำชุดกิจกรรมที่ ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Tryout) กับนักศึกษาเพื่อหา ประสิทธิภาพของชุดกิจกรรม ดังนี้ 1) ผู้วิจัยนำชุดกิจกรรม พัฒนาทักษะการจัดการตนเองไปทดลองใช้กับนักศึกษา เป็นรายบุคคล จำนวน 3 คน เพื่อปรับปรุงข้อบกพร่อง เกี่ยวกับลักษณะกิจกรรม และปริมาณเนื้อหาว่าเหมาะสม เพียงใด 2) ผู้วิจัยนำชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการ ตนเองไปทดลองใช้กับนักศึกษาเป็นรายกลุ่มย่อย จำนวน 9 คน เพื่อปรับปรุงข้อบกพร่องเกี่ยวกับความเหมาะสม ของเวลาและภาษาว่าเหมาะสมเพียงใด 3) ผู้วิจัย นำชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองไปทดลองใช้ กับนักศึกษากลุ่มภาคสนาม จำนวน 27 คน เพื่อปรับปรุง ข้อบกพร่องของชุดกิจกรรมก่อนนำไปใช้จริง

3. จากผลการวิจัยพบว่า “หลังการใช้ชุดกิจกรรม พัฒนาทักษะการจัดการตนเอง นักศึกษามีทักษะการจัดการ ตนเองดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05” โดยชุด กิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษา ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ได้ออกแบบชุดกิจกรรมผ่านระบบ ออนไลน์โดยการบูรณาการให้มีความสอดคล้องกับการ เรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 และมุ่งพัฒนานักศึกษาให้เกิด ทักษะ โดยออกแบบกิจกรรมอย่างเป็นลำดับขั้นตอน ดังนี้ 1) ขั้นให้ความรู้ ชุดกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นได้มีเนื้อหา ส่วนทฤษฎี ในการอธิบายและให้ความรู้กับนักศึกษา ก่อนลงมือปฏิบัติ 2) ขั้นให้ลงมือปฏิบัติ หลังจากทีนักศึกษา ได้ศึกษาข้อมูลในส่วนทฤษฎีแล้ว ผู้วิจัยได้ออกแบบให้ นักศึกษาได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมอย่างเป็นระบบ และเพื่อยืนยันว่านักศึกษามีความเข้าใจถูกต้อง ผู้วิจัยยังได้จัดทำ แบบฝึกหัดหลังพัฒนาทักษะในแต่ละชุดให้นักศึกษา ได้ตอบคำถาม 3) ขั้นให้ทดสอบความถูกต้อง หลังจากที นักศึกษาได้พัฒนาทักษะการจัดการตนเองทั้ง 5 ด้านแล้ว ผู้วิจัยได้จัดทำแบบฝึกหัดหลังพัฒนาทักษะเพื่อเป็นการ ตรวจสอบความถูกต้องอีกครั้งว่านักศึกษามีการพัฒนา

อย่างถูกต้องตามที่ผู้วิจัยได้ออกแบบกิจกรรมไว้ นอกจากนี้ข้อสังเกตที่ผู้วิจัยพบจากการทดลองใช้ชุดกิจกรรมคือนักศึกษากล้าแสดงความคิดเห็นและมีความมั่นใจในการแสดงความคิดเห็นต่อประเด็นคำถามและกิจกรรมที่กำหนด

สรุปผล

จากการวิจัยการพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาเอกชน สรุปผลได้ดังนี้

1. ผลการศึกษาศภาพการจัดการตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาเอกชน นักศึกษามีการจัดการตนเองอยู่ในระดับดี ในด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่นและด้านการเรียน ส่วนการจัดการตนเองที่อยู่ในระดับปานกลางคือ ด้านสุขภาพ ด้านเวลา และด้านการเงิน

2. ผลการหาประสิทธิภาพชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน มีค่าประสิทธิภาพ E1/E2 เท่ากับ 80.15/84.00 แสดงว่าชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน มีค่าประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ (80/80)

3. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนใช้และหลังการใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษา หลังการใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเอง นักศึกษามีทักษะการจัดการตนเองดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. ชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษา ใช้พัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาทั้ง 5 ด้าน ประกอบด้วย 1) การจัดการตนเองด้านการเงิน 2) การจัดการตนเองด้านเวลา 3) การจัดการตนเองด้านสุขภาพ 4) การจัดการตนเองด้านการเรียน และ 5) การจัดการตนเองด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งผลการทดลองพบว่า มีประสิทธิภาพหากมีการนำไปพัฒนาควรมีการเพิ่มเติมทักษะด้านอื่นและเวลาที่ใช้ในการพัฒนาทักษะให้เหมาะสมกับนักศึกษาในแต่ละระดับชั้นเนื่องจากการฝึกทักษะนักศึกษาควรได้รับการปฏิบัติซ้ำ

2. ในขณะนี้นักศึกษาพัฒนาทักษะการจัดการตนเองผู้วิจัยควรสร้างบรรยากาศแห่งความเป็นกัลยาณมิตรในการให้คำปรึกษา และพัฒนารูปแบบการติดต่อสื่อสารเพื่อให้คำแนะนำนักศึกษาผ่านระบบออนไลน์

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ผลจากการศึกษาในครั้งนี้สามารถนำกระบวนการไปใช้เป็นแนวทางของการศึกษาและพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาในมิติอื่นๆ

2. จากการศึกษาของผู้วิจัยในครั้งนี้ได้ทำการพัฒนาชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเองของนักศึกษาผ่านระบบออนไลน์ จึงควรมีการจัดฝึกอบรมหรือจัดทำคู่มือประกอบการใช้งานให้กับนักศึกษา

3. ควรมีการวิจัยติดตามผลถึงความยั่งยืนของทักษะการจัดการตนเองที่นักศึกษาได้รับการพัฒนา

4. ควรมีการวิจัยสอบถามความพึงพอใจที่นักศึกษามีต่อชุดกิจกรรมพัฒนาทักษะการจัดการตนเอง

References

- Khammani, T. (1991). *Teacher's Guide to Teamwork Skills for high school grade 11 Students*. Bangkok: Chulalongkorn University Printing House. [in Thai]
- Khammani, T. (2002). *A Science of Instructional*. Bangkok: Chulalongkorn University Printing. [in Thai]
- Khuanhawech, B. (2000). *Educational Innovation*. Bangkok: S R Printing. [in Thai]
- Promwong, C. (2002). *Teaching Documentation set of subjects instructional media of unit 8-15*. Nonthaburi: Sukhothai Thammathirat Open University. [in Thai]
- Robbins, S. P. & DeCenzo, D. A. (2005). *Fundamentals of Management*. NJ: Prentice Hall.
- School in Focus. (2012). 21st Century Skills for Student. *School in Focus*, 4(11), 4-8. [in Thai]
- _____. (2012). Developing Students' Skills to prepare for the 21st Century. *School in Focus*, 4(11), 6-21. [in Thai]



Name and Surname: Chompunoot Putinatr

Highest Education: Master of Education in Innovative Curriculum and Learning Management, Ramkhamhaeng University

University or Agency: Panyapiwat Institute of Management

Field of Expertise: Innovative Curriculum and Learning Management

Address: 85/1 Moo 2, Chaengwattana Rd., Bang Talad, Pakkred, Nonthaburi 11120



Name and Surname: Pichit Ritcharoon

Highest Education: Ed.D., Srinakharinwirot University

University or Agency: Panyapiwat Institute of Management

Field of Expertise: Educational measurement and evaluation

Address: 85/1 Moo 2, Chaengwattana Rd., Bang Talad, Pakkred, Nonthaburi 11120



Name and Surname: Prassanee Sutsom

Highest Education: M.TCSOL (Teaching Chinese to Speakers of Other Languages) Tianjin Normal University, Tianjin, The People's Republic of China

University or Agency: Panyapiwat Institute of Management

Field of Expertise: Teaching Chinese to Speakers of Other Languages

Address: 85/1 Moo 2, Chaengwattana Rd., Bang Talad, Pakkred, Nonthaburi 11120

