



การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL)
ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยี
ปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

ทิพวรรณ	เมืองใจ
กัญญ์ธัญญ์	สุชิน
ธนพัทธ์	จันทพิพัฒน์พงศ์

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย
สิงหาคม 2568
(งานวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนการทำวิจัยจากมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย)



การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL)
ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยี
ปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

ทิพวรรณ เมืองใจ

กัญธนัญญ์ สุขิน

ธนพัทธ์

เจ้าหน้าที่พัฒนาสังคม

.....ดำเนินการระบบ RD, R-Program

.....แก้ไขตามระบบ พบนักวิจัย

(อาจารย์ ดร.ยุทธศิลป์ ชูมณี)

วันที่ 13/3/68

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

สิงหาคม 2568

(งานวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนการทำวิจัยจากมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย)

บทคัดย่อ

ชื่องานวิจัย : การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

ชื่อผู้ศึกษา : นางสาวทิพวรรณ เมืองใจ
นางสาวกัญญ์ณัญญ์ สุขิน
และนายธนพัทธ์ จันทน์พิพัฒน์พงศ์

คณะวิชา : ครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย

ปีการศึกษา : 2568

การวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษากระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) และการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย และเพื่อพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) แบบวัดการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ตรวจสอบคุณภาพ โดยผู้เชี่ยวชาญ ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.87 และรูปแบบกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานักเรียนที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย จำนวน 400 คน คำนวณสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างจากสูตรทาร์โร ยามาเน่ และกลุ่มตัวอย่างผู้เข้าร่วมกิจกรรมเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ที่มีระดับคะแนนแบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) และการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ระดับต่ำและระดับปานกลาง จำนวน 60 คน

ผลการศึกษาระดับศึกษากระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) และการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย พบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน เชียงราย มีกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) โดยรวมมีผลคะแนนอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.39$, S.D. = 0.42) และมีคะแนนการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ โดยรวมมีผลคะแนนอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.33$, S.D. = 0.45) และจากการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้

จังหวัดเชียงราย ผู้วิจัยสร้างรูปแบบกิจกรรม ดังนี้ กิจกรรมที่ 1. การตระหนักรู้ในตนเอง "กระจกสะท้อนใจ เข้าใจตัวตน" กิจกรรมที่ 2. การจัดการตนเอง "ลิขิตเป้าหมาย ก้าวไปด้วยใจมั่น" กิจกรรมที่ 3. การตระหนักรู้ในสังคม "ฉันทันกับเรา เข้าใจสังคมรอบตัว" กิจกรรมที่ 4. ทักษะด้านความสัมพันธ์ "ฟังกันและกัน ผูกพันด้วยความเข้าใจ" กิจกรรมที่ 5. การตัดสินใจอย่างมีความรับผิดชอบ "คิดก่อนทำ รับผิดชอบต่อผลลัพธ์" โดยใช้เวลาการเข้าร่วมกิจกรรมรวมทั้งหมด 5 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง ภายหลังจากนักเรียนกลุ่มตัวอย่างได้เข้าร่วมกิจกรรม พบว่า มีระดับกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) การปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์สูงขึ้น $\bar{X} = 4.12$

คำสำคัญ: กระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์, การปรับตัว, เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์

Abstract

Thesis Title: Effects of group psychological counseling on the management of thoughts, emotions and behaviours of people affected by the COVID-19, Doi Ngam Sub-district, Phan District, Chiang Rai province

Author: Miss. Tippawan Muangjai
Miss. Kanthanan Suchin, and
Mr. Tanapat Janpipatpong

Faculty: Education

Academic Year: 2025

This study aimed to investigate social and emotional learning (SEL) processes and the adaptation of upper secondary school students in the context of artificial intelligence (AI), with the goal of supporting a transition toward a learning society in Chiang Rai Province. The research also sought to develop an SEL enhancement model to foster adaptive skills in the AI era. The instruments employed included a validated SEL scale and an adaptation assessment tool, with a reliability coefficient of 0.87. The sample comprised 400 upper secondary school students selected using the Taro Yamane formula, with an additional purposive sample of 60 students exhibiting low to moderate SEL and adaptation levels participating in intervention activities.

Results revealed that students' overall SEL was at a moderate level ($\bar{x} = 3.39$, $SD = 0.42$), as was their level of adaptation to AI-related contexts ($\bar{x} = 3.33$, $SD = 0.45$). A five-session intervention program, with each session lasting two hours, was implemented. The activities included: (1) Self-awareness ("The Mirror Within"), (2) Self-management ("Guiding Goals with Confidence"), (3) Social awareness ("Me and Us: Understanding Society"), (4) Relationship skills ("Listening and Connecting"), and (5) Responsible decision-making ("Think Before You Act"). Post-intervention results indicated a significant improvement in both SEL and adaptation scores $\bar{x} = 4.12$.

Keywords: Social and emotional learning, Adaptation, Artificial Intelligence Technology

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย ฉบับนี้ ได้รับการอนุมัติทุนสนับสนุนการทำวิจัยจากงบประมาณกองทุนสนับสนุนการวิจัย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567 ประเภทงานวิจัยเพื่อพัฒนาหรือสร้างสรรค์องค์ความรู้ของมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย คณะผู้วิจัยขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านในการตรวจพิจารณางานวิจัยฉบับนี้ รวมถึงการให้ข้อเสนอแนะเพื่อให้งานวิจัยฉบับนี้สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ขอขอบคุณที่ปรึกษางานวิจัย ผู้เชี่ยวชาญทุกท่านที่คอยให้คำแนะนำและตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลการวิจัยและกลุ่มตัวอย่างทุกท่านที่ให้ข้อมูลที่มีคุณค่าและมีประโยชน์ต่อการศึกษา ผู้บริหารสถานศึกษา บุคลากรทางการศึกษาหน่วยงานภาครัฐบาลและเอกชนที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน ผู้ปกครอง ที่ให้ความร่วมมือในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ทำให้การดำเนินการวิจัยทุกขั้นตอนสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

คณะผู้วิจัย
สิงหาคม 2568

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	ง
สารบัญ	จ
สารบัญตาราง	ช
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
โจทย์การวิจัย	3
คำถามการวิจัย	3
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
กรอบแนวคิดของการวิจัย	4
ขอบเขตของการวิจัย	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	6
บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์	7
แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว	13
ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์	22
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	22
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย	26
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	26
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	27
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	27
การวิเคราะห์ข้อมูล	28
การดำเนินการวิจัย	29

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	30
การศึกษากระบวนการจัดการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) และการปรับตัว ของนักเรียนในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์	30
ศึกษาผลรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อ การปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย	34
ผลการศึกษาแนวทางการนำรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคม และอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุค เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ไปใช้ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย	36
บทที่ 5 อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	40
อภิปรายผลการวิจัย	40
ข้อเสนอแนะการนำผลการวิจัยไปใช้	43
ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป	44
บรรณานุกรม	45
ภาคผนวก	
ประวัติผู้วิจัย	49

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (N = 400 คน)	30
2	ผลการวิเคราะห์แบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) (N = 400 คน)	32
3	ผลการวิเคราะห์แบบวัดการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (N = 400 คน)	33
4	ผลการพัฒนารูปแบบกิจกรรมการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย	35
5	ผลการวิเคราะห์ระดับคะแนนแบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) และแบบวัดการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ก่อนและหลังการทดลองของผู้เข้าร่วมกิจกรรม (n=60)	35

บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การศึกษาของไทยตามประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง นโยบายและจุดเน้นของกระทรวงศึกษาธิการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567 กระทรวงศึกษาธิการดำเนินการภารกิจหลักตามยุทธศาสตร์ชาติ ในการวางแผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ. 2566 - 2580) ฉบับปรับปรุง หนึ่งในนั้นมีประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต ในแผนย่อยที่ 3.3 ซึ่งได้กล่าวถึงการพัฒนาช่วงวัยเรียนหรือวัยรุ่นไว้ รวมถึง การพัฒนา การเรียนรู้ รวมถึงในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566 - 2570) โดยเฉพาะหมวดหมู่ที่ 12 ไทยมีกำลังคน สมรรถนะสูง มุ่งเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ตอบโจทย์การพัฒนาแห่งอนาคต (แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560 - 2579) เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals : SDGs) คือนโยบายและแผนต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยมุ่งหวังให้ผู้เรียนทุกช่วงวัยได้รับการพัฒนาในทุกมิติ จึงได้กำหนดหลักการสำคัญ ไว้ดังนี้ 1. สร้างภูมิคุ้มกันให้กับผู้เรียนและประชาชน 2. สนับสนุนให้ผู้ปฏิบัติงานทุกคนดำเนินการตามภารกิจด้วยความรับผิดชอบต่อตนเอง องค์กร ประชาชนและประเทศชาติ 3. ดำเนินการตามนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการเพื่อมุ่งเน้นผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของภาคการศึกษาที่จะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อผู้เรียนและประชาชน โดยมุ่งเป้าหมายการพัฒนาการศึกษาเพื่อร่วมกัน “พลิกโฉมการศึกษาสู่ยุคดิจิทัล” (Transforming Education to Fit in the Digital Era) ทั้งนี้ เพื่อพัฒนาผู้เรียนไปสู่เป้าหมายของการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ โดยคำนึงถึงชาติ ศาสนา ศิลปะ ขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรม กีฬา ความปลอดภัย ความมีโอกาและความเสมอภาคทางการศึกษา รวมทั้งมีสมรรถนะที่สำคัญจำเป็นสำหรับโลกยุคใหม่ (แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560 - 2579, สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2567)

การศึกษาในยุคปัจจุบันถูกขับเคลื่อนด้วยเทคโนโลยีที่ก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (Artificial Intelligence: AI) ที่มีบทบาทสำคัญในทุกด้านของชีวิตประจำวัน ไม่เพียงแต่ในการพัฒนาภาคอุตสาหกรรมหรือธุรกิจ แต่ยังรวมถึงการศึกษา เทคโนโลยี AI ถูกนำมาใช้ในการเรียนการสอนเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพและประสิทธิผลของการศึกษา เช่น การใช้ระบบเรียนรู้เชิงปรับเปลี่ยน (Adaptive Learning Systems) ที่สามารถปรับเนื้อหาและวิธีการสอนให้เหมาะสมกับผู้เรียนแต่ละคน รวมถึงการใช้แพลตฟอร์มดิจิทัลในการสอนออนไลน์ ซึ่งช่วยขยายขอบเขตการเรียนรู้และเพิ่มโอกาสในการเข้าถึงการศึกษา (Luckin et al., 2016) อย่างไรก็ตาม การนำเทคโนโลยี AI มาใช้ในระบบการศึกษายังต้องเผชิญกับความท้าทายใหม่ๆ โดยเฉพาะในด้านการพัฒนาทักษะทางอารมณ์และสังคมของนักเรียน ซึ่งเป็นทักษะที่สำคัญในการปรับตัวและสร้างความสำเร็จในชีวิต การเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (Social and Emotional Learning: SEL) เป็นกระบวนการที่นักเรียนพัฒนาทักษะในการเข้าใจและจัดการอารมณ์ สร้างความสัมพันธ์ที่ดี และตัดสินใจอย่างมีจริยธรรม ทักษะเหล่านี้

ไม่เพียงแต่ช่วยให้นักเรียนประสบความสำเร็จในด้านวิชาการ แต่ยังช่วยพัฒนาสุขภาพจิตและความสามารถในการมีชีวิตร่วมกัน (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning [CASEL], 2003) ผลการศึกษาในหลายประเทศชี้ให้เห็นว่าโปรแกรม SEL ที่มีประสิทธิภาพสามารถสร้างผลลัพธ์ที่ดีในการเรียนรู้และพฤติกรรมของนักเรียน เช่น ลดพฤติกรรมเสี่ยง เพิ่มการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ และส่งเสริมความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างนักเรียน (Durlak et al., 2011; Taylor et al., 2017) ซึ่งสอดคล้องกับ ศ.ดร.อานันท์ ตูโรอัมพาห์ ได้กล่าวในงานสัมมนาวิชาการ โดยกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) ว่าการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้ระบบและบริการสนับสนุนทางจิตใจและจิตสังคมสำหรับเด็กและวัยรุ่นในเอเชียตะวันออกเฉียงและแปซิฟิก ฉบับประเทศไทย ของ UNICEF ได้สะท้อนให้เห็นถึงปัญหาสุขภาพจิตในวัยเรียน โดยให้ข้อมูลว่าเด็กไทยอายุ 7-19 ปี ประมาณ 1 ใน 7 คน และเด็กไทยอายุ 5-9 ปี ประมาณ 1 ใน 14 คน มีปัญหาสุขภาพจิต นอกจากนี้การฆ่าตัวตายเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับที่สามของวัยรุ่นไทย (กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) และ The101.world, 2567)

ในบริบทของประเทศไทย นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมักเผชิญกับปัญหาความเครียดและความกดดันจากการเรียนและการเตรียมตัวสำหรับการสอบเข้ามหาวิทยาลัย ปัญหาเหล่านี้ไม่เพียงแต่ส่งผลกระทบต่อผลการเรียนรู้ แต่ยังมีผลกระทบต่อสุขภาพจิตและความสามารถในการปรับตัวของนักเรียน การศึกษาโดยกรมสุขภาพจิต (2562) พบว่านักเรียนในระดับนี้มีความเครียดและภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้น เนื่องจากความกดดันจากระบบการศึกษาและการคาดหวังของครอบครัว นอกจากนี้ การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในชีวิตประจำวันยังเพิ่มความซับซ้อนในการจัดการอารมณ์และการสร้างความสัมพันธ์ในโลกออนไลน์และออฟไลน์ (Yeager, 2017) และยังได้รับความสนใจเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ดังเช่นงานวิจัยของสุภาภรณ์ ทองแป้น (2562) ที่ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะทางอารมณ์และสังคมในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในจังหวัดเชียงใหม่ พบว่า การส่งเสริม SEL ผ่านกิจกรรมต่างๆ เช่น การเล่นเกม การทำกิจกรรมกลุ่ม และการให้คำปรึกษา สามารถช่วยลดความเครียดและเพิ่มความสามารถในการปรับตัวของนักเรียนได้อย่างมีนัยสำคัญ ในปัจจุบัน การนำ SEL มาใช้ในโรงเรียนไทยยังขาดการวิจัยและพัฒนาอย่างเป็นระบบ โดยเฉพาะในบริบทของการเรียนการสอนที่ใช้เทคโนโลยี AI การขาดแคลนโปรแกรม SEL ที่เหมาะสมทำให้นักเรียนมีปัญหาในการปรับตัวทั้งในด้านการเรียนและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น การวิจัยนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบการเสริมสร้าง SEL ที่สามารถรองรับความต้องการและความท้าทายของนักเรียนในยุค AI ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สำหรับจังหวัดเชียงราย ซึ่งเป็นจังหวัดที่กำลังพัฒนาทางเศรษฐกิจและสังคม การเตรียมความพร้อมให้นักเรียนมีทักษะ SEL เป็นสิ่งจำเป็น เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการปรับตัวและความสำเร็จในชีวิต การพัฒนาการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่เน้นการเสริมสร้างทักษะ SEL จึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญและต้องการการสนับสนุนจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ยุทธศาสตร์การศึกษาของชาติและของจังหวัดเชียงราย เน้นการใช้เทคโนโลยีในการเรียนการสอน และการพัฒนาทักษะทางอารมณ์และสังคม เพื่อเตรียมความพร้อมให้นักเรียนสามารถเผชิญกับความท้าทายของศตวรรษที่ 21

และเข้าสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ได้อย่างมั่นคง (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560; สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา มัธยมศึกษา เขต 36, 2562)

การวิจัยการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงรายนี้ จะเป็นส่วนสำคัญที่ช่วยนักเรียนลดความเครียด เพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และเสริมสร้างสุขภาพจิตของนักเรียน รวมทั้งสามารถบริหารจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง ที่มีผลต่อสังคมได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้เกิดผลลัพธ์ทางสังคมที่ดีและเป็นประโยชน์ต่อทั้งตัวเองและผู้อื่น ดังนั้นจึงเป็นเรื่องสำคัญที่ควรจะต้องส่งเสริมนักเรียน เพื่อเกิดประโยชน์ทั้งในระดับครอบครัวและในระดับสถานศึกษา และสิ่งสำคัญคือเกิดเป็นองค์ความรู้เพื่อนำเอาองค์ความรู้ไปสู่การนำไปใช้กับการพัฒนาการจัดกระบวนการเรียนการสอนแก่นักเรียนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง รวมไปถึงการต่อยอดในการบูรณาการวิจัยร่วมกับสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานเชียงราย กรมการปกครองส่วนท้องถิ่น และสำนักงานคณะกรรมการการส่งเสริมการศึกษาเอกชนในอนาคตได้

2. โจทย์การวิจัย

1. กระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) มีบทบาทอย่างไรในการส่งเสริมการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์
2. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดเชียงรายมีระดับความสามารถในการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์อย่างไรเมื่อใช้กระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL)
3. รูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ที่พัฒนาขึ้นมีประสิทธิภาพอย่างไรในการส่งเสริมการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
4. ผลการใช้รูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดเชียงรายเป็นอย่างไร
5. แนวทางใดบ้างที่สามารถนำรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้สังคมและอารมณ์ (SEL) ไปใช้ในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดเชียงรายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. คำถามการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ตั้งประเด็นคำถามที่สำคัญสำหรับใช้ตอบคำถามของการวิจัยไว้ดังนี้

1. กระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมต่อการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายเป็นอย่างไร และอยู่ในระดับใด
2. ผลของรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงรายเป็นอย่างไร

3. แนวทางการนำรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงรายเป็นอย่างไร

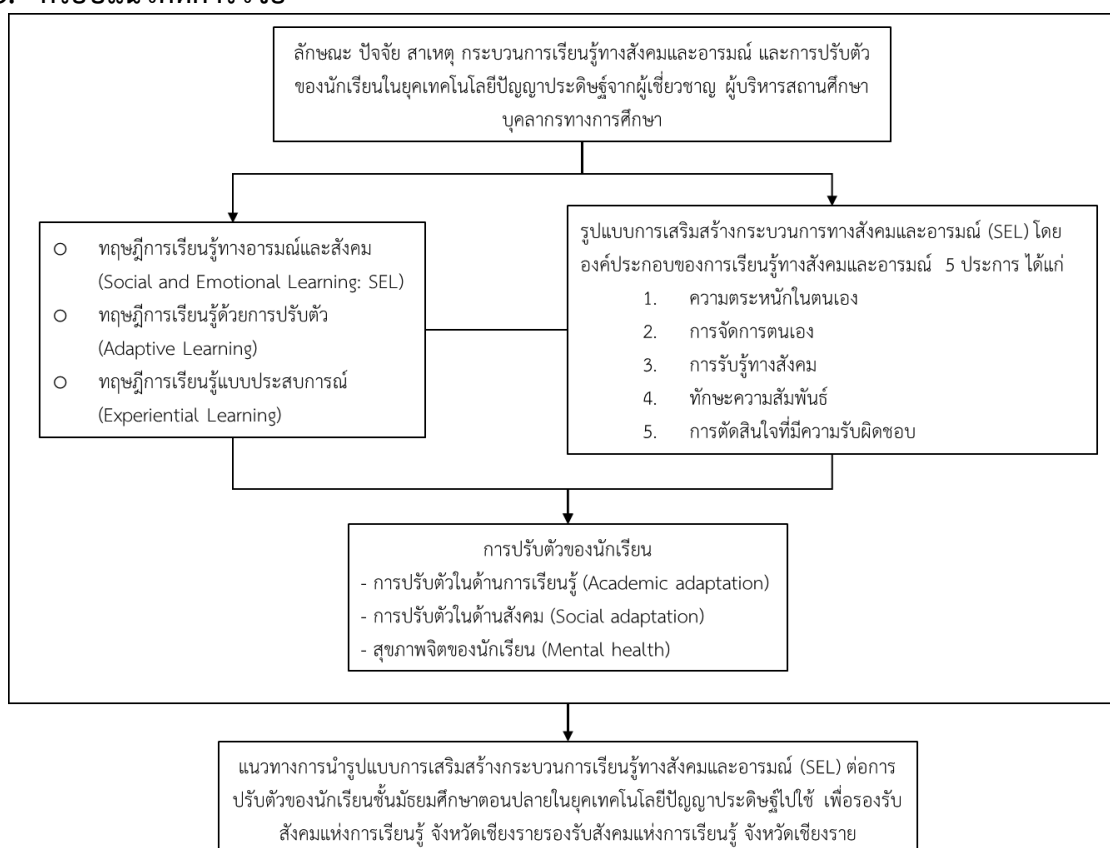
4. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษากระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) และการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

2. เพื่อพัฒนาและศึกษารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

3. เพื่อกำหนดแนวทางการนำรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ไปใช้เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

5. กรอบแนวคิดการวิจัย



6. ขอบเขตของการวิจัย

6.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ออกแบบการวิจัย โดยเป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) การศึกษาการพัฒนา รูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย เพื่อให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย และตอบคำถามของการวิจัยได้อย่างชัดเจน ผู้วิจัยจึงแบ่งระยะของการดำเนินการวิจัย ออกเป็น 3 ระยะ ได้แก่

ระยะที่ 1 การศึกษากระบวนการจัดการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) และการปรับตัวของนักเรียนในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์

ระยะที่ 2 ศึกษาผลรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

ระยะที่ 3 ศึกษาแนวทางการนำรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ไปใช้เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

6.2 ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สพม. เชียงราย, กรมการปกครองส่วนท้องถิ่น และสำนักงานคณะกรรมการการส่งเสริมการศึกษาเอกชนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย จำนวน 9,056 คน (ระบบฐานข้อมูลสารสนเทศทางการศึกษาจังหวัดเชียงราย, กระทรวง ศึกษาธิการ, 2566)

2. ผู้บริหารสถานศึกษา

3. บุคลากรทางการศึกษา

4. ผู้ปกครองนักเรียน และ

5. บุคลากร/เจ้าหน้าที่ของหน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาการจัดการเรียนรู้สังคมและอารมณ์ (SEL) และการปรับตัวของนักเรียนในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ได้แก่ นักเรียนที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

1. กลุ่มตัวอย่างในการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ มีจำนวน 400 คน และขอบเขตด้านสถานที่ศึกษา การศึกษาครั้งนี้ คือ เทศบาลตำบลเวียงเหนือ อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย

สถานศึกษา	ประชากร (คน)	กลุ่มตัวอย่าง (คน)
สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน : สพม. เชียงราย	4,008	177
สังกัดกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น	3,591	159
สังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน	1,457	64
รวม	9,572	400

2. กลุ่มตัวอย่างในการการพัฒนาและศึกษาผลของรูปแบบการปรับตัวของนักเรียนในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโดยกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) (กิจกรรมระยะ ที่ 2) เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่มีคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา และสมัครใจเข้าร่วมกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) จำนวน 60 คน

7. นิยามศัพท์เฉพาะ

กระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์, การปรับตัว, เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์

8. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. กระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) และการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

2. พัฒนาและผลรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

3. แนวทางการนำรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ไปใช้ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัย เรื่องการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้จังหวัดเชียงราย ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยนำเสนอ ดังต่อไปนี้

แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์

แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (Social Emotional Learning)

1. ความหมายของการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์

การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์นี้มีนักวิชาการได้ให้ความหมายที่หลากหลายและต่างกันไป ผู้วิจัยสามารถรวบรวมได้ดังนี้

โทบี ทริม เกรริน (Guerin, 2014) ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้อด้านสังคมและอารมณ์ว่า การเรียนรู้อด้านสังคมและอารมณ์ หมายถึง แนวคิดซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีที่เป็น ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งต่าง ๆ ภายในสังคมและวิธีใช้เครื่องมือเพื่อการควบคุมและประเมิน ความขัดแย้ง

ไซน์ และอีเลียส (Zins and Elias, 2007) ได้ให้ความหมายว่า การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ หมายถึง กระบวนการพัฒนาความสามารถในการผสมผสานระหว่างความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม เพื่อบรรลุเป้าหมายในชีวิต

เชอร์นิส, เอ็กเทริน, โกลแมน และไวส์เบิร์ก (Cherniss, Extein, Goleman and Weissberg, 2006) ได้ให้ความหมายว่า การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ หมายถึง ความฉลาดทาง อารมณ์ รวมถึงความสามารถในการระบุและควบคุมอารมณ์ของตนเองในลักษณะที่เหมาะสม รวมถึงการรับรู้และอดทน ต่ออารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น ความสามารถในการประพัติน อย่างเหมาะสมเกี่ยวกับการจัดการ อารมณ์และเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิต

ดูล์เลค และคณะ (Durlak and others, 2011) ได้ให้ความหมายว่า การเรียนรู้ด้าน สังคมและอารมณ์ หมายถึง ความรับผิดชอบต่อสังคมและความสามารถในการรับมือกับพฤติกรรม เบี่ยงเบน

ไวส์เบิร์ก และคาสคาริโน (Weissberg and Cascarino, 2013) ได้ให้ความหมายว่า การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ หมายถึง กระบวนการที่เด็กและผู้ใหญ่ได้รับความรู้และใช้ความรู้ นั้น รวมถึงทัศนคติและทักษะที่จำเป็นในการทำ ความเข้าใจและจัดการกับอารมณ์ การกำหนดเป้าหมาย เชิงบวกบวก และการทำให้เป้าหมายนั้นบรรลุผล การเข้าใจผู้อื่นและเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น การสร้าง สัมพันธภาพกับผู้อื่น และรักษาสัมพันธภาพตลอดจนการตัดสินใจอย่างรับผิดชอบ

องค์กรความร่วมมือในการเรียนรู้ด้านสังคมศึกษาและทางอารมณ์ (Bridgeland, Bruce and Hariharan, 2013) ได้ให้ความหมายว่า การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ หมายถึง การแสวงหาความรู้ ทักษะและทักษะในการทำความเข้าใจและการจัดการอารมณ์ การกำหนด เป้าหมายและการทำให้บรรลุ เป้าหมายที่บรรลุผล การแสดงออกซึ่งความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่น การสร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพที่ดีและ ตัดสินใจอย่างรับผิดชอบ

จากความหมายทั้งหมดที่กล่าวมาสรุปได้ว่า การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ หมายถึง กระบวนการที่นักเรียนสามารถเข้าใจและจัดการอารมณ์ของตนได้ สามารถตั้งเป้าหมายและการบรรลุ เป้าหมาย เข้าใจและแสดงพฤติกรรมความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น สร้างและการรักษาความสัมพันธ์กับบุคคล อื่น รวมถึงสามารถตัดสินใจอย่างรับผิดชอบต่อความสัมพันธ์นั้นได้ ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นกระบวนการที่มีความ เกี่ยวพันกับ การทำงานของสมองในส่วนที่ทำหน้าที่ให้เกิดกระบวนการรู้คิด ที่เรียกว่า Executive function (EF) อันเป็นกระบวนการสำคัญที่ช่วยให้เราสามารถบริหารจัดการตัวเองได้อย่างเหมาะสม

2. ความสำคัญของการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์

ดูล์และคณะ (Durlak and others, 2011) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการเรียนรู้ ด้านสังคม และอารมณ์ไว้ว่า การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ที่ดีและมีคุณภาพสูงจะช่วยส่งผลดีต่อ สภาพแวดล้อม ในโรงเรียน ทั้งการส่งเสริมด้านการเรียน สังคมและอารมณ์ให้กับนักเรียน จากการศึกษากลุ่มควบคุมการ ทดลอง จำนวน 213 คน ที่เข้าร่วมโปรแกรมการเรียนรู้ด้านสังคมและ อารมณ์ แสดงให้เห็นว่า ทักษะทาง สังคมและอารมณ์ที่ดีขึ้น การยอมรับความสามารถของตนเอง การมีพฤติกรรมรักการมาเรียน อีกทั้งช่วย ลดปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมความก้าวร้าว การกลั่นแกล้ง ผู้อื่น และลดความเครียดทางอารมณ์ เช่น ภาวะซึมเศร้า ความเครียดหรือการแยกตัวออกจากสังคม นอกจากนี้นักเรียนยังมีผลการเรียนที่ดีขึ้น

โรเจอร์ ไวส์เบิร์ก และเจสัน คาสคาริโน (Weissberg and Cascarino, 2013) ได้กล่าวถึง ความสำคัญของการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ไว้ว่า การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ เป็นทักษะด้าน สังคมและอารมณ์มีความสำคัญต่อการเป็นนักเรียน พลเมืองและคนงานที่ดี โรงเรียน สามารถช่วยป้องกัน หรือลดพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ เช่น การใช้ยาเสพติด ความรุนแรง การกลั่นแกล้งผู้อื่นและการไม่รัก นวลสงวนตัว เมื่อได้พัฒนาทักษะทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียน พบว่า นักเรียนระดับอนุบาลจนถึง ระดับมัธยมศึกษามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง นักเรียน มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในและนอก ห้องเรียน รวมทั้งการมีส่วนร่วมของผู้ปกครองและชุมชน ในการวางแผนโครงการ การดำเนินโครงการ และการประเมินผลโครงการ

จากทั้งหมดที่กล่าวมาสรุปได้ว่า การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ มีความสำคัญต่อ นักเรียนใน การเป็นพลเมืองที่ดี โดยการเพิ่มคุณลักษณะที่ดีให้กับนักเรียนทั้ง การยอมรับตนเอง ความผูกพันกับ ห้องเรียนและโรงเรียน ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเองในลักษณะที่เหมาะสม รวมถึงการ รับรู้และทนต่ออารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น ความสามารถในการประพัติน อย่างเหมาะสม การจัดการ อารมณ์และเอาชนะความยากลำบาก นอกจากนี้ยังช่วยป้องกันหรือ ลดพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ เช่น การใช้

เสพยาเสพติด ความรุนแรง การกลั่นแกล้งและการไม่รักษาวล สงวนตัว ตลอดจนช่วยลดความเครียดทางอารมณ์ของนักเรียนซึ่งเป็นปัญหาหลักในโรงเรียนขณะนี้

3. องค์ประกอบของการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์

การศึกษาองค์ประกอบของการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ มีผู้จำแนกองค์ประกอบไว้ดังนี้ องค์การด้านความสามารถในการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (CASEL) (Bridgeland, Bruce and Hariharan, 2013) กำหนดองค์ประกอบของการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ไว้ 5 ประการดังต่อไปนี้

1. ความตระหนักในตนเอง คือ การประเมิน ความรู้สึก ความสนใจ คุณค่าและ จุดแข็งของตนเอง การรักษาความมั่นใจในตัวเองไว้อย่างดี
2. การจัดการตนเอง คือ ควบคุมอารมณ์ความรู้สึกเพื่อควบคุมความเครียด ควบคุมแรงกระตุ้นและอดทนในการเอาชนะอุปสรรค การตั้งเป้าหมายและติดตามความก้าวหน้า นาไปสู่เป้าหมายส่วนตัวและการเรียน การแสดงอารมณ์อย่างเหมาะสม
3. การรับรู้ทางสังคม คือ การเข้าใจผู้อื่นและเอาใจใส่ต่อผู้อื่น ๆ ตระหนักและ เห็นความสำคัญของความแตกต่างระหว่างบุคคลหรือกลุ่มคน การรู้จักใช้ทรัพยากรของครอบครัว โรงเรียน และชุมชนอย่างประหยัด
4. ทักษะความสัมพันธ์ คือ การสร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่ดี โดยอาศัย ความร่วมมือรับมือกับภาวะความกดดันทางสังคมได้เป็นอย่างดี การป้องกันและแก้ไขปัญหา ความขัดแย้งระหว่างบุคคล การขอความช่วยเหลือเมื่อมีความจำเป็น
5. การตัดสินใจที่มีความรับผิดชอบ คือ การตัดสินใจโดยคำนึงถึงมาตรฐานทาง จริยธรรม การคำนึงถึงความปลอดภัย การปฏิบัติตามบรรทัดฐานทางสังคมที่เหมาะสม การเคารพต่อ ผู้อื่น การนำทักษะการตัดสินใจไปใช้กับสถานการณ์ด้านการเรียนและสังคม ที่เอื้อต่อการเป็นอยู่ที่ดี ในโรงเรียนและชุมชน

โจนส์ บัฟเฟรด และไวส์เบิร์ก (Jones, Bouffard and Weissbourd, 2013) ได้จำแนกการเรียนรู้ด้านอารมณ์และสังคมที่สำคัญ ได้แก่ การมุ่งเน้นการฟังอย่างตั้งใจ การจัดการ อารมณ์ การจัดการกับความขัดแย้งและการทำงานร่วมกับผู้อื่น

ลินเชย์ และนอร์แมน (Lindsay and Norman, 2013) ได้จำแนกองค์ประกอบของ การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ ไว้ 5 ประการ ดังนี้

1. ความตระหนักในตนเอง เป็นลักษณะความสามารถในการรับรู้ถึงอารมณ์และ ความรู้สึกของตนเอง ตลอดจนตระหนักถึงจุดแข็งและข้อจำกัดของตัวเอง
2. การจัดการตนเอง คือ ความสามารถในการจัดการอารมณ์และพฤติกรรม เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย
3. การรับรู้ทางสังคม เป็นลักษณะหนึ่งของความสามารถในการแสดงให้เห็นคนอื่นเข้าใจความต้องการของตนเองและใส่ใจต่อผู้อื่น

4. ทักษะความสัมพันธ์ คือ ความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี มีการทำงานเป็นทีม และสามารถบริหารจัดการความขัดแย้งได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5. การตัดสินใจที่มีความรับผิดชอบ คือ ความสามารถของตนเองในการตัดสินใจ ที่สร้างสรรค์บนพื้นฐานทางจริยธรรมเกี่ยวกับพฤติกรรมส่วนบุคคลและส่วนรวม

ไวส์เบิร์ก และคาสคาริโน (Weissberg and Cascarino, 2013) ได้จำแนก องค์ประกอบของการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ไว้ 5 ประการ ดังนี้

1. ความตระหนักในตนเอง คือ ความสามารถในการเข้าใจอารมณ์และความคิด ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง

2. การจัดการด้วยตนเอง คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ ความคิดและ พฤติกรรมของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ในสถานการณ์ที่แตกต่างกันและเพื่อกำหนดเป้าหมาย และทำเป้าหมายนั้นให้สำเร็จทั้งเรื่องส่วนตัวและด้านการเรียน

3. การรับรู้ทางสังคม คือ ความสามารถในการใช้มุมมองของตนเองในการเอาใจใส่กับคนอื่น ๆ ที่มีภูมิหลังที่หลากหลายทางวัฒนธรรมและการรู้จักใช้ทรัพยากรของครอบครัว โรงเรียนและชุมชน

4. ทักษะความสัมพันธ์ คือ ความสามารถในการสร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่ดี กับบุคคลและกลุ่มบุคคลที่หลากหลายผ่านการสื่อสารอย่างชัดเจน การฟังอย่างกระตือรือร้น การประสานงาน การเจรจาต่อรองในเชิงสร้างสรรค์และแสวงหาความช่วยเหลือได้เมื่อมีความจำเป็น

5. การตัดสินใจที่มีความรับผิดชอบ คือ ความสามารถในการสร้างทางเลือกที่ สร้างสรรค์ และเคารพต่อพฤติกรรมส่วนบุคคลและการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม โดยคำนึงถึงมาตรฐาน ทางจริยธรรม ความห่วงใยด้านความปลอดภัย การประเมินผลที่สมจริงที่เกิดจากการตัดสินใจ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีของตนเองและผู้อื่น

จากทั้งหมดที่กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (Social Emotional Learning) ประกอบด้วยคุณลักษณะ 5 ประการ ดังนี้

1. การตระหนักรู้ในตนเอง หมายถึง การประเมินความสามารถในการ ค้นหา หรือรู้จัก หรือเข้าใจตนเอง ได้แก่ รู้ข้อดีข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการและสิ่งที่ไม่ต้องการของ ตนเอง สามารถระบุความรู้สึกของตนเองที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มีความเข้าใจและสามารถอธิบายความรู้สึกนั้นๆ ได้ การประเมินคุณค่าและจุดแข็งของตนเองอย่างถูกต้อง โดยสามารถระบุความรู้ ความสามารถหรือทักษะของตนเองได้อย่างถูกต้อง รวมถึงสามารถประเมินคุณค่าของตนเองจากความความรู้ความสามารถหรือทักษะดังกล่าวได้ว่าอยู่ในระดับใด ซึ่งจะช่วยให้รู้ตนเองเมื่อเผชิญกับ ปัญหาหรือสถานการณ์ต่างๆ

2. การจัดการตนเอง หมายถึง การประเมินความรู้ ทักษะและความสามารถของ ตนเองอย่างตรงตามความเป็นจริง การตั้งเป้าหมายที่มีความเป็นไปได้ การติดตามความก้าวหน้า ในการปฏิบัติ เพื่อไปสู่เป้าหมาย สร้างแรงจูงใจเพื่อไปถึงเป้าหมายที่กำหนด รวมถึงความสามารถ ในการควบคุมอารมณ์ ความคิดและพฤติกรรมของตนเองจากสถานการณ์ที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ ตลอดเวลา โดยไม่ทำให้ตนเอง

และผู้อื่นเดือดร้อนจากการกระทำของตนเอง รวมถึงวิธีการต่าง ๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายส่วนตัวและการเรียน

3. การตระหนักรู้ในสังคม หมายถึง ความสามารถในการแสดงออกถึงการรับรู้ เกี่ยวกับตนเองว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและสิ่งแวดล้อม การแสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสมในการ สร้างความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับสังคมและสิ่งแวดล้อม ความสามารถช่วยเหลือบุคคลอื่น การเข้าใจผู้อื่นที่มีความแตกต่างทางวัฒนธรรม และการแสดงออกซึ่งความเห็นใจผู้อื่น การรู้จักใช้ ทรัพยากรของครอบครัว โรงเรียนและชุมชนอย่างประหยัดไม่ฟุ่มเฟือย เพื่อให้สามารถอยู่ในสังคม ได้อย่างมีความสุข ได้แก่ การเรียนรู้ความสัมพันธ์กับบ้าน ความสัมพันธ์กับโรงเรียน ความสัมพันธ์กับ ชุมชน และความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม

4. ทักษะด้านความสัมพันธ์ หมายถึง ความสามารถในการสร้างความไว้วางใจ ให้เกิดขึ้นในสัมพันธภาพระหว่างบุคคล การเข้าใจมุมมองของผู้อื่น การแสดงถึงความสนใจ การให้ ความสำคัญและให้เกียรติต่อบุคคลที่มีความสัมพันธ์ต่อกัน การสร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่ดี โดยอาศัยความร่วมมือ การจัดการเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหาความขัดแย้งระหว่างบุคคล รวมถึง การขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อมีความจำเป็น

5. การตัดสินใจอย่างมีความรับผิดชอบ หมายถึง กระบวนการเลือกทางเลือกที่ได้ พิจารณาหรือประเมินอย่างดีแล้วว่า เป็นทางให้บรรลุวัตถุประสงค์ และเป้าหมายของตนเอง โดยคำนึงถึงมาตรฐานทางจริยธรรม มีความห่วงใยในความปลอดภัยอันเกิดจากผลที่ตามมาจากการกระทำต่างๆ รวมถึงการมีบรรทัดฐานทางสังคมที่เหมาะสมคือการเคารพต่อผู้อื่น

4. การพัฒนาให้เกิดการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์

การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์นั้นเป็นสิ่งที่ละเอียดอ่อน อันเนื่องมาจากการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์คุณลักษณะที่อยู่ภายในของแต่ละบุคคล การจะพัฒนาให้นักเรียนเกิดการ เรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์นั้นจำเป็นต้องอาศัยสิ่งเร้าและบริบทแวดล้อมที่เหมาะสมที่เอื้อให้เกิดซึ่ง นักวิชาการได้แสดงทัศนะต่างๆ ไว้ดังนี้

อีเลียส และคณะ (Elias and others, 2017) กล่าวว่า การพัฒนาให้เกิดการเรียนรู้ ด้านสังคมและอารมณ์นั้นสิ่งสำคัญที่จะต้องทราบ คือ หลักการ 9 ประการ ที่เป็นการมุ่งมั่นในการ ส่งเสริมการพัฒนาการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ของนักเรียนที่ยั่งยืน ประกอบด้วย

1. ชุมชนมีการกำหนดค่านิยมร่วมกัน
2. สอนและฝึกทักษะด้านอารมณ์ทางสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งสิ่งที่จำเป็น ในพฤติกรรมที่แสดงออกถึงเคารพนับถือและอำนวยความสะดวกในการสอนที่ครอบคลุมในทุกพื้นที่ การศึกษา
3. สอนและปฏิบัติตามหลักจริยธรรม
4. สร้างชุมชนการเรียนรู้ที่ปลอดภัย มีการสนับสนุนและเอาใจใส่
5. ชักชวนให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ การเป็นผู้นำและการบริการ

6. ส่งเสริมให้ผู้ใหญ่ทุกคนมีบทบาทในเชิงบวก รวมไปถึงค่านิยมหลักที่จะเป็น แบบอย่างที่ดีให้นักเรียน

7. ต้องอาศัยการพัฒนาวิชาชีพจากงานวิจัย

8. มีการรวบรวมข้อเสนอแนะและการประเมินผลที่แนะนำการปฏิบัติ และมีจิตวิญญาณของการปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง

9. ชักชวนผู้ปกครองและคนในชุมชนให้เข้ามามีส่วนร่วม

ลิเซย์ และนอร์แมน (Lindsay and Norman, 2013) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์นั้นจะพัฒนาได้ด้วย 4 กระบวนการ ดังนี้

1. การสอนความรู้และฝึกทักษะด้านการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์อย่างชัดเจน
2. พัฒนาวัฒนธรรมและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมในโรงเรียนและห้องเรียน ให้กับสมาชิกทุกคน เพื่อให้เป็นชุมชนแห่งการเรียนรู้
3. สอดแทรกการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ผ่านเนื้อหาในบทเรียนและ ทักษะปฏิบัติอื่นๆ
4. เปิดโอกาสให้กับผู้ปกครอง ครอบครัว ชุมชน และโรงเรียนได้เข้ามามีส่วนร่วม ในการส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์

ขณะที่องค์การยูนิเซฟ (UNICEF, 2009) กล่าวว่า การใช้วิธีการสร้างความยืดหยุ่น ในการส่งเสริมสุขภาพจิตเป็นไปในทิศทางที่จะช่วยลดความเสี่ยงต่อความปลอดภัยของเด็กและ อารมณ์ความรู้สึก ในขณะที่การส่งเสริมสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาที่เหมาะสม การรับมือกับ ปัญหาที่มีประสิทธิภาพ นั้นจะต้องพัฒนาตามกระบวนการ ดังนี้

1. ส่งเสริมการพัฒนาแบบองค์รวมของเด็กและความสามารถทางร่างกาย ความสามารถทางความรู้ ความเข้าใจและอารมณ์ที่เหมาะสมกับอายุ
2. ส่งเสริมสภาพแวดล้อมที่มั่นคงสำหรับเด็ก
3. เสริมสร้างโครงสร้างการดูแลของครอบครัวและชุมชนสำหรับเด็ก
4. สนับสนุนเด็กและเยาวชนในการมีส่วนร่วมอย่างเต็มที่
5. เสริมสร้างความเข้มแข็งผ่านเครือข่ายในท้องถิ่นที่ช่วยให้เด็กได้รับการคุ้มครองดูแลให้มีความสุขได้ เช่น กลุ่มสตรีหรือเครือข่ายทางศาสนา

ไวส์เบิร์ก และคาสคาริโน (Weissberg and Cascardino, 2013) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์สามารถช่วยพัฒนาโดยการบูรณาการชุดการศึกษา 2 ชุด คือ

1. การสอน การสร้างแบบจำลองและการอำนวยความสะดวกในการประยุกต์ใช้สมรรถภาพทางสังคมและอารมณ์ในรูปแบบต่าง ๆ ที่ทำให้นักเรียนสามารถใช้เป็นส่วนหนึ่งของ พฤติกรรมประจำวันของตนเอง
2. การสร้างสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่ปลอดภัย เอาใจใส่และการมีส่วนร่วม เกี่ยวกับกิจกรรมที่จัดขึ้นทั้งเพื่อน ครอบครัว ชุมชน และโรงเรียน

จากการศึกษาการพัฒนาให้เกิดการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์นั้น ผู้วิจัยสามารถ สรุปได้ว่าการจะพัฒนาให้เกิดการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ของนักเรียนนั้นจะต้องมีการสร้าง บรรยากาศการเรียนรู้ที่ผู้เรียนเกิดความไว้วางใจ โดยรู้สึกว่าคุณเองปลอดภัยและอบอุ่น ลดความตึงเครียด ความรู้สึกแตกต่าง และความกลัวลง เพื่อให้ผู้เรียนกล้าแสดงออกในการเรียนรู้ นอกจากการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์จะต้องแทรกอยู่ทุกที่ที่นักเรียนต้องมีส่วนร่วมโดยเฉพาะ ค่านิยมหลักและศีลธรรมที่จะต้องปฏิบัติร่วมกันทั้งในบทเรียน การเรียนการสอนในชั้นเรียน และนอกชั้นเรียน โดยที่ครอบครัว ชุมชน และโรงเรียน ต้องเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดประสบการณ์ ดังกล่าวให้เกิดกับนักเรียน

แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

1. ความหมายของการปรับตัว ได้มีบุคคลจากศาสตร์สาขาต่าง ๆ ทั้งนักจิตวิทยาและนักการศึกษาให้ความหมายไว้ ดังนี้

Bernard ได้กล่าวถึงการปรับตัวว่า หมายถึง การที่บุคคลสามารถปรับตัวว่า หมายถึง การที่บุคคลสามารถปรับตัวให้เข้ากับตนเองและโลกภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพความพึงพอใจ ความแจ่มใสอย่างสูงสุดมีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสภาพสังคม มีความสามารถที่จะเผชิญและยอมรับความจริงของชีวิต (Bernard,1960; จุมจินต์ สลัดทุกข์, 2543)

นิรมล สุวรรณโครต (2553) กล่าวว่า การปรับตัวเป็นกระบวนการปรับและการเปลี่ยนแปลงของบุคคลให้สามารถเข้ากับสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ต่างๆตามความต้องการของตนเองได้อย่างมีความสุข

ชนิดดา เพ็ชรประยูร และคณะ (2554) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลใช้ความพยายามในการปรับตนเองเมื่อต้องเผชิญกับสภาพปัญหาความวิตกกังวล ความคับข้องใจ ความเครียด ความทุกข์ใจ ความวิตกกังวลต่างๆ จนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นๆ สามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมหรือสภาพปัญหานั้นๆ ได้

เชมณัฐ จันทรวงศา (2560) กล่าวว่า การที่บุคคลปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้ในการอยู่ร่วมกันในสังคมและสิ่งแวดล้อมเดียวกัน ซึ่งจะต้องมีการติดต่อสัมพันธ์หรือแข่งขันกัน การปรับตัวจึงเป็นรูปแบบของการปรับตัวเพื่อให้ยอมรับและเข้าใจกับสภาพแวดล้อม การปรับตัวจึงเป็นเรื่องที่มีความแตกต่างระหว่างบุคคลและใช้ชีวิตร่วมกันในสังคมนั้นๆ ได้อย่างมีความสุข

สมชาย สภา (2561) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลปรับตัว ให้เข้ากับผู้อื่นได้ในการอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งจะต้องมีการติดต่อสัมพันธ์หรือแข่งขันกัน คนในสังคมจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันได้โดยการปรับปรุงไม่ให้เกิดความขัดแย้งจนถึงต้องแตกกลุ่มกัน แม้ว่าแต่ละคนอาจจะมิมีนิสัยใจคอหรือผลประโยชน์แตกต่างกัน การปรับตัวเป็นผลของความพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการหรือด้านอารมณ์ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนเป็นสถานการณ์ที่มีบุคคลนั้นสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นๆ ได้

จากการให้ความหมายของการปรับตัวข้างต้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า การปรับตัว คือ ความสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น ให้มีการแสดงออกอย่างเหมาะสม เพื่อรักษาความสมดุลของชีวิต และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งผู้วิจัยได้แบ่งการปรับตัวออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

1. ด้านส่วนตัว หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ เข้าใจตนเอง ความเชื่อมั่นในความสามารถและมองเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะคติทางบวกต่อตนเองและผู้อื่น รู้จักหน้าที่ความรับผิดชอบของตนเอง การช่วยเหลือผู้อื่น การรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น มีเป้าหมายในชีวิต

2. ด้านการเรียน หมายถึง ความมุ่งมั่น ตั้งใจเรียน เอาใจใส่ในการเรียน พยายามซักถามเพื่อให้เข้าใจ ความรับผิดชอบ ความขยัน มีสมาธิ กล้าอภิปรายและซักถาม ทบทวนบทเรียน

3. ด้านสังคม หมายถึง ความสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม ปฏิสัมพันธ์กับอาจารย์อย่างเหมาะสม ความสุภาพอ่อนน้อม สามารถเข้ากับเพื่อนและทำงานกลุ่มร่วมกันได้ดี มนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน แสดงความคิดเห็นและยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ให้ความร่วมมือในการทำงาน เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ และปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียนด้วยความเต็มใจ

2. ทฤษฎีในการปรับตัว ได้มีผู้กล่าวถึงทฤษฎีการปรับตัว ไว้ดังนี้

รอยและแอนดริว (Roy and Andrew, 1991) เชื่อว่า บุคคลประกอบด้วยกาย จิต สังคม เป็นหน่วยเดียวกัน ไม่อาจแยกจากกัน ทั้งนี้คนเป็นระบบเปิดที่ต้องมีปฏิสัมพันธ์ทางสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงระบบการปรับตัวของบุคคลประกอบด้วยสิ่งนำเข้า กระบวนการควบคุม ผลลัพธ์และกระบวนการย้อนกลับ โดยมีดังนี้

1. สิ่งนำเข้า หมายถึง สิ่งเร้าและระดับการปรับตัว สิ่งเร้าเป็นสิ่งแวดล้อมภายนอกและภายในตัวบุคคลที่กระตุ้นให้บุคคลมีการปรับตัว โดยสิ่งเร้าภายนอกมาจากสิ่งแวดล้อมภายนอก ส่วนสิ่งเร้าภายในจะมาจากภายใน สถานการณ์ใหม่จะกว้างขึ้น ถ้าหากบุคคลเคยมีประสบการณ์ในการปรับตัวที่ผ่านมา ก็จะสามารถปรับตัวได้เหมาะสม เมื่อสิ่งเร้าเข้ามากระทบทำให้ระบบเกิดการเปลี่ยนแปลง บุคคลต้องมีการปรับตัวเพื่อให้เข้าสู่ระบบสมดุลโดยใช้กระบวนการควบคุมซึ่งเป็นกระบวนการที่ตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อม เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ การปรับตัวนั้นมีการปรับตัวทั้งระบบภายใน ได้แก่ การใช้กลไกการควบคุม และกลไกการรับรู้ และระบบภายนอกเป็นการกระทำเพื่อรักษาระดับการปรับตัวของบุคคล

2. กระบวนการควบคุม เมื่อสิ่งแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกเกิดการเปลี่ยนแปลงหรือมีสิ่งเร้าเกิดขึ้น จะผ่านเข้าสู่ระบบบุคคล บุคคลจะมีกระบวนการควบคุมสิ่งเร้าที่เรียกว่ากระบวนการปรับแก้ ซึ่งมีทั้งที่ได้มาแต่กำเนิดและได้มาภายหลัง โดยกระบวนการปรับแก้ที่มีมาแต่กำเนิดเป็นลักษณะเฉพาะบุคคลในการถ่ายทอดทางพันธุกรรม เป็นการเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติโดยบุคคลไม่ได้คาดคิดมาก่อน

ส่วนกระบวนการปรับแก้ที่เกิดขึ้นภายหลังเป็นผลมาจากการเรียนรู้และการพัฒนาการของบุคคล กระบวนการปรับแก้ ประกอบด้วย 2 ระบบย่อย คือ

1) กลไกการควบคุม (regulator mechanism) เป็นกลไกการปรับตัวที่เกิดขึ้นอัตโนมัติ โดยที่บุคคลไม่รู้สึกรู้สิด เป็นการทำงานร่วมกันของระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อ การรับรู้และการตอบสนองเพื่อที่จะควบคุมการทำงานของร่างกายให้อยู่ในภาวะสมดุล

2) กลไกการรับรู้ (congenator mechanism) เป็นกลไกการปรับตัวที่เกิดขึ้นจากประสบการณ์และการเรียนรู้ ซึ่งเกี่ยวกับกระบวนการทางจิต สังคม ที่บุคคลใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับภาวะเครียด บุคคลจะเรียนรู้การปรับตัวในส่วนนี้ จากทักษะการเข้าสังคม ประสบการณ์แก้ปัญหา ในสถานการณ์ที่คล้ายคลึงและระดับการศึกษาซึ่งเป็นการทำงานของสมองในระดับสูงกลไกการปรับตัว ทั้ง 2 ส่วนจะเกิดควบคู่กันเสมอ ทำงานร่วมกันเสมือนว่าเป็นหน่วยเดียวกันโดยสิ่งเร้าที่ผ่านเข้ามาทางกลไกควบคุมแล้วส่งต่อไปที่กลไกการรับรู้

อีริกสัน (Erikson, 1968.) นักจิตวิทยาสังคมได้กล่าวถึง การปรับตัวว่า เป็นผลมาจากที่บุคคลมีวุฒิภาวะเพียงพอที่จะเอาชนะอุปสรรคหรือวิกฤติการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงของการพัฒนาการโดยอาศัยประสบการณ์ที่บุคคลได้เรียนรู้จากสภาพแวดล้อมทางสังคมมาแก้ไขอุปสรรคในช่วงต่อไปของชีวิตได้ ดังนั้น การปรับตัวของวัยรุ่นจึงขึ้นอยู่กับปรับตัวขั้นแรกและการปรับตัวได้ดีในวัยรุ่นส่งผลให้บุคคลนั้นสามารถปรับตัวได้ดีต่อไปในอนาคตอีกด้วย วารินทร์ รามฤทธิ์ (2557) ได้กล่าวไว้ว่า ตามทฤษฎีของอีริกสันบุคคลจะมีการพัฒนาเอกลักษณ์หรือความสับสนในบทบาทวัยเด็ก เกิดการเรียนรู้ว่าเขาเป็นใครสามารถทำอะไรได้ เรียนรู้บทบาทต่างๆ สะสมข้อมูลของตนเองและสังคม เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระอย่างมาก มีความต้องการอิสระและความต้องการทางเพศในช่วงนี้ อิด (Id) มีแรงผลักดันมากทำให้วัยรุ่นใจร้อน โวยวาย ความอดทนที่จะรอคอยน้อยลงชอบทดลองเรื่องต่าง ๆ เพื่อค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน อีโก้ (Ego) วัยรุ่นจะต่อสู้กับกฎเกณฑ์ข้อบังคับของสังคม ผู้ที่ปรับตัวได้ดีจะมีความสมดุลระหว่างความต้องการส่วนตัวกับความต้องการทางสังคม และผู้ที่สามารถปรับตัวได้ดีจะพัฒนาเอกลักษณ์ประจำตนได้ มีสุขภาพจิตดี สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมทางสังคมและการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายได้ ส่วนผู้ที่ปรับตัวไม่ได้ จะสับสนในเอกลักษณ์แห่งตนขาดความมั่นใจในตนเองเกิดความวิตกกังวล มีความต้องการภายในมากกว่า ไม่สามารถปรับสมดุลระหว่างความต้องการส่วนตัวและความต้องการทางสังคมได้

จากแนวคิดทฤษฎีการปรับตัวที่ได้กล่าวมานั้น ผู้วิจัยจึงได้หาข้อสรุปเพื่อเป็นแนวทางในการที่จะพัฒนาการปรับตัวของนักเรียนให้มีความสามารถทางการปรับตัวได้ ทั้งทางด้านส่วนตัว ด้านการเรียน และด้านสังคม เพื่อให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้และพัฒนาตนเองให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขได้

3. สาเหตุของการปรับตัว

ผู้วิจัยได้นำเสนอแนวคิดที่นักวิชาการหลายท่านได้กล่าวถึงเกี่ยวกับสาเหตุของการปรับตัวไว้ดังนี้

เดิมศักดิ์ คทวณิช (2546) กล่าวถึงสาเหตุของการปรับตัวของบุคคลมีรายละเอียด ดังนี้

1. ความคับข้องใจ หมายถึง สภาวะทางอารมณ์ที่รู้สึกอึดอัด ไม่สบายใจ กลัดกลุ้มใจและหงุดหงิดใจ เนื่องจากมีอุปสรรคมาขัดขวางบุคคลไม่ได้รับรู้เป้าหมายได้สมความตั้งใจ
2. ความขัดแย้งในใจ หมายถึง สภาวะทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับบุคคลเนื่องมาจากการที่บุคคลนั้นจะต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ต้องตอบสนองหลายๆ สถานการณ์ในเวลาเดียวกัน
3. ความกดดัน หมายถึง สภาวะทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นจากการที่บุคคลถูกสถานการณ์บางอย่างบีบบังคับ ผลักดัน หรือเร่งเร้าให้ต้องทำอะไรสิ่งหนึ่งให้สำเร็จภายในเวลาที่จำกัด สาเหตุของความกดดันมาจากบุคคลสร้างความกดดันให้กับตนเอง และสภาพการณ์จากบุคคลและสังคมรอบข้าง
4. ความเครียด หมายถึง สภาวะทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลรู้สึกว่าต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคมากเกินไป หรือเผชิญกับอุปสรรคซ้ำแล้วซ้ำเล่า

วรารณ ตระกูลสถิตย์ (2549) กล่าวถึงสาเหตุของการปรับตัวว่า มนุษย์ต้องมีการปรับตัวเพื่อความอยู่รอดของชีวิตและเพื่อความสุขและราบรื่นในชีวิตมนุษย์ โดยมีเหตุผลสำคัญดังนี้

1. เพื่อความอยู่รอดของชีวิต ตลอดชีวิตของบุคคลหนึ่งๆ ย่อมผ่านช่วงชีวิตมามากมายพบกับความเปลี่ยนแปลง ทั้งที่เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติเริ่มตั้งแต่ปฏิสนธิเป็นตัวอ่อนอยู่ในครรภ์มารดา เจริญเติบโตมาเป็นทารกอยู่ในครรภ์มารดาต่อมาตลอดเป็นทารกแรกเกิดและเติบโตมาจนถึงทุกวันนี้เราทุกคนต้องพบกับสภาพความเปลี่ยนแปลงมาโดยตลอดซึ่งทุกคนต้องปรับตัวเพื่อความอยู่รอดให้ได้ในแต่ละช่วงชีวิต เช่น เมื่อทารกแรกเกิดก็ดูดนมกินนมมารดาเพียงอย่างเดียวเมื่อโตขึ้นประมาณ 3 เดือน มารดาก็เริ่มจะให้อาหารอื่นทดแทน ลักษณะการปรับตัวเช่นนี้เหตุผลคือ จำเป็นต้องปรับตัวเองให้เข้ากับสภาพความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตัวเรา “เพื่อความอยู่รอดของชีวิต”

2. เพื่อความสุข หากมีคำถามว่า ความสุขคืออะไร ความสุข คือ การไม่มีความทุกข์ความทุกข์ คือ การไม่มีความสุข การปรับตัว ช่วยให้เรามีความสุขได้อย่างไร การปรับตัวช่วยให้เรายอมรับสภาพการณ์ สภาพปัญหาที่เกิดขึ้น แล้วพยายามหาวิธีการแก้ไข ขจัดปัดเป่าปัญหาหรือสภาพที่ค่อนข้างเลวร้ายหรือสภาพการณ์ที่เลวร้ายมาก ๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวเราให้บรรเทาเบาบางลง ซึ่งอาจจะพยายามแก้ไขด้วยตนเองหรือมีการแสวงหาบุคคลอื่นมาช่วยแก้ไขปัญหาก็ได้ สุดท้ายเมื่อปัญหาลี้คลายมีการแก้ไขแล้ว ความคิด ความรู้สึก ของเราก็จะดีขึ้นผ่อนคลายความตึงเครียดลงไป เมื่อความทุกข์หายความสุขสบายใจย่อมเกิดขึ้น

ปาจารย์ จันซิ่น (2557) กล่าวถึงสาเหตุของการปรับตัว คือ การที่บุคคลประสบปัญหาหรืออุปสรรคที่อาจเกิดขึ้นจากการที่ไม่สามารถตอบสนองความต้องการของตนเองหรือเกิดจากสภาพสังคมสิ่งแวดล้อม บุคคลจึงต้องอาศัยการปรับตัวเพื่อช่วยให้ปัญหาต่างๆ คลี่คลายจนกระทั่งหมดไปและสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

จากการให้ความหมายของการปรับตัวข้างต้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า แต่ละบุคคลมีสาเหตุของการปรับตัวที่แตกต่างกัน โดยส่วนใหญ่จะปรับตัวเพื่อแก้อุปสรรคหรือข้อขัดข้องใจของตนเอง เช่น การปรับตัวเมื่อเกิดความไม่สบายใจ ความวิตกกังวล ความคับข้องใจ และความเครียด เพื่อตอบสนองความต้องการแห่งตน หรือที่ตนไม่สามารถจะกระทำได้

4. ลักษณะของการปรับตัว

สำหรับลักษณะของการปรับตัว ผู้วิจัยขอเสนอ 2 ลักษณะ ดังนี้ 1. ลักษณะของการปรับตัวที่ดี วราภรณ์ ตรีกุลสฤษฎี (2550) ได้กล่าวว่า ลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดีเป็นบุคคลที่มีลักษณะดังนี้

- 1) รู้จักและเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้โดยปราศจากอคติ
- 2) ยอมรับในสิ่งที่ตนเองเป็น เป็นผู้ที่มีความพึงพอใจในตนเอง
- 3) ใจกว้าง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
- 4) มองโลกในแง่ดี มีความคิดทางบวกมากกว่าความคิดทางลบ
- 5) มีความเชื่อมั่นในตนเอง
- 6) รู้จักควบคุมอารมณ์และรู้จักจัดการกับอารมณ์อย่างเหมาะสม
- 7) สามารถเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคใดๆ ได้ด้วยสติและใช้ปัญญาในการแก้ปัญหา
- 8) มักจะประสบความสำเร็จในชีวิตส่วนตัว การงาน และอาชีพ
- 9) สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข

สุทธิรักษ์ ไชยรักษ์ (2556) กล่าวว่า คนที่มีการปรับตัวได้ดี คือคนที่สามารถให้และรับความรักได้ (Two – way flow of Affection) มีความสัมพันธ์อันดีกับคนอื่น ไวต่อความรู้สึกนึกคิดความต้องการของคนอื่น มีชีวิตอยู่เพื่อทำให้ชีวิตของคนอื่นได้รับความสุขสบายด้วย ไม่เรียกร้องต้องการหรือมุ่งหวังให้คนอื่นทำในสิ่งที่ตนไปไม่ได้ เพื่อสนองความต้องการของตนเอง

ปาจารย์ จันซิ่น (2557) ได้กล่าวว่า ลักษณะของการปรับตัวที่ดี หมายถึง การที่บุคคลพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาและแก้ปัญหาอย่างมีสติ มีความสุขกับประสบการณ์ใหม่ๆ ในชีวิตโดยไม่ทอดทิ้ง สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ ซึ่งสอดคล้องกับ นรารักษ์ ไทยประเสริฐ (2559) กล่าวว่า การปรับตัวได้ดี คือ การแสดงตัวที่เหมาะสม ได้รับการยอมรับจากกลุ่ม เข้ากับบุคคลอื่น ๆ ได้ มีทักษะทางสังคม ถ้าที่จะเผชิญปัญหา โดยอาศัยหลักแห่งความเป็นจริง มีเหตุผล มีการตัดสินใจบนความถูกต้อง เพื่อรักษาความสมดุลของการดำเนินชีวิต

จากที่ได้กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า ลักษณะของการปรับตัวที่ดี หมายถึง การที่บุคคลพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาและแก้ปัญหาอย่างมีสติ มีความสุขกับประสบการณ์ใหม่ๆ ในชีวิตโดยไม่ท้อถอย สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ ลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดีจะสามารถเข้าใจตนเองและผู้อื่น มีความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพความเป็นจริง มีความเข้าใจตนเองและผู้อื่น ตลอดจนสามารถแก้ไขปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้อย่างเต็มความสามารถ

ลักษณะของการปรับตัวที่ไม่ดี คาร์เพลน (Kaplan, 1959 อ้างใน ปาจริย์ จันชื่น, 2557) กล่าวถึงพฤติกรรมหรือลักษณะที่แสดงว่าบุคคลปรับตัวไม่ดี 6 ประเภท ได้แก่

1) พวกที่ชอบกระพริตตาบ่อยๆ เสียริมฝีปาก ดึงผม กัดเล็บ กระดิกขา หรือปัสสาวะบ่อยๆ พวกนี้เกิดจากความวิตกกังวล

2) พวกที่หมกมุ่นกับความเศร้าโศก เสียใจ ตื่นเต้นเกินไป ไม่รับผิดชอบ พวกนี้เกิดจากอารมณ์รุนแรงเกินไป

3) พวกที่ชอบพึ่งพาผู้อื่น ทำงานคนเดียวไม่ได้ ขี้ระแวง ขี้สงสัย ขาดเหตุผลตัดสินใจเองไม่ได้ รู้สึกว่าตนเองขาดความสามารถ มีผมด้อย พฤติกรรมเหล่านี้เกิดจากการขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์

4) พวกที่ชอบแสดงอาการก้าวร้าวผู้อื่น ต่ำหนิติเตียน พุดจาขวานผ่าซาก พวกนี้คิดว่าตนอยู่เหนือกว่าผู้อื่น

5) พวกที่พูดจาหยาบค้าย ขาดความสุภาพ ชอบขัดขึ้นคำสั่ง ชอบรังแกและทารุณสัตว์ ตลอดจนต่อต้านระเบียบวินัย พวกนี้เกิดจากการต่อต้านสังคม

6) พวกที่เจ็บป่วยโดยขาดสาเหตุ กินจุ หิวบ่อย บางครั้งอาเจียนและอุจจาระไม่เป็นเวลา พวกนี้สาเหตุมาจากจิตใจได้รับการกระทบกระเทือน

ชลันดา หนูหล้า (2556) กล่าวว่า ลักษณะของบุคคลที่มีการปรับตัวที่ไม่ดี คือมักจะเป็นผู้ที่ชอบมองโลกในแง่ร้าย ชอบตั้งเงื่อนไขต่าง ๆ ให้กับสังคม ชอบตำหนิติเตียนผู้อื่น ชอบใช้อารมณ์ที่รุนแรงเป็นต้นสิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นลักษณะของผู้ที่ปรับตัวได้ไม่ดีจึงเป็นเหตุให้บุคคลเหล่านั้นอยู่ในสังคมอย่างหวาดระแวงและไม่มีความสุขกับการเข้าสังคม

ปาจริย์ จันชื่น (2557) กล่าวว่า ลักษณะของการปรับตัวที่ไม่ดี คือ การที่บุคคลไม่กล้าเผชิญปัญหา ไม่กล้าตัดสินใจ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เข้ากับบุคคลอื่นไม่ได้

จากที่ได้กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า ลักษณะของการปรับตัวที่ไม่ดี หมายถึง การที่บุคคลมีลักษณะไม่กล้าเข้าสังคม ชอบอยู่เงียบ ๆ คนเดียว ทำงานกับกลุ่มเพื่อนไม่ได้ มีความวิตกกังวลขาดเชื่อมั่นในตนเอง ตลอดจนไม่สามารถตัดสินใจ แก้ไขปัญหาหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้นกับตนเองและไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้

5. การปรับตัวของนักเรียนในโรงเรียน

การศึกษาในโรงเรียนเป็นการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาและปรับพฤติกรรมของนักเรียน ให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์โดยการกำหนดทิศทางในการพัฒนาเพื่อความเหมาะสมกับนักเรียน การปรับตัวของนักเรียนในโรงเรียนมีหลากหลายด้าน ผู้วิจัยจึงขอเสนอการปรับตัวของนักเรียนในโรงเรียน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ทั้งหมด 3 ด้าน ดังนี้

1. การปรับตัวด้านส่วนตัว อารมณ์แต่ละบุคคลการปรับตัวด้านส่วนตัว อารมณ์ของแต่ละบุคคล ได้มีผู้ให้คำนิยามไว้หลายท่านดังนี้

ธอร์ป (Thorpe อ้างใน ศรินทรทิพย์ มากบุญ, 2546) การปรับตัวเอง ได้แก่ การที่บุคคลจะปรับตัวเองได้ดี ต้องประกอบ ด้วยลักษณะ ดังนี้

1) ความต้องการของตัวเอง (Self-Reliance) หมายถึง การที่บุคคลทำอะไรได้ด้วยตนเองไม่ต้องพึ่งผู้อื่นเป็นอิสระจากผู้อื่น มีความมั่นคงทางอารมณ์ และรับผิดชอบในการกระทำของตนเอง

2) การมองเห็นคุณค่าของตนเอง (Sense of Personal Worth) หมายถึงการที่บุคคลเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น มีความรู้สึกว่าตนเองมีค่า มีความพอใจ และเชื่อมั่นในความสามารถ และความสำเร็จของตนเอง

3) ความรู้สึกเป็นอิสระของตนเอง (Sense of Personal Freedom) หมายถึงการที่บุคคลพอใจในอิสรภาพ มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล ตัดสินใจในการกระทำ และวางแผนชีวิตของตนเอง

4) ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Feeling of Belonging) หมายถึง การที่บุคคลได้รับความอบอุ่นในครอบครัว ในหมู่เพื่อนฝูง จึงทำให้มีความภาคภูมิใจในบ้าน ในโรงเรียน เป็นต้น

5) ความรู้สึกไม่มีแนวโน้มที่จะถอยหนี (Non Withdrawing Tendencies) บุคคลที่มีแนวโน้มที่จะถอยหนีจะมีความรู้สึกไม่กล้าที่จะเผชิญกับความเป็นจริง มักใช้ความคิดตนเองสร้างความสุข มักเอาตัวเองเข้าไปแทรกในทุกๆเรื่อง อ่อนไหว

6) ความรู้สึกไม่มีอาการทางประสาท (Non Nervous Symptom) บุคคลที่มีอาการทางประสาทจะมีความรู้สึกที่มีความผิดปกติทางด้านร่างกายและอารมณ์

ธีระ มูลธิยะ (2530) ได้นิยามความหมายของการปรับตัวด้านอารมณ์ว่าเป็นความรู้สึกนึกคิดของบุคคลที่มีต่อตนเองในด้านความกดดันทางอารมณ์ ความวิตกกังวล ความสุข ความเศร้า ความขุ่นเคืองความตึงเครียด ความท้อแท้ และความเบื่อหน่าย

ศรินทรทิพย์ มากบุญ (2546) กล่าวว่า ปัญหาการปรับตัวด้านอารมณ์หรือจิตใจเป็นผลสืบเนื่องมาจากปัญหาการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายทั้งนั้น ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกไม่สบายใจ โดยทั่วไปแล้วเด็กวัยรุ่นมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงได้ง่าย ถ้าเด็กเป็นผู้ที่มีอารมณ์ที่ดีจะทำให้จิตใจร่าเริงแจ่มใส แต่ถ้าเด็กมีอารมณ์ฉุนเฉียวโกรธง่าย มีความกลัวสภาวะการหรือบุคคลใดบุคคลหนึ่งมากเกินไป จะเป็นอันตรายต่อตัวเด็กและสังคมอย่างยิ่ง โรงเรียน ครอบครัว ชุมชน และสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็กนับว่า มีอิทธิพลต่ออารมณ์ของเด็กมาก จึงควรสร้างสิ่งแวดล้อมให้ดีและเหมาะสมกับการปรับตัวของเด็กวัยรุ่น

จากที่ได้กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า การปรับตัวด้านส่วนตัว หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ เข้าใจตนเอง ความเชื่อมั่นในความสามารถและมองเห็นคุณค่าในตนเองทัศนคติทางบวกต่อตนเองและผู้อื่น รู้จักหน้าที่ความรับผิดชอบของตนเอง การช่วยเหลือผู้อื่น การรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น มีเป้าหมายในชีวิต

2. การปรับตัวด้านการเรียน

ประธาน วัฒนวาณิชย์ (2529 อ้างถึงใน ดวงแข วิทยาสุนทรวงศ์, 2541) กล่าวว่า การเรียนของนักเรียนให้ได้ ผลดีมีลักษณะ ดังนี้

1) ความอยากเรียน (Motivation) การทำให้มีความศรัทธาอยากเรียนนับว่าเป็นสิ่งจำเป็นในอันดับแรกของการเรียนและเป็นความสำเร็จไปแล้วเกินครึ่ง วิธีการกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความอยากเรียน คือ ต้องเร้าใจตนเองให้เกิดความสนใจอยากเรียน

2) การแสดงต่อการเรียน (Reaction) การเรียนจะได้ผลมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับความพร้อมของผู้เรียน คือ ผู้เรียนจะต้องมีความพร้อมอย่างแรงกล้ามีจุดมุ่งหมายในการเรียนอย่างแน่วแน่อยอมจะเรียนได้ดีกว่าผู้ที่ไม่มีความพร้อมในการเรียน

3) มีสมาธิในการเรียน (Concentration) การเรียนจะมีประสิทธิภาพต้องอาศัยความตั้งใจที่จะจดจ่ออยู่กับการเรียน ความพร้อมที่จะเรียน และสนใจในวิชานั้นจริง ๆ สิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อสมาธิในการเรียน เช่น ความหิว ความอึด เหนื่อยล้า ฯลฯ ต้องขจัดให้หมดไปขณะที่ฟังคาบบรรยายหากเกิดข้อสงสัยควรรีบจดไว้ เพื่อไม่ให้ข้อสงสัยนั้นรบกวนสมาธิในการเรียนในช่วงนั้น ๆ

4) การจัดลำดับเรื่องที่เรียน (Organization) นักเรียนจะต้องรู้จักจัดลำดับในเรื่องที่จะเรียนให้เป็นหมวดหมู่ก่อนหลัง มิฉะนั้นจะสับสนปนเปทำให้เรียนไม่เข้าใจ เกิดความเบื่อหน่าย ไม่อยากเรียน

5) ความเข้าใจ (Comprehension) นักเรียนจะต้องเข้าใจเรื่องที่จะเรียนว่ามีความมุ่งหมาย อย่างไร รู้จักจับหลักสำคัญของเรื่องนั้นๆ

ชนิดดา เพ็ชรประยูร และคณะ (2554) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวด้านการเรียนไว้ว่า การปรับตัวด้านการเรียน หมายถึง การที่บุคคลมีความตั้งใจฟังอาจารย์อธิบายตลอดชั่วโมงเรียนรู้ รู้จักซักถามเมื่อเกิดข้อสงสัยไม่เข้าใจ รู้จักสรุปใจความสำคัญและบันทึกย่อ มีเอกสารในการเรียนพร้อมไม่ทำกิจกรรมอื่นในขณะที่เรียน ศึกษาวิชาเรียนมาล่วงหน้าหรือค้นคว้าเพิ่มเติมจากห้องสมุด มีความตั้งใจทำงานตามที่ได้รับมอบหมายและส่งงานตรงตามกำหนดเวลา สามารถนำความรู้จากการเรียนมาใช้ในห้องปฏิบัติการ ได้รู้จักแบ่งเวลาระหว่างการเรียนและการทำกิจกรรม มีความพอใจในสาขาที่เรียนและมุ่งมั่นที่จะเรียนให้สำเร็จ

ชลันดา หนูหล้า (2556) กล่าวว่า การปรับตัวด้านการเรียน มีความสำคัญอย่างมากต่อการเรียนให้ประสบความสำเร็จ เพราะหากมีความสามารถในการปรับตัวให้สอดคล้องกับ รูปแบบการเรียนการสอน ตลอดจนมีความเพียรพยายามมานะอดทนต่อการเรียน รู้จักแบ่งเวลาภาระหน้าที่ของตนเองให้เป็นระบบ ย่อมทำให้ประสบความสำเร็จในด้านการเรียนตามมา

จากที่ได้กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า การปรับตัวด้านการเรียน หมายถึง ความมุ่งมั่น ตั้งใจเรียน เอาใจใส่ในการเรียน พยายามซักถามเพื่อให้เข้าใจ ความรับผิดชอบ ความขยันมีสมาธิ กล้าอภิปรายและซักถาม ทบทวนบทเรียน

3. การปรับตัวด้านสังคม

ช่วงการเปิดเรียนใหม่เป็นช่วงที่นักเรียนใหม่ หรือการเริ่มต้นอะไรใหม่ๆ ต้องเผชิญกับการปรับตัว อย่างรอบด้านทั้งที่อยู่อาศัย การเรียนการปรับตัวเข้ากับเพื่อน การปรับตัวเข้ากับกิจกรรมใหม่ รวมทั้งการปรับตัวเข้ากับสังคมใหม่ ๆ จึงทำให้เป็นช่วงที่นักเรียนต้องอยู่ในภาวะความกดดัน และก่อให้เกิดความเครียด อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ หากการจัดกิจกรรมในรูปแบบที่ไม่เหมาะสม เช่น กิจกรรมที่มีการบังคับจิตใจ บังคับขู่เข็ญ การทำกิจกรรมที่ล่อแหลมต่อการทาร้ายร่างกายและจิตใจ ก็อาจส่งผลให้นักเรียนใหม่ อยู่ในภาวะที่กดดันและเครียดได้ และที่สำคัญก็จะส่งผลต่อการเรียน ริ้ระ ทองเหลือ (2549)

สุกัญญา ตันตระบัณฑิตย์ (2548) ให้ความหมายของการปรับตัวทางสังคมว่าเป็นความสำเร็จซึ่งบุคคลใดบุคคลหนึ่งได้ปรับตัวให้เข้ากับบุคคลทั่วไปและกลุ่มบุคคลที่ปรับตัวได้ดีจะเรียนรู้ทักษะทางสังคมได้ดี เช่น ความสามารถในการเกี่ยวข้องกับ บุคคลอื่นทั้งที่เป็นเพื่อนและบุคคลแปลกหน้า และจะช่วยพัฒนาทัศนคติที่ดีต่อสังคมด้วย เช่น มีความตั้งใจจะช่วยเหลือบุคคลอื่น ซึ่งเฮอร์ล็อกได้ให้เกณฑ์ในการปรับตัวทางสังคมของบุคคล ดังนี้

1) การแสดงออกที่เหมาะสม คือ มีการแสดงออกที่เหมาะสมเป็นไปตามความคาดหวังของกลุ่ม ซึ่งจะทำให้ได้รับการยอมรับจากกลุ่ม

2) การปรับตัวให้เข้ากับกลุ่มต่างๆ คือ สามารถปฏิบัติตัวเข้ากับบุคคลต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นผู้ใหญ่ กว่าหรือเพื่อนๆ

3) ทัศนคติต่อสังคม คือ มีเจตคติที่ดีต่อบุคคลต่างๆ ต่อการเข้าร่วมสังคมและตอบสนองบทบาทของตนเองในสังคม

4) ความพึงพอใจในตนเอง คือ มีความพึงพอใจในบทบาทของตนเองทั้งในการเป็นผู้นำ และผู้ตาม

พรพิมล พรครบุรี (2554) กล่าวถึงการปรับตัวทางสังคมว่า เป็นความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลทั่วไปและกลุ่ม โดยที่บุคคลต้องมีการปรับปรุงพฤติกรรมและความต้องการ เพื่อให้เกิดความสัมพันธที่ดีระหว่างบุคคลหรือกลุ่มขึ้น ซึ่งบุคคลที่มีการปรับตัวทางสังคมดีจะต้องมีความรู้และทักษะการเข้าสังคม เป็นบุคคลที่มีความมั่นคงทางจิตใจ สามารถปรับตัวเข้ากับผู้ร่วมงานได้ และมีความเป็นกันเอง รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา

ชลันดา หนูหล้า (2556) ได้กล่าวว่า การปฏิบัติตนให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ดี มีความสัมพันธภาพในสังคมได้อย่างเหมาะสม จะมีส่วนช่วยลดความขัดแย้งความเครียด หรือความวิตกกังวล จะทำให้สามารถอยู่ร่วมกับสังคมและส่งผลดีในด้านการเรียนการทำกิจกรรมต่างๆ

จากที่ได้กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า การปรับตัวด้านสังคม หมายถึง ความสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม มีปฏิสัมพันธ์กับอาจารย์อย่าง

เหมาะสม มีความสุภาพอ่อนน้อม สามารถเข้ากับเพื่อนและทำงานกลุ่มร่วมกันได้ดี มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน แสดงความคิดเห็นและยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ให้ความร่วมมือในการทำงาน เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ และปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียนด้วยความเต็มใจ

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์

กฤติยา รัตแพทย์ (2561) ให้ความหมายปัญญาประดิษฐ์ว่า เป็นศาสตร์แขนงหนึ่งของวิทยาศาสตร์คอมพิวเตอร์ ที่เกี่ยวข้องกับการทำให้คอมพิวเตอร์มีความสามารถคล้ายมนุษย์ หรือเลียนแบบพฤติกรรมมนุษย์ คือโปรแกรม Software (ซอฟต์แวร์) ต่าง ๆ ที่ใช้กับคอมพิวเตอร์โดยเฉพาะความสามารถในการคิดเองได้หรือมีปัญญานั้นเอง ปัญญานี้มนุษย์เป็นผู้สร้างให้คอมพิวเตอร์ จึงเรียกว่าปัญญาประดิษฐ์

ศรัณย์ศิริ คัมภีรานนท์ (2562) ให้ความหมายปัญญาประดิษฐ์ว่า เป็นเทคโนโลยีในรูปแบบหนึ่งที่ทำให้คอมพิวเตอร์มีลักษณะเหมือนมนุษย์หรือจักรกลอัจฉริยะ ทั้งในเรื่องของความคิด การวิเคราะห์ หรือการเลียนแบบพฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์ โดยใช้โปรแกรมหรือซอฟต์แวร์ที่มนุษย์เขียนหรือจัดทำชุดคำสั่งขึ้น แล้วนำมาประมวลผลหรือนำมาฝังไว้กับอุปกรณ์ส่วนใดส่วนหนึ่ง เพื่อทำให้เกิดระบบจักรกลอัจฉริยะหรืออุปกรณ์นั้นสามารถสื่อสารกับมนุษย์ได้ โดยใช้ภาษาไทยภาษาอังกฤษ หรือภาษาใดก็ตาม และยังสามารถแปลความหมายของคำที่มนุษย์พูด เพื่อให้ตรงกับภาษาตามที่ต้องการ

ฉัตรพงศ์ ชูแสงนิล (2562) ให้ความหมายปัญญาประดิษฐ์ว่า เป็นการพัฒนาระบบคอมพิวเตอร์ให้มีพฤติกรรมเหมือนคน โดยเฉพาะความสามารถทางประสาทสัมผัสซึ่งเลียนแบบการเรียนรู้และการตัดสินใจของมนุษย์ เป้าหมายหนึ่งของปัญญาประดิษฐ์ คือ การสร้างโปรแกรมที่สามารถเข้าใจภาษามนุษย์ ไม่เพียงแต่เข้าใจที่จะสื่อสารได้ ภาษาธรรมชาติซึ่งดูเหมือนจะเป็นสิ่งหนึ่งที่แสดงความฉลาดของมนุษย์ แต่ยังสามารถสำเร็จในการเพิ่มความสามารถ และเพิ่มประสิทธิภาพของคอมพิวเตอร์อีกด้วย

จากความหมายของเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ หมายถึง โปรแกรมที่มนุษย์เขียนขึ้น เพื่อให้คอมพิวเตอร์ทำงานเลียนแบบพฤติกรรมต่างๆ และคิดวิเคราะห์ได้แบบมนุษย์ จนถึงการโต้ตอบกับมนุษย์ได้ เป็นปัญญาที่มนุษย์สร้างให้คอมพิวเตอร์ ถือเป็นวิทยาศาสตร์คอมพิวเตอร์แขนงหนึ่ง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สุภัทรญาณ เทียรธีระสมบัติ (2565) การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษา ผลของการศึกษาคือ 1. ผลการศึกษาริบท สภาพปัญหา เกี่ยวกับการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสังคม และอารมณ์ พบว่า พฤติกรรมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาควรได้รับ การส่งเสริมเนื่องจากพฤติกรรมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยรวม อยู่ในระดับน้อย 4 ด้าน คือ ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง ด้านการจัดการตนเอง ด้านทักษะด้านความสัมพันธ์และด้านการตัดสินใจอย่างมีความ

รับผิดชอบ 2. รูปแบบการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้น มัธยมศึกษา มืองค์ประกอบ 6 องค์ประกอบ ได้แก่ แนวคิดพื้นฐาน วัตถุประสงค์ ขั้นตอนการเรียนรู้ ระบบสังคมหลักการตอบสนอง และระบบสนับสนุน มีกระบวนการจัดการเรียนรู้ ประกอบด้วย ขั้นที่ 1 สร้างบรรยากาศขั้นที่ 2 การตั้งเป้าหมาย ขั้นที่ 3 การร่วมมือ ขั้นที่ 4 การสื่อสารและขั้นที่ 5 การอภิปราย ทำให้ชัดเจน และ 3. ผลการใช้รูปแบบการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปรากฏผลดังนี้ 1) การเปรียบเทียบพฤติกรรมการเรียนรู้ด้านสังคมและ อารมณ์ระหว่างนักเรียนห้องทดลองและนักเรียนห้องควบคุม พบว่า นักเรียนห้องทดลองและนักเรียน ห้องควบคุม มีพฤติกรรมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์โดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05 2) ผลศึกษาพัฒนาการของพฤติกรรมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ของนักเรียน ในระยะเวลาที่ต่างกัน พบว่า ผลการเปรียบเทียบคะแนนการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยมหาสารคาม (ฝ่ายมัธยม) คู่ที่ 1 ถึงคู่ที่ 3 มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กล่าวคือ นักเรียนที่เรียนโดยใช้รูปแบบการ จัดการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษา มีพัฒนาการ ของพฤติกรรมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์สูงขึ้นทุกเดือน

สุภารัตน์ พัฒนแหวน (2564) ศึกษาการเสริมสร้างการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม การวิจัยมีจุดประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น 2) เปรียบเทียบการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นก่อนและหลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่ม 3) เปรียบเทียบการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นของนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม กลุ่มตัวอย่างแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 817 คน กลุ่มที่ 2 ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจงจากกลุ่มที่ 1 โดยพิจารณาจากนักเรียนที่มีคะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และสมัครใจเข้าร่วมโปรแกรม จำนวน 16 คน แล้วสุ่มอย่างง่าย เพื่อเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 8 คน ผลการวิจัยพบว่า 1) การเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับปานกลาง 2) หลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนสูงกว่าก่อนการให้คำปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 3) หลังการเข้าร่วมการให้คำปรึกษากลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุพัตรา สกุลศรีประเสริฐ (2561) ศึกษาการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมตามแนวคิดของ CASEL ของนักเรียน มัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมตามแนวคิดของ CASEL ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน 2) ศึกษาอิทธิพลของตัวแปรที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมตามแนวคิดของ CASEL ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนระดับชั้น

มัธยมศึกษาตอนต้นปีที่ 1-3 จำนวน 420 คน ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จังหวัดเชียงใหม่ ที่ได้จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบวัดการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม เป็นลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) จำนวน 92 ข้อ มีองค์ประกอบครอบคลุม 5 ด้าน ได้แก่ 1) การตระหนักรู้ในตนเอง 2) การจัดการตนเอง 3) การตระหนักรู้ทางสังคม 4) ทักษะด้านสัมพันธภาพ 5) การรับผิดชอบต่อการตัดสินใจ มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อคำถามตั้งแต่ 0.218 ถึง 0.725 และค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.948 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) ผลการวิจัยพบว่า 1) การเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมตามแนวคิด CASEL ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($X = 3.67$) โดยด้านการตระหนักรู้ทางสังคม มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด ($* = 3.80$) รองลงมาด้านการรับผิดชอบต่อการตัดสินใจ ($X = 3.77$) ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง ($X = 3.66$) ด้านการจัดการตนเอง ($X = 3.57$) และด้านทักษะสัมพันธภาพ ($X = 3.57$) ตามลำดับ 2) อิทธิพลของตัวแปรที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมตามแนวคิดของ CASEL ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จำนวน 5 ตัวแปร ได้แก่ โรงเรียนขนาดใหญ่ ($Xj03$) ผลการเรียน 1.00-1.50 (Xa) ผลการเรียน 3.51-4.00 ($X46$) ผลการเรียน 3.01-3.50 ($X4s$) และบิดามารดาอยู่ด้วยกัน ($X6$) ส่งผลต่อการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (A) เท่ากับ 0.359 มีค่าอำนาจการพยากรณ์ได้ร้อยละ 12.9 มีความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการพยากรณ์เท่ากับ 0.41223

รังสรรค์ โฉมยา (2561) การพัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ เสริมสร้างการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น 2) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนชุมชนวัดซ่อแล จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 32 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) โปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ 2) แบบวัดการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำผลการวิจัยพบว่าโปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น มีจำนวน 14 กิจกรรมและผลการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมการฝึกอบรมในภาพรวมมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก ($X=4.48$ S.D.=0.16) โดยนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรม มีคะแนนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมหลังการทดลองและก่อนการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติที่ระดับ .05 และคะแนนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมระหว่างติดตามผลการทดลอง 1 เดือน และหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

ลัดดาวรรณ ณ ระนอง (2563) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนอุทัยวิทยาคม จังหวัดอุทัยธานี การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาการปรับตัวและ (2) เปรียบเทียบ การปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 หลังการใช้ ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวกับระยะติดตามผล กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2562 โรงเรียนอุทัยวิทยาคม จังหวัดอุทัยธานี จำนวน 1 ห้องเรียน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม มีจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 40 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย (1) ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัว และ (2) แบบวัดการปรับตัว ที่มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับ เท่ากับ .86 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่า ที่ ผลการวิจัยปรากฏว่า (1) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาการปรับตัวมีการ ปรับตัวหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ (2) นักเรียนกลุ่ม ทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวมีการปรับตัวหลังการทดลองกับในระยะติดตามผล ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย นี้มีขั้นตอนและวิธีการในการดำเนินงานดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย (1) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สพม. เชียงราย, กรมการปกครองส่วนท้องถิ่น และสำนักงานคณะกรรมการการส่งเสริมการศึกษาเอกชน ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย จำนวน 9,056 คน (ระบบฐานข้อมูลสารสนเทศทางการศึกษาจังหวัดเชียงราย, กระทรวง ศึกษาธิการ, 2566)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

1. นักเรียนที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย จำนวน 400 คน ซึ่งได้จากค่าประมาณในการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่าง จากสูตรของ Yamane (Yamane, 1,976, p. 886 อ้างถึงใน ชูศรี วงศ์รัตน์, 2558, น. 62) คือ

$$\begin{aligned} n &= \frac{N}{1+Ne^2} && \text{โดยที่ } n = \text{ขนาดกลุ่มตัวอย่าง} \\ & && N = \text{ประชากรทั้งหมด} \\ & && e = \text{ระดับนัยสำคัญที่กำหนด (0.05)} \\ &= \frac{9,572}{1+[(9,572)(0.05)^2]} \\ &= 383 \end{aligned}$$

ผลลัพธ์ที่ได้จากการคำนวณประชากรกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 383 คน ผู้วิจัยได้เลือกกลุ่มตัวอย่างมา 400 คน จากนั้นจึงมากำหนดสัดส่วนตามขนาดของประชากร (Proportion to size) ดังแสดงในตารางจำนวนประชากร และกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ดังนี้

สถานศึกษา	ประชากร (คน)	กลุ่มตัวอย่าง (คน)
สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน : สพม. เชียงราย	4,008	177
สังกัดกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น	3,591	159
สังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน	1,457	64
รวม	9,572	400

2. กลุ่มตัวอย่างในการการพัฒนาและศึกษาผลของรูปแบบการปรับตัวของนักเรียนในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโดยกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) (กิจกรรมระยะ ที่ 2) เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่มีคะแนนเฉลี่ยของการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา และสมัครใจเข้าร่วมกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) จำนวน 60 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เครื่องมือในการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย ได้แก่

1. แบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL)
2. แบบวัดการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์
3. กิจกรรมกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL)

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบของกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) การปรับตัว เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ พัฒนาการของวัยรุ่น
2. เขียนนิยามศัพท์ปฏิบัติการกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) และการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยใช้ข้อมูลที่สรุปจากเอกสาร ตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบกับข้อมูลที่ได้จากเก็บแบบสัมภาษณ์
3. สร้างข้อคำถามสำหรับแบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) และการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งเป็นแบบวัดแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ตามแบบของลิเคิร์ต (Likert) มี 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

4. นำแบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) และการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่สร้างเสร็จแล้ว ให้ผู้ทรงคุณวุฒิหรือผู้เชี่ยวชาญ ด้านการศึกษา ด้านจิตวิทยาและการวัดผล จำนวน 3 ท่าน เป็นผู้พิจารณาความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามศัพท์เฉพาะในแต่ละด้านเป็นรายข้อ และให้คะแนนความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content validity) ของแบบสอบถามที่สร้างขึ้น

5. ผู้วิจัยนำคะแนนที่ได้จากการพิจารณาของผู้ทรงคุณวุฒิมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence; IOC) ระหว่างข้อคำถามกับนิยามเชิงปฏิบัติการ โดยข้อคำถามทั้งหมดจะต้องมีค่าดัชนีความสอดคล้องมากกว่าหรือเท่ากับ 0.67 ส่วนข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องต่ำกว่าเกณฑ์ ผู้วิจัยนำมาปรับปรุงข้อความตามคำแนะนำ หรือข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

6. นำแบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) และการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่ปรับปรุงแก้ไขเรียบร้อยแล้ว ไปทดลองใช้กับเยาวชนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 30 คน เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกของข้อคำถามเป็นรายข้อโดยการวิเคราะห์ค่าระหว่างข้อกับคะแนนรวม (Item-Total Correlation) และค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) และการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alpha coefficient) ของครอนบัค (Cronbach)

7. จากนั้นพิจารณาคัดเลือกข้อคำถามที่มีคุณภาพรายข้อเพื่อนำไปใช้เก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างจริง

8. นำแบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) และการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายไปให้กลุ่มตัวอย่าง ได้ตอบแบบสอบถาม จากนั้นผู้วิจัยนำแบบวัดมาทำการวิเคราะห์ผลการศึกษาต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ย เพื่อใช้ในการบรรยายลักษณะทั่วไปของประชากร

2. การเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ย ระหว่างกลุ่มสองกลุ่มที่เป็นอิสระจากกัน (Independent t-test)

3. การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way Analysis of Variance) เพื่อทดสอบความแตกต่างของตัวแปรตั้งแต่ 2 กลุ่มขึ้นไปและหากพบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จะทำการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe)

4. การวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient) เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรตาม

5. การทดสอบค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย เป็นการทดสอบว่าตัวแปรเกณฑ์กับตัวแปรพยากรณ์ มีความสัมพันธ์กันจริงหรือไม่ โดยใช้สถิติทดสอบ

6. เส้นถดถอย (Regression line) ซึ่งอยู่ในรูปของสมการ

การดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) และการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เพื่อสร้างแบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) แบบวัดการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย และกิจกรรมกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม
2. ผู้วิจัยดำเนินการประสาน และเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในศึกษา
3. นำข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างไปวิเคราะห์ผล
4. สรุปผลการศึกษาศึกษาแนวทางการนำรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ไปใช้ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้ นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 การศึกษากระบวนการจัดการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) และการปรับตัวของนักเรียนในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์

ส่วนที่ 2 ศึกษาผลรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

ส่วนที่ 3 ผลการศึกษาแนวทางการนำรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ไปใช้ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล การทำความเข้าใจเกี่ยวกับผลการวิเคราะห์ข้อมูล และการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยกำหนดสัญลักษณ์และความหมายที่ใช้แทนค่าสถิติและตัวแปรต่าง ๆ ในการนำเสนอ ดังนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังนี้

N แทน จำนวนกลุ่มประชากร

$\bar{X}$ แทน ค่าคะแนนเฉลี่ย

S.D. แทน ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน

เกณฑ์ในการแปลความหมายค่าเฉลี่ยเลขคณิต ซึ่งเป็นแบบประมาณค่า 5 ระดับ ผู้วิจัยได้นำเกณฑ์การประเมินตามแนวทางของ Bes and Kahn (2003) ดังนี้

ค่าเฉลี่ยเลขคณิตมากกว่า 4.21 - 5.00	หมายถึง ระดับสูงที่สุด
ค่าเฉลี่ยเลขคณิตมากกว่า 3.41 - 4.20	หมายถึง ระดับสูง
ค่าเฉลี่ยเลขคณิตมากกว่า 2.61 - 3.40	หมายถึง ระดับปานกลาง
ค่าเฉลี่ยเลขคณิตมากกว่า 1.81 - 2.60	หมายถึง ระดับต่ำ
ค่าเฉลี่ยเลขคณิตมากกว่า 1.00 - 1.80	หมายถึง ระดับต่ำที่สุด

ส่วนที่ 1 การศึกษากระบวนการจัดการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) และการปรับตัวของนักเรียนในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (N = 400 คน)

ตัวแปร	จำนวน (คน)	ร้อยละ(%)
เพศ		
ชาย	180	45.00
หญิง	220	55.00

ตัวแปร	จำนวน (คน)	ร้อยละ(%)
ระดับชั้น		
ม.4	135	33.75
ม.5	140	35.00
ม.6	125	31.25
อายุ		
15 ปี	120	30.00
16 ปี	145	36.25
17 ปี	110	27.50
18 ปีขึ้นไป	25	6.65
สังกัดสถานศึกษา		
สพม.เชียงราย	177	44.25
ท้องถิ่น (อบจ./เทศบาล)	159	39.75
เอกชน	64	16.00
รวม	400	100

จากตารางแสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 220 คน คิดเป็นร้อยละ 55.00 เพศชาย จำนวน 180 คน คิดเป็นร้อยละ 45.00 ระดับชั้น นักเรียนที่ศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 5 มีจำนวนมากที่สุด คือ 140 คน (ร้อยละ 35.00) รองลงมาคือมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 135 คน (ร้อยละ 33.75) และมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 125 คน (ร้อยละ 31.25)

อายุ พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 16 ปี จำนวน 145 คน (ร้อยละ 36.25) รองลงมาคืออายุ 15 ปี จำนวน 120 คน (ร้อยละ 30.00) และอายุ 17 ปี จำนวน 110 คน (ร้อยละ 27.50)

ผลการเรียนเฉลี่ย (GPA) พบว่านักเรียนส่วนใหญ่อยู่ในช่วงเกรดเฉลี่ย 2.50–2.99 จำนวน 145 คน คิดเป็นร้อยละ 36.25 รองลงมาคือช่วง 2.00–2.49 จำนวน 105 คน (ร้อยละ 26.25)

สังกัดสถานศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเชียงราย (สพม.เชียงราย) จำนวน 177 คน คิดเป็นร้อยละ 44.25 รองลงมาคือโรงเรียนสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อบจ./เทศบาล) จำนวน 159 คน (ร้อยละ 39.75) และโรงเรียนเอกชนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน จำนวน 64 คน (ร้อยละ 16.00)

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์แบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) (N = 400 คน)

ลำดับ	รายการประเมิน	$\bar{X}$ (ค่าเฉลี่ย)	S. D.	ระดับ
1	ฉันสามารถเข้าใจอารมณ์ของตนเองในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้	3.40	0.68	ปานกลาง
2	ฉันสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองเมื่อเกิดความเครียด	3.28	0.70	ปานกลาง
3	ฉันสามารถยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่างจากเพื่อน ๆ ได้	3.52	0.64	มาก
4	ฉันสามารถให้อภัยผู้อื่นเมื่อเกิดความเข้าใจผิด	3.34	0.73	ปานกลาง
5	ฉันสามารถตัดสินใจโดยคำนึงถึงผลกระทบต่อผู้อื่น	3.38	0.69	ปานกลาง
6	ฉันสามารถสื่อสารอารมณ์ของตนเองอย่างเหมาะสม	3.41	0.71	มาก
7	ฉันรู้จักวิธีการจัดการกับความโกรธอย่างสร้างสรรค์	3.26	0.74	ปานกลาง
8	ฉันสามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นโดยไม่โต้แย้ง	3.35	0.67	ปานกลาง
9	ฉันสามารถสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนใหม่ได้ง่าย	3.22	0.72	ปานกลาง
10	ฉันสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ	3.46	0.66	ปานกลาง
11	ฉันรู้สึกเห็นอกเห็นใจเมื่อเพื่อนมีปัญหา	3.48	0.69	มาก
12	ฉันสามารถจัดการกับความผิดหวังได้โดยไม่แสดงพฤติกรรมรุนแรง	3.30	0.75	ปานกลาง
13	ฉันสามารถตั้งเป้าหมายและวางแผนเพื่อบรรลุเป้าหมายได้	3.45	0.68	ปานกลาง
14	ฉันมีความรับผิดชอบในหน้าที่ของตนเอง	3.60	0.65	มาก
15	ฉันสามารถยับยั้งใจเมื่อเผชิญสิ่งยั่วยุ	3.20	0.71	ปานกลาง
16	ฉันสามารถช่วยเหลือเพื่อนในเวลาที่เขาต้องการความช่วยเหลือ	3.50	0.63	มาก
17	ฉันสามารถแสดงความรู้สึกในทางบวกต่อผู้อื่นได้เสมอ	3.42	0.68	มาก
18	ฉันมีสติรู้ตัวเมื่ออารมณ์เปลี่ยนแปลง	3.39	0.72	ปานกลาง
19	ฉันพยายามหลีกเลี่ยงการขัดแย้งกับผู้อื่น	3.33	0.70	ปานกลาง
20	ฉันสามารถแสดงความรู้สึกของตนเองได้โดยไม่ทำร้ายจิตใจผู้อื่น	3.37	0.69	ปานกลาง
รวม		3.39	0.42	ปานกลาง

จากตาราง พบว่า แบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ฉันมีความรับผิดชอบในหน้าที่ของตนเอง อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.60$, S.D.= 65) รองลงมาคือ ฉันสามารถยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่างจากเพื่อน ๆ ได้ ($\bar{X} = 3.52$, S.D. = 0.64) ฉันสามารถช่วยเหลือเพื่อนในเวลาที่เขาต้องการความช่วยเหลือ ($\bar{X} = 3.50$, S.D. = 0.63) ฉันรู้สึกเห็นอกเห็นใจเมื่อเพื่อนมีปัญหา ($\bar{X} = 3.48$, S.D. = 0.69) โดยทั้งหมดอยู่ในระดับมาก ฉันสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ($\bar{X} = 3.46$, S.D. = 0.66) , ฉันสามารถตั้งเป้าหมายและวางแผนเพื่อบรรลุเป้าหมายได้ ($\bar{X} = 3.45$, S.D. = 0.68) , ฉันสามารถแสดงความรู้สึกในทางบวกต่อผู้อื่นได้เสมอ ($\bar{X} = 3.42$, S.D. = 0.68) , และ ฉันสามารถสื่อสารอารมณ์ของตนเองอย่างเหมาะสม ($\bar{X} = 3.41$, S.D. = 0.71) อยู่ในระดับมาก ระดับปานกลาง ได้แก่ ฉันมีสติรู้ตัวเมื่ออารมณ์เปลี่ยนแปลง” ($\bar{X} = 3.39$, S.D. = 0.72) , ฉันสามารถตัดสินใจโดยคำนึงถึงผลกระทบต่อผู้อื่น ($\bar{X} = 3.38$, S.D. = 0.69) , ฉันสามารถแสดงความรู้สึกของตนเองได้โดยไม่ทำร้ายจิตใจผู้อื่น ($\bar{X} = 3.37$, S.D. = 0.69) , ฉันสามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นโดยไม่โต้แย้ง ($\bar{X} = 3.35$,

S.D.=0.67), ฉันสามารถให้อภัยผู้อื่นเมื่อเกิดความเข้าใจผิด ($\bar{X} = 3.34$, S.D.= 0.73), ฉันพยายามหลีกเลี่ยงการขัดแย้งกับผู้อื่น ($\bar{X} = 3.33$, S.D. =0.70) ฉันสามารถจัดการกับความผิดหวังได้โดยไม่แสดงพฤติกรรมรุนแรง ($\bar{X} = 3.30$, S.D. =0.75), ฉันสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองเมื่อเกิดความเครียด ($\bar{X} = 3.28$, S.D. = 0.70), ฉันรู้จักวิธีจัดการกับความโกรธอย่างสร้างสรรค์ ($\bar{X} = 3.26$, S.D. =0.74), ฉันสามารถสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนใหม่ได้ง่าย ($\bar{X} = 3.22$, S.D. = 0.72), และ ฉันสามารถยับยั้งใจเมื่อเผชิญสิ่งยั่วยุ ($\bar{X} = 3.20$, S.D. = 0.71) และมีคะแนนรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.39$, S.D. = 0.42)

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์แบบวัดการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (N = 400 คน)

ลำดับ	รายการประเมิน	$\bar{X}$ (ค่าเฉลี่ย)	S.D.	ระดับ
1	ฉันรู้สึกมั่นใจในการใช้งานเทคโนโลยีใหม่ ๆ	3.35	0.71	ปานกลาง
2	ฉันสามารถเรียนรู้โปรแกรมหรือแอปใหม่ได้ด้วยตนเอง	3.47	0.68	ปานกลาง
3	ฉันสามารถใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์เพื่อช่วยจัดการเวลาและการเรียน	3.26	0.74	ปานกลาง
4	ฉันเข้าใจว่าการใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์มีผลต่ออาชีพในอนาคต	3.38	0.70	ปานกลาง
5	ฉันสามารถตั้งคำถามอย่างมีวิจารณญาณกับข้อมูลที่ได้จากเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์	3.22	0.69	ปานกลาง
6	ฉันพยายามติดตามข่าวสารเกี่ยวกับเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์	3.18	0.72	ปานกลาง
7	ฉันสามารถใช้เทคโนโลยีโดยไม่เสียดัดหรือใช้อย่างไม่เหมาะสม	3.29	0.73	ปานกลาง
8	ฉันมีความเข้าใจในหลักจริยธรรมการใช้เทคโนโลยี	3.25	0.76	ปานกลาง
9	ฉันมีทักษะในการใช้แอปหรือเว็บไซต์ด้านการศึกษา	3.42	0.69	ปานกลาง
10	ฉันสามารถปรับตัวได้เมื่อระบบเทคโนโลยีมีการเปลี่ยนแปลง	3.36	0.71	ปานกลาง
11	ฉันเปิดใจและทดลองใช้เทคโนโลยีใหม่เสมอ	3.44	0.72	ปานกลาง
12	ฉันสามารถวางแผนการเรียนรู้โดยใช้เทคโนโลยีช่วยได้	3.35	0.74	ปานกลาง
13	ฉันใช้เทคโนโลยีเพื่อค้นคว้าความรู้ใหม่ ๆ เป็นประจำ	3.50	0.70	มาก
14	ฉันมีความคิดสร้างสรรค์ในการใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์กับการเรียน	3.26	0.73	ปานกลาง
15	ฉันสามารถช่วยผู้อื่นให้เข้าใจการใช้เทคโนโลยีได้	3.28	0.70	ปานกลาง
16	ฉันรู้จักใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์อย่างปลอดภัย ไม่เปิดเผยข้อมูลส่วนตัว	3.38	0.69	ปานกลาง
17	ฉันสามารถวิเคราะห์ข้อมูลจากเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ได้อย่างมีเหตุผล	3.24	0.75	ปานกลาง
18	ฉันสามารถแยกแยะข้อมูลจริงและเท็จบนโลกออนไลน์	3.33	0.74	ปานกลาง
19	ฉันมีความสามารถในการปรับตัวเมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงดิจิทัล	3.39	0.72	ปานกลาง
20	ฉันใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์และเทคโนโลยีเพื่อพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง	3.46	0.68	ปานกลาง
รวม		3.33	0.45	ปานกลาง

จากผลการวิเคราะห์ พบว่า ฉันทใช้เทคโนโลยีเพื่อค้นคว้าความรู้ใหม่ ๆ เป็นประจำอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.50$, S.D. = 0.70) รองลงมาคือ ฉันทสามารถเรียนรู้โปรแกรมหรือแอปใหม่ได้ด้วยตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.47$, S.D. = 0.68) ฉันทใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์และเทคโนโลยีเพื่อพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.46$, S.D. = 0.68) ฉันทเปิดใจและทดลองใช้เทคโนโลยีใหม่เสมอ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.44$, S.D. = 0.72) นักเรียนมีความสามารถในการใช้แอปหรือเว็บไซต์ด้านการศึกษา อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.42$, S.D. = 0.69) ฉันทมีความสามารถในการปรับตัวเมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงดิจิทัล อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.39$, S.D. = 0.72) นักเรียนเข้าใจผลกระทบของเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ต่ออาชีพใน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.38$, S.D. = 0.70) และฉันทรู้จักใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์อย่างปลอดภัย ไม่เปิดเผยข้อมูลส่วนตัวอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.38$, S.D. = 0.69) ฉันทสามารถปรับตัวได้เมื่อระบบเทคโนโลยีมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.36$, S.D. = 0.71) ฉันทสามารถวางแผนการเรียนรู้โดยใช้เทคโนโลยีช่วยได้ และ ฉันทรู้สึกมั่นใจในการใช้งานเทคโนโลยีใหม่ ๆ ทั้งสองข้อมีค่าเฉลี่ยเท่ากัน คืออยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.35$, S.D. = 0.74, 0.71) นักเรียนสามารถแยกแยะข้อมูลจริงและเท็จบนโลกออนไลน์ได้ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.33$, S.D. = 0.74) ความสามารถในการใช้เทคโนโลยีโดยไม่เสพติดหรือใช้อย่างไม่เหมาะสม ($\bar{X} = 3.29$, S.D. = 0.73) ฉันทสามารถช่วยผู้อื่นให้เข้าใจการใช้เทคโนโลยีได้ ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.28$, S.D. = 0.70) ฉันทสามารถใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์เพื่อช่วยจัดการเวลาและการเรียน และ ฉันทมีความคิดสร้างสรรค์ในการใช้ เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์กับการเรียน ทั้งสองข้อมีค่าเฉลี่ยเท่ากันคืออยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.26$, S.D. = 0.74, 0.73) ตามลำดับ ฉันทมีความเข้าใจในหลักจริยธรรมการใช้เทคโนโลยี อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.25$, S.D. = 0.76) ฉันทสามารถวิเคราะห์ข้อมูลจากเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ได้อย่างมีเหตุผล อยู่ในระดับปานกลาง $\bar{X} = 3.24$, S.D. = 0.75) ฉันทสามารถตั้งคำถามอย่างมีวิจารณญาณกับข้อมูลที่ได้จากเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.22$, S.D. = 0.69) ฉันทพยายามติดตามข่าวสารเกี่ยวกับเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์และเทคโนโลยีอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.18$, S.D. = 0.72) ตามลำดับ และคะแนนรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.33$, S.D. = 0.45)

ส่วนที่ 2 ศึกษาผลรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย เพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 2. เพื่อพัฒนาและศึกษาผลรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย ได้ดังผลตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 4 ผลการพัฒนารูปแบบกิจกรรมการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

กิจกรรม	องค์ประกอบการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม	วัตถุประสงค์ของกิจกรรม	ระยะเวลา
กิจกรรมที่ 1 "กระจกสะท้อนใจ เข้าใจตัวตน"	การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness)	ให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง เช่น ข้อดี-ข้อเสีย ความต้องการ ความรู้สึก จุดแข็ง เพื่อใช้ในการปรับตัวต่อสถานการณ์ต่าง ๆ	2 ชั่วโมง
กิจกรรมที่ 2 "ลิขิตเป้าหมาย ก้าวไปด้วยใจมั่น"	การจัดการตนเอง (Self-management)	ฝึกตั้งเป้าหมาย จัดการอารมณ์ ติดตามความก้าวหน้า และพัฒนาความสามารถในการควบคุมตนเองเมื่อต้องเผชิญกับแรงกดดันหรือความเปลี่ยนแปลง	2 ชั่วโมง
กิจกรรมที่ 3 "ฉันกับเราเข้าใจ สังคมรอบตัว"	การตระหนักรู้ในสังคม (Social awareness)	ส่งเสริมให้นักเรียนเห็นความสำคัญของผู้อื่นเข้าใจความหลากหลายทางวัฒนธรรม รู้จักใช้ทรัพยากรในครอบครัว โรงเรียน และชุมชนอย่างเหมาะสม	2 ชั่วโมง
กิจกรรมที่ 4 "ฟังกันและกัน ผูกพันด้วยความ เข้าใจ"	ทักษะด้านความสัมพันธ์ (Relationship skills)	พัฒนาทักษะการฟัง การแสดงความเห็นใจ การสร้างและรักษาความสัมพันธ์ การสื่อสารเชิงบวก และการจัดการความขัดแย้งกับผู้อื่น	2 ชั่วโมง
กิจกรรมที่ 5 "คิดก่อนทำ รับผิดชอบต่อ ผลลัพธ์"	การตัดสินใจอย่างมี ความรับผิดชอบ (Responsible decision-making)	ฝึกคิดวิเคราะห์และตัดสินใจอย่างมีเหตุผล โดยคำนึงถึงจริยธรรม ผลกระทบต่อผู้อื่น และมาตรฐานทางสังคมเพื่อการปรับตัวอย่างรับผิดชอบในสังคมยุค AI	2 ชั่วโมง

ผลการเข้าร่วมกิจกรรมรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

การวิเคราะห์ผล ผู้วิจัยนำผลข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับคะแนนแบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) และแบบวัดการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ก่อนและหลังการทดลอง ดังตารางที่ 5 ได้ดังนี้

ตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์ระดับคะแนนแบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) และแบบวัดการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ก่อนและหลังการทดลองของผู้เข้าร่วมกิจกรรม (n=60)

ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม		ระดับคะแนน	หลังการเข้าร่วมกิจกรรม		ระดับคะแนน
$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	
2.83	0.23	ปานกลาง	4.12	0.26	สูง

จากตารางที่ 5 พบว่า ระดับคะแนนแบบวัดกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) และแบบวัดการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ก่อนการร่วมกิจกรรมรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อบรรลุสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย อยู่ในระดับปานกลาง $\bar{X} = 2.83$ และมีระดับคะแนนหลังร่วมกิจกรรมรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อบรรลุสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย โดยรวมสูงขึ้น $\bar{X} = 4.12$

ส่วนที่ 3 ผลการศึกษาแนวทางการนำรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ไปใช้ เพื่อบรรลุสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย

จากผลการศึกษาแนวทางการนำรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ไปใช้ เพื่อบรรลุสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย จากผู้ให้ข้อมูล (Key Informants) ด้วยการสัมภาษณ์ ได้แก่ ผู้บริหารสถานศึกษา บุคลากรทางการศึกษา หน่วยงานภาครัฐบาลและเอกชนที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน พบว่า

กระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) มีความสำคัญอย่างไรต่อการพัฒนานักเรียนในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ คำตอบ " มองว่ากระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) มีความจำเป็นอย่างยิ่งในการพัฒนานักเรียนในยุคที่เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์เริ่มเข้ามามีบทบาทในห้องเรียนมากขึ้น SEL เป็นพื้นฐานสำคัญที่ช่วยให้นักเรียนสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างรอบด้านไม่เพียงแต่ด้านวิชาการเท่านั้น แต่รวมถึงด้านจิตใจ การจัดการอารมณ์ และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเข้าใจและเคารพความแตกต่าง ในระดับมัธยมศึกษา นักเรียนอยู่ในช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และความคิด การมีทักษะ SEL จะช่วยให้นักเรียนสามารถเผชิญกับความเครียด การแข่งขัน และอิทธิพลจากโลกดิจิทัลได้อย่างมีสติและสมดุล อีกทั้งยังช่วยให้นักเรียนใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์อย่างรู้เท่าทัน มีวิจารณญาณ และคำนึงถึงผลกระทบทางสังคมและจริยธรรมจากการใช้งานเทคโนโลยี ทางโรงเรียนจึงให้ความสำคัญกับการบูรณาการกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) เข้าไปในกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในและนอกห้องเรียน ไม่ว่าจะเป็นการแนะแนวเชิงจิตวิทยา การเรียนรู้แบบโครงการ (Project-based learning) หรือการส่งเสริมบทบาทผู้นำในกิจกรรมชมรมต่าง ๆ เมื่อเด็กมีพื้นฐานด้านกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ที่มั่นคง เขาจะสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของโลกยุค AI ได้อย่างมั่นใจ และกลายเป็นคนรุ่นใหม่ที่มีคุณภาพทั้งทางปัญญาและอารมณ์

การนำกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) มาใช้ในการเรียนการสอนอย่างไรบ้าง คำตอบ " โรงเรียนให้ความสำคัญกับการพัฒนานักเรียนในมิติที่หลากหลาย โดยเฉพาะการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (Social and Emotional Learning: SEL) ซึ่งถือเป็นรากฐานสำคัญของการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ที่ไม่สามารถแยกออกจากการเรียนรู้ด้านวิชาการได้ การดำเนินงานของโรงเรียน

ในการ บูรณาการกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) เข้ากับการเรียนการสอนมีหลายแนวทาง เช่น

1. การบูรณาการกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ในหลักสูตรและการสอน คุณครูได้รับการอบรมให้สามารถออกแบบแผนการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมทักษะ กระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) เช่น การสอดแทรกกิจกรรมกลุ่ม การตั้งคำถามเชิงสะท้อน การฝึกเจตคติ ในการแก้ปัญหา และการจัดการอารมณ์ในบทเรียนต่าง ๆ เช่น วิชาภาษาไทย สังคมศึกษา และสุขศึกษา

2. กิจกรรมแนะแนวและโฮมรูม ทุกระดับชั้นจะมีชั่วโมงโฮมรูมที่เน้นการพัฒนาตนเอง การสะท้อนความรู้สึก การตั้งเป้าหมายชีวิต การสื่อสารอย่างเห็นอกเห็นใจ และการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับครูประจำชั้น

3. กิจกรรมนอกหลักสูตร โรงเรียนส่งเสริมกิจกรรมที่พัฒนาทักษะอารมณ์และสังคม เช่น กิจกรรมจิตอาสา กิจกรรมสร้างแรงบันดาลใจ การทำงานกลุ่มในรูปแบบโครงงาน (Project-based learning) และกิจกรรมผู้นำ-ผู้ตาม

4. ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน (Student Support System) มีครูที่ปรึกษาและนักจิตวิทยาการศึกษาให้คำปรึกษาอย่างต่อเนื่อง โดยใช้เครื่องมือในการประเมินความต้องการด้านอารมณ์ของนักเรียน และวางแผนการดูแลเป็นรายบุคคลในกรณีที่พบความเสี่ยง

5. การใช้เทคโนโลยีสนับสนุนกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) เราเริ่มทดลองใช้แอปพลิเคชันและแพลตฟอร์มเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ที่สนับสนุนการสะท้อนอารมณ์ การฝึกสติ และการติดตามพัฒนาการด้านกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ของนักเรียนอย่างต่อเนื่อง

ด้วยแนวทางเหล่านี้ นักเรียนจะสามารถพัฒนาตนเองอย่างสมดุล เป็นผู้ที่มีทั้งความรู้ ทักษะชีวิต และคุณธรรม พร้อมสำหรับการดำรงชีวิตในโลกยุคเทคโนโลยีที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว นโยบายหรือแนวทางในการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ให้กับนักเรียน คำตอบ "ในฐานะโรงเรียนมัธยมศึกษาในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้านตามนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL: Social and Emotional Learning) ซึ่งถือเป็นทักษะสำคัญในการเตรียมผู้เรียนให้พร้อมต่อการดำรงชีวิตในยุคที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งในด้านเทคโนโลยีและสังคม ผ่านแนวทางสำคัญ ดังนี้

1. การบูรณาการกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) เข้ากับการเรียนการสอน ในรายวิชาหลักครูผู้สอนได้รับการส่งเสริมให้บูรณาการกิจกรรมพัฒนาทักษะ กระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) เข้ากับบทเรียน เช่น การอภิปรายกลุ่ม การระดมความคิดเห็น และการสะท้อนตนเองในวิชาต่างๆ โดยเน้นให้นักเรียนเรียนรู้การฟัง การสื่อสาร การคิดวิเคราะห์ และการควบคุมอารมณ์

2. การจัดกิจกรรมโฮมรูมและแนะแนวอย่างต่อเนื่อง โรงเรียนมีการกำหนดชั่วโมงโฮมรูมประจำสัปดาห์ ซึ่งคุณครูที่ปรึกษาใช้เป็นโอกาสในการพูดคุยกับนักเรียนเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายชีวิต

การจัดการอารมณ์ และการอยู่ร่วมกันอย่างเคารพซึ่งกันและกัน รวมทั้งมีการจัดกิจกรรมแนะแนว ที่เน้นความตระหนักรู้ในตนเองและการพัฒนาทักษะชีวิต

3. ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนตามบริบทท้องถิ่น เราใช้ระบบครูที่ปรึกษาในการติดตาม พฤติกรรมและสภาพจิตใจของนักเรียน โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยง พร้อมทั้งประสานงานกับผู้ปกครองและ ชุมชนอย่างใกล้ชิด ทั้งยังมีครูแนะแนวและคณะกรรมการดูแลช่วยเหลือนักเรียนที่คอยวางแผน รายกรณี

4. กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่เสริมกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) โรงเรียน ส่งเสริมให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เช่น กิจกรรมลูกเสือ กิจกรรมจิตอาสา กีฬา และ กิจกรรมวันสำคัญทางวัฒนธรรม ซึ่งเปิดโอกาสให้นักเรียนเรียนรู้การทำงานร่วมกับผู้อื่น การอดทน การเคารพความหลากหลาย และการมีน้ำใจนักกีฬา

5. การประยุกต์ใช้เทคโนโลยีตามศักยภาพของโรงเรียน แม้จะอยู่ในพื้นที่ต่างจังหวัด แต่โรงเรียนของเราพยายามใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสม เช่น การใช้ Google Classroom หรือ LINE กลุ่มในการสื่อสารเชิงบวก และมีการจัดกิจกรรมออนไลน์ในช่วงสถานการณ์โควิด-19 ที่เน้น การสะท้อนอารมณ์ของนักเรียนผ่านแบบประเมินความรู้สึก และการพูดคุยออนไลน์กับครูที่ปรึกษา

การพัฒนากระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) อย่างเป็นระบบ จะช่วยให้ นักเรียนของเรามีความมั่นคงทางอารมณ์ มีจิตสาธารณะ และสามารถเผชิญกับความท้าทายของโลก ยุคใหม่ได้อย่างมีศักดิ์ศรีและคุณธรรม แม้ว่าเราจะมีข้อจำกัดด้านทรัพยากร แต่เรายังคงมุ่งมั่นที่จะ พัฒนาผู้เรียนให้ครบถ้วนทั้งด้านวิชาการและคุณภาพชีวิต

จากการนำกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) มาใช้ทั้งในชั้นเรียนและกิจกรรม ต่าง ๆ ได้พบผลลัพธ์เชิงบวกในหลายด้าน ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อพฤติกรรมของนักเรียน คุณภาพชีวิต ในโรงเรียน และวัฒนธรรมการเรียนรู้โดยรวม ดังนี้

1. พฤติกรรมของนักเรียนดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัด นักเรียนมีความสามารถในการควบคุม อารมณ์ดีขึ้น รู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ลดพฤติกรรมก้าวร้าว การทะเลาะวิวาท และการรังแก กันในโรงเรียนอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะนักเรียนกลุ่มเสี่ยง เมื่อได้รับการดูแลผ่านกิจกรรมกระบวนการ เรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) จะมีพฤติกรรมที่มั่นคงและเข้ากับเพื่อนร่วมชั้นได้ดีขึ้น

2. บรรยากาศในห้องเรียนและโรงเรียนดีขึ้น ครูและนักเรียนสามารถสื่อสารกันได้อย่าง เปิดใจมากขึ้น ห้องเรียนมีบรรยากาศของการยอมรับ ความไว้วางใจ และความร่วมมือ ส่งผลให้ นักเรียนกล้าแสดงความคิดเห็น รู้สึกลดตึง และมีแรงจูงใจในการเรียนมากขึ้น

3. พัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน นักเรียนมีความตระหนักรู้ในตนเอง เข้าใจอารมณ์ ของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น มีความสามารถในการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลและจริยธรรม สามารถ วางแผนชีวิต และจัดการกับปัญหาในชีวิตประจำวันได้ดีขึ้น โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่นที่มีการ เปลี่ยนแปลงทางอารมณ์สูง

4. เสริมสร้างคุณธรรมและค่านิยมที่ดีในโรงเรียนกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) มีบทบาทสำคัญในการปลูกฝังคุณลักษณะอันพึงประสงค์ เช่น ความรับผิดชอบ ความเคารพ ผู้อื่น การรู้จักแบ่งปัน และการมีจิตสาธารณะ ซึ่งสะท้อนให้เห็นผ่านการมีส่วนร่วมในกิจกรรมจิตอาสา และการเป็นผู้นำของนักเรียน

5. ครูมีบทบาทเป็นโค้ชทางอารมณ์มากขึ้น ครูไม่ได้ทำหน้าที่ถ่ายทอดความรู้เพียงอย่างเดียว แต่เริ่มมีบทบาทในการเป็นที่ปรึกษา ผู้ฟัง และผู้ชี้แนะทางอารมณ์ ส่งผลให้ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียนใกล้ชิดกันมากขึ้น ซึ่งช่วยลดช่องว่างระหว่างวัยและสร้างความไว้วางใจในกระบวนการเรียนรู้

โดยสรุป การนำกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) มาใช้ในโรงเรียน ไม่เพียงแต่ส่งผลดีต่อตัวนักเรียนโดยตรง แต่ยังช่วยยกระดับคุณภาพของระบบการเรียนรู้โดยรวม ทำให้โรงเรียนเป็นพื้นที่ปลอดภัยสำหรับการเติบโตทั้งทางวิชาการและทางอารมณ์ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งในยุคที่สังคมและเทคโนโลยีมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

บทที่ 5

อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาในระดับ กระบวนการจัดการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ของนักเรียนในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ พบว่า นักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม จำนวน 400 คน ในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย มีระดับกระบวนการจัดการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูล (Key Informants) ด้วยการสัมภาษณ์ ได้แก่ ผู้บริหารสถานศึกษา บุคลากรทางการศึกษา หน่วยงานภาครัฐบาลและเอกชนที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน สรุปได้ว่ากระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) มีความสำคัญต่อการพัฒนา นักเรียนในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ กระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) มีความจำเป็นอย่างยิ่งในการพัฒนานักเรียนในยุคที่เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์เริ่มเข้ามามีบทบาทในห้องเรียนมากขึ้น SEL เป็นพื้นฐานสำคัญที่ช่วยให้นักเรียนสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างรอบด้าน ไม่เพียงแต่ด้านวิชาการเท่านั้น แต่รวมถึงด้านจิตใจ การจัดการอารมณ์ และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเข้าใจและเคารพความแตกต่าง ในระดับมัธยมศึกษา นักเรียนอยู่ในช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย อารมณ์ และความคิด การมีทักษะ SEL จะช่วยให้นักเรียนสามารถเผชิญกับความเครียด การแข่งขัน และอิทธิพลจากโลกดิจิทัลได้อย่างมีสติและสมดุล อีกทั้งยังช่วยให้นักเรียนใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ อย่างรู้เท่าทัน มีวิจารณญาณ และคำนึงถึงผลกระทบทางสังคมและจริยธรรมจากการใช้งานเทคโนโลยีได้ ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภัทรญาณ เทียรธีระสมบัติ (2565) การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษา ผลของการศึกษาคือ

1. ผลการศึกษาริบท สภาพปัญหา เกี่ยวกับการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสังคม และอารมณ์ พบว่า พฤติกรรมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาควรได้รับ การส่งเสริม เนื่องจากพฤติกรรมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยรวม อยู่ในระดับน้อย 4 ด้าน คือ ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง ด้านการจัดการตนเอง ด้านทักษะด้านความสัมพันธ์และด้านการตัดสินใจอย่างมีความรับผิดชอบ 2. รูปแบบการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์

จากผลการศึกษาการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ของนักเรียนในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ นักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม จำนวน 400 คน ในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย พบว่า มีระดับการปรับตัวในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ของนักเรียนในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ อยู่ในระดับปานกลาง แบบวัดนี้มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.33 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.45 ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง โดยนักเรียนใช้เทคโนโลยีเพื่อค้นคว้าความรู้ใหม่ๆ เป็นประจำ สามารถเรียนรู้โปรแกรมหรือแอปใหม่ได้ด้วยตนเอง ใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์และเทคโนโลยีเพื่อพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง เปิดใจและทดลองใช้เทคโนโลยีใหม่เสมอ นักเรียนมีความสามารถในการใช้แอปหรือเว็บไซต์ ด้านการศึกษา มีความสามารถในการปรับตัวเมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงดิจิทัล นักเรียนเข้าใจผลกระทบของ เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ต่ออาชีพในอนาคต และรู้จักใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์อย่างปลอดภัย

ไม่เปิดเผยข้อมูลส่วนตัว สามารถปรับตัวได้เมื่อระบบเทคโนโลยีมีการเปลี่ยนแปลง สามารถวางแผนการเรียนรู้โดยใช้เทคโนโลยีช่วยได้ และ รู้สึกมั่นใจในการใช้งานเทคโนโลยีใหม่ๆ สามารถแยกแยะข้อมูลจริงและเท็จบนโลกออนไลน์ได้ มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยีโดยไม่เสพติดหรือใช้อย่างไม่เหมาะสม สามารถช่วยผู้อื่นให้เข้าใจการใช้เทคโนโลยีได้ สามารถใช้ เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์เพื่อช่วยจัดการเวลาและการเรียน และมีความคิดสร้างสรรค์ในการใช้ เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ กับการเรียน มีความเข้าใจในหลักจริยธรรมการใช้เทคโนโลยี นักเรียนสามารถวิเคราะห์ข้อมูลจาก เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ได้อย่างมีเหตุผล สามารถตั้งคำถามอย่างมีวิจารณญาณกับข้อมูลที่ได้จากเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ได้ นักเรียนพยายามติดตามข่าวสารเกี่ยวกับ เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ และเทคโนโลยี จากผลการศึกษาที่มีความสอดคล้องกับ อิริคสัน (Erikson, 1968.) นักจิตวิทยาสังคมได้กล่าวถึง การปรับตัวว่า เป็นผลมาจากการที่บุคคลมีวุฒิภาวะเพียงพอที่จะเอาชนะอุปสรรคหรือวิกฤติการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงของการพัฒนาการโดยอาศัยประสบการณ์ที่บุคคลได้เรียนรู้จากสภาพแวดล้อมทางสังคมมาแก้ไขอุปสรรคในช่วงต่อไปของชีวิตได้ดังนั้น การปรับตัวของวัยรุ่นจึงขึ้นอยู่กับปรับตัวขั้นแรกและการปรับตัวได้ดีในวัยรุ่นส่งผลให้บุคคลนั้นสามารถปรับตัวได้ดีต่อไปในอนาคตอีกด้วย ดังนั้นตามทฤษฎีของอิริคสัน บุคคลจะมีการพัฒนาเอกลักษณ์หรือความสับสนในบทบาทวัยเด็ก เกิดการเรียนรู้ว่าเขาเป็นใคร สามารถทำอะไรได้ เรียนรู้บทบาทต่างๆ สะสมข้อมูลของตนเองและสังคม เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระอย่างมาก มีความต้องการอิสระและความต้องการทางเพศในช่วงนี้ อิด (Id) มีแรงผลักดันมากทำให้วัยรุ่นใจร้อน โวยวาย ความอดทนที่จะรอคอยน้อยลงชอบทดลองเรื่องต่าง ๆ เพื่อค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน อีโก้ (Ego) วัยรุ่นจะต่อสู้กับกฎเกณฑ์ข้อบังคับของสังคม ผู้ที่ปรับตัวได้ดีจะมีความสมดุลระหว่างความต้องการส่วนตัวกับความต้องการทางสังคม และผู้ที่สามารถปรับตัวได้ดีจะพัฒนาเอกลักษณ์ประจำตนได้ มีสุขภาพจิตดี สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมทางสังคมและการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายได้ ส่วนผู้ที่ปรับตัวไม่ได้ จะสับสนในเอกลักษณ์แห่งตนขาดความมั่นใจในตนเอง เกิดความวิตกกังวล มีความต้องการภายในมากกว่า ไม่สามารถปรับสมดุลระหว่างความต้องการส่วนตัวและความต้องการทางสังคมได้

การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (Social Emotional Learning: SEL) เพื่อส่งเสริมการปรับตัวของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (Artificial Intelligence: AI) โดยผู้วิจัยได้ออกแบบกิจกรรมที่ครอบคลุมองค์ประกอบหลักของ SEL ได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง การจัดการตนเอง การตระหนักรู้ในสังคม ทักษะด้านความสัมพันธ์ และการตัดสินใจอย่างมีความรับผิดชอบ สร้างรูปแบบโดยได้สรุปจากการศึกษาทบทวนวรรณกรรมรูปแบบการเรียนรู้ SEL ซึ่งมีโครงสร้างชัดเจนและสอดคล้องกับแนวทางของ CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) ซึ่งประกอบด้วยคุณลักษณะหลัก 5 ประการ โดยแต่ละกิจกรรมได้ออกแบบให้ส่งเสริมทักษะเหล่านี้อย่างเป็นระบบและต่อเนื่องผลการทดลองใช้รูปแบบกับกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า

นักเรียนมีพฤติกรรมการปรับตัวที่ดีขึ้น ทั้งในมิติของการรับรู้ตนเอง การควบคุมอารมณ์ การทำงานร่วมกับผู้อื่น และการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Goleman (1995) ที่ระบุว่าความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) ส่งผลต่อความสามารถในการปรับตัว การเรียนรู้ และความสำเร็จในชีวิต

ดังนั้นผู้วิจัยจึงทำการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย จากการศึกษาและรวบรวมข้อมูลดังกล่าวได้รูปแบบกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ทั้งหมด 5 กิจกรรม ดังนี้ กิจกรรมที่ 1. การตระหนักรู้ในตนเอง "กระจกสะท้อนใจ เข้าใจตัวตน" กิจกรรมที่ 2. การจัดการตนเอง "ลิขิตเป้าหมาย ก้าวไปด้วยใจมั่น" กิจกรรมที่ 3. การตระหนักรู้ในสังคม "ฉันทกับเรา เข้าใจสังคมรอบตัว" กิจกรรมที่ 4. ทักษะด้านความสัมพันธ์ "ฟังกันและกัน ผูกพันด้วยความเข้าใจ" กิจกรรมที่ 5. การตัดสินใจอย่างมีความรับผิดชอบ "คิดก่อนทำ รับผิดชอบต่อผลลัพธ์" โดยใช้เวลาการเข้าร่วมกิจกรรมรวมทั้งหมด 5 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง

ผลรูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย ก่อนและหลังการทดลองของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ภายหลังจากกลุ่มตัวอย่างได้เข้าร่วมการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ ได้มากยิ่งขึ้นเท่ากับ $\bar{X} = 4.12$ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพัตรา สกุลศรีประเสริฐ (2561) ศึกษาการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมตามแนวคิดของ CASEL ของนักเรียน มัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมตามแนวคิดของ CASEL ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน 2) ศึกษาอิทธิพลของตัวแปรที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมตามแนวคิดของ CASEL ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ผลการวิจัยยังพบว่าในยุคที่เทคโนโลยีเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว การมีทักษะด้านอารมณ์และสังคมถือเป็นเครื่องมือสำคัญในการปรับตัว ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมสามารถรับมือกับแรงกดดัน ความเปลี่ยนแปลง และความไม่แน่นอนได้ดีกว่าเดิม การบูรณาการเทคโนโลยี เช่น การใช้ปัญญาประดิษฐ์ (AI) ในกระบวนการเรียนรู้ อาทิ Chatbot หรือระบบแนะนำเพื่อการสะท้อนคิดตนเอง ยังช่วยเสริมแรงจูงใจในการเรียนรู้และกระตุ้นให้ผู้เรียนตระหนักถึงอารมณ์และพฤติกรรมของตนได้ทันเวลา ซึ่งยังสอดคล้องกับแนวคิดของศรีณศิริ คัมภีรานนท์ (2562) ที่กล่าวว่า AI ไม่ได้เป็นเพียงเครื่องมือทางเทคโนโลยีเท่านั้น แต่สามารถเป็น “ผู้ช่วยทางปัญญา” ในการพัฒนามนุษย์ได้ และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของสุภารัตน์ พัฒนแหวน (2564) ที่พบว่าการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมช่วยส่งเสริมพฤติกรรมการเรียนรู้และลดความวิตกกังวล

ของนักเรียน รังสรรค์ โฉมยา (2561) ที่ใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและการสะท้อนคิดในการพัฒนาการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมได้รับผลลัพธ์เชิงบวกในระยะยาว

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

ในการวิจัยครั้งนี้ ได้ศึกษาเรื่องการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคม (SEL) ต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในยุคเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เพื่อรองรับสังคมแห่งการเรียนรู้ จังหวัดเชียงราย ควรมีการนำผลของงานวิจัยไปใช้ในการพัฒนาผู้เรียนนักเรียน ดังนี้

1. สถานศึกษาควรนำรูปแบบการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (SEL) ไปปรับใช้ในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า รูปแบบการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (SEL) ที่พัฒนาขึ้นสามารถส่งเสริมการปรับตัวของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นโรงเรียนควรนำไปประยุกต์ใช้ในกิจกรรมแนะแนว กิจกรรมชุมนุม หรือคาบกิจกรรมโฮมรูม เพื่อพัฒนาองค์ประกอบด้านอารมณ์และสังคมอย่างต่อเนื่อง

2. ครูควรนำกิจกรรมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (SEL) ไปบูรณาการในรายวิชาต่างๆ กิจกรรมที่ส่งเสริมการตระหนักรู้ในตนเอง การควบคุมอารมณ์ การเข้าใจผู้อื่น และการตัดสินใจอย่างมีจริยธรรม สามารถเชื่อมโยงกับบริบทของการเรียนรู้ในห้องเรียนทั่วไปได้ เช่น รายวิชาภาษาไทย สังคมศึกษา และวิทยาศาสตร์ ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้แบบองค์รวม

3. ควรจัดอบรมเชิงปฏิบัติการสำหรับครูเกี่ยวกับการจัดเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (SEL) เพื่อให้ครูมีความรู้ความเข้าใจในหลักการของการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (SEL) และสามารถออกแบบกิจกรรมที่สอดคล้องกับระดับพัฒนาการของผู้เรียน ตลอดจนสามารถใช้เทคโนโลยี เช่น AI chatbot หรือแอปสะท้อนคิด มาเป็นสื่อสนับสนุนได้อย่างเหมาะสม

4. สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาและหน่วยงานด้านการศึกษา ควรสนับสนุนการใช้การเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (SEL) ในระดับนโยบาย ผลการวิจัยนี้สามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนากิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตในศตวรรษที่ 21 โดยเฉพาะในด้าน soft skills ที่จำเป็นต่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณภาพในโลกยุคดิจิทัล

5. ควรส่งเสริมให้มีการใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์อย่างมีจริยธรรมในการจัดเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (SEL) เนื่องจากนักเรียนมีความสนใจและตอบสนองเชิงบวกต่อการใช้เทคโนโลยี ปัญญาประดิษฐ์ในการเรียนรู้ตนเอง การออกแบบกิจกรรมหรือแพลตฟอร์มที่ใช้ การใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ อย่างสร้างสรรค์ควรคำนึงควบคู่กับการปลูกฝังจริยธรรมดิจิทัล (digital ethics)

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาผลของรูปแบบการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (SEL) ในระยะยาว เนื่องจากการปรับตัวของนักเรียนอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามบริบทและช่วงวัย การศึกษาติดตามผลหลังการใช้รูปแบบเป็นระยะเวลานาน จะช่วยให้ทราบถึงผลที่ยั่งยืนของรูปแบบการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (SEL) ต่อพฤติกรรมและทักษะทางสังคมของนักเรียน

2. ควรพัฒนารูปแบบให้สอดคล้องกับรายวิชาในหลักสูตรสถานศึกษา การบูรณาการรูปแบบการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (SEL) เข้ากับเนื้อหาในวิชาต่าง ๆ เช่น ภาษาไทย วิทยาศาสตร์ หรือหน้าที่พลเมือง อาจช่วยให้ผู้เรียนได้ฝึกทักษะด้านอารมณ์และสังคมในบริบทจริง และเพิ่มความเป็นไปได้ในการนำรูปแบบไปใช้จริงในระดับชั้นเรียน

3. ควรศึกษาผลของรูปแบบในบริบทที่หลากหลาย งานวิจัยครั้งนี้มุ่งเน้นที่นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตเมือง การวิจัยครั้งต่อไปควรขยายไปยังโรงเรียนในพื้นที่ชนบท หรือกลุ่มนักเรียนที่มีความต้องการพิเศษ เพื่อพัฒนาเครื่องมือหรือกิจกรรมให้เหมาะสมกับบริบทและความแตกต่างของผู้เรียน

4. ควรพัฒนาเครื่องมือวัดที่ครอบคลุมและหลากหลายมากยิ่งขึ้น การวิจัยครั้งต่อไปควรออกแบบเครื่องมือวัดแบบผสม (Mixed methods) เช่น การสังเกตพฤติกรรม การสัมภาษณ์ หรือแบบสะท้อนคิดของนักเรียน เพื่อเสริมความลึกในการวิเคราะห์ผลลัพธ์ของการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (SEL)

5. ควรศึกษาการใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ เชิงลึกในกิจกรรมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (SEL) การบูรณาการใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ในกระบวนการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ (SEL) ยังคงเป็นเรื่องใหม่ งานวิจัยครั้งต่อไปสามารถมุ่งศึกษารูปแบบการใช้เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์เช่น Chatbot, AI-based reflection tools หรือ gamification เพื่อส่งเสริมความตระหนักรู้ในตนเองและพฤติกรรมปรับตัวอย่างมีจริยธรรมในโลกดิจิทัล

บรรณานุกรม

- กรกมล ศรีวัฒน์. (2567). เมื่อการศึกษาเผชิญหน้า AI: แง่มุมไหนที่การศึกษาไทยต้องเตรียมตัว. กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) และ The 101 world.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. 2554. การคิดเชิงสังเคราะห์, กรุงเทพฯ : ชัคเชสมิเดีย
- ศูนย์ข้อมูลการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ และสถานศึกษาภายในจังหวัด. 2567. ข้อมูลสารสนเทศทางการศึกษา. สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดเชียงราย.
- ปัญญาประดิษฐ์เพื่อการเรียนรู้ เข้าถึงได้จาก ann <https://www.scimath.org/article-technology/item/10110-ai-10110technology/item/10110-ai-10110> สืบค้นเมื่อวันที่ 10 มีนาคม 2567.
- ชนิดดา เพ็ชรประยูร และคณะ. (2554). ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยของรัฐ. วารสารวิชาการพระจอมเกล้าพระนครเหนือ. ฉบับที่ 1 ม.ค.- เม.ย. 2564.
- ชลันดา หนูหล้า. (2556). ผลของการใช้โปรแกรมการปรับตัวด้านสังคมและการเรียนของนักศึกษาจีน โครงการแลกเปลี่ยน มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- ชูศรี วงศ์รัตน์. 2558. เทคนิคการเขียนเค้าโครงวิจัย: แนวทางสู่ความสำเร็จ. พิมพ์ครั้งที่ 3 (ฉบับปรับปรุง). กรุงเทพฯ: ออมการพิมพ์.
- ดวงแข วิทยาสุนทรวงศ์. (2541). ผลของกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสืบตัง จังหวัดตรัง . (ปริญญา นิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.
- เต็มศักดิ์ คทวนิช. 2546. จิตวิทยาทั่วไป . กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดยูเคชั่น.
- ปาจริย จันชื่น. (2557). ผลของโปรแกรมพัฒนาผู้เรียนที่มีต่อการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวรราชาทินัดดามาตุวิทยา ๑ จังหวัดปทุมธานี. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตร มหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- พรพิมล พลครบุรี. (2554). ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนที่มาจากครอบครัวหย่าร้างโรงเรียนไทยรัฐวิทยา 55 (วัดโบสถ์ดอนพรหม) นนทบุรี. (สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร
- รังสรรค์ โฉมยา. (2561). การพัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์เสริมสร้างการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. วารสารวิจัยราชภัฏพระนคร สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ปีที่ 13 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2561)
- ลัดดาวรรณ ณ ระนอง. (2563). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนอุทัยวิทยาคม จังหวัดอุทัยธานี. วิทยานิพนธ์ (ศษ.ม.การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา). มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- วรารณ ตระกูลสฤณี. 2549. จิตวิทยาการปรับตัว. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.

- ศรัณย์ศิริ คัมภีรานนท์. (2562). บทความวิชาการ "AI เทคโนโลยีอนาคตของประเทศไทย" สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา, 9,5,
- ศิรินทร์ทิพย์ มากบุญ. (2546). ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติหน้าที่ของครอบครัวและการปรับตัวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 (การศึกษาค้นคว้าอิสระวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- สุกัญญา ตันตระกูล. (2548). การศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ศูนย์กลางสถาบัน เทคโนโลยีราชมงคล . (ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.
- สุทธิรักษ์ ไชยรักษ์. (2556). ปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี. รายงานวิจัย สถาบัน. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี.
- สุพัตรา ซาติบุญชัย. 2547. กระบวนการเรียนรู้ : แนวคิด ความหมายและบทเรียนในสังคมไทย, กรุงเทพฯ พิษณุไทย.
- สุพัตรา สกุลศรีประเสริฐ. 2561. การเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมตามแนวคิดของ CASEL ของนักเรียน มัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. วารสารศรีนครินทรวิโรฒวิจัยและพัฒนา (สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์) ปีที่ 10 ฉบับที่ 20
- สุภารัตน์ พัฒนแหวน. 2564. ศึกษาการเสริมสร้างการเรียนรู้ทางอารมณ์และสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม. วารสารศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ปีที่ 9 ฉบับที่ 2.
- สุภัทราภรณ์ เตียรธีระสมบัติ. (2565). การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสังคมและอารมณ์ สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษา. ปรัชญาดุสิตบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
- แผนการศึกษาแห่งชาติ. 2560. สำนักงานเลขาธิการสถานศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. กรุงเทพฯ: พรินทวนกราฟฟิค จำกัด.
- AI: Artificial Intelligence หรือปัญญาประดิษฐ์ [กระดานสนทนา]. เข้าถึงได้จาก <http://www.dstd.mi.th/board/index.php?topic=3400.0>. สืบค้นเมื่อ 10 มีนาคม 2567
- Bridgeland, J., Bruce, M. and Hariharan, A. (2013). The missing piece: A national teacher survey on how social and emotional learning can empower children and transform schools. A report for CASEL Washington, DC: Civic Enterprises.
- Cherniss, C., Extein, M., Goleman, D. and Weissberg, R.P. (2006). Emotional intelligence: what does the research really indicate?. Educational Psychologist, 41(4), 239-245.
- Durlak, J.A. and others. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. Child development, 82(1), 405-432.

- Elias, M.J., Nayman, S.J., Duffell, J.C. and Kim, S.A. (2017). **Madam Secretary, help us improve social-emotional learning.** Phi Delta Kappan, 98(8), 64-69.
- Guerin, T.T. (2014). **Relationships matter: the role for social-emotional leaning in an interprofessional global health education.** The Journal of Law, Medicine & Ethics, 42(2), 38-44.
- Jones, S.M., Bouffard, S.M. and Weissbourd, R. (2013). **Educators' social and emotional skills vital to learning.** Phi Delta Kappan, 94(8), 62-65.
- Lindsay, P.H. and Norman, D.A. (2013). **Human information processing: An introduction to psychology.** New York: Academic press.
- Weissberg, R.P. and Cascarino, J. (2013). **Academic learning+ social-emotional learning national priority.** Phi Delta Kappan, 95(2), 8-13.
- Zins, J.E. and Elias, M.J. (2007). **Social and emotional learning: Promoting the development of all students.** Journal of Educational and Psychological Consultation, 17(2-3), 233-255.

ภาคผนวก

ประวัติผู้วิจัย

1. หัวหน้าโครงการ

ชื่อ-นามสกุล (ภาษาไทย) นางสาว ทิพวรรณ เมืองใจ

ชื่อ-นามสกุล (ภาษาอังกฤษ) Miss.Tippawan Moungrjai

เลขหมายบัตรประจำตัวประชาชน 1579900079420

ตำแหน่งปัจจุบัน : อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏ

หน่วยงานและสถานที่อยู่ : คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย
80 หมู่ 9 ถนนพหลโยธิน ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง
จังหวัดเชียงราย 57000
หมายเลขโทรศัพท์ 093-2944693

Email: tippawan.mua@crru.ac.th

ประวัติการศึกษา: ปริญญาโท มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขา
จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ปีที่สำเร็จการศึกษา 2553
ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยพายัพ ศิลปศาสตรและสังคมศาสตร
บัณฑิต สาขาจิตวิทยา ปีที่สำเร็จการศึกษา 2550

สาขาวิชาการที่มีความชำนาญพิเศษ

จิตวิทยาสังคม และจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

ประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการบริหารงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศ

งานวิจัยและบทความวิชาการที่เกี่ยวข้องและทำสำเร็จแล้ว

1. บทความวิชาการ เรื่อง สุขภาพจิตที่เปลี่ยนไปกับสังคมที่เปลี่ยนแปลง.วารสาร
สังคมศาสตร์วิชาการ, ฉบับพิเศษ(10), 263-276. (2560).
2. งานวิจัยการส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ชุมชนเทศบาลตำบลเวียงเหนือ อ.เวียงชัย
จ.เชียงราย (2561) โดยมีการเผยแพร่การประชุมวิชาการระดับชาติทางการศึกษา คณะ
ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ครั้งที่ 2 ได้รับทุนสนับสนุนการทำวิจัยจาก
มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย
3. งานวิจัยการเสริมสร้างสุขภาวะของคู่สมรสสูงอายุก่อให้เกิดปัญหาใน ต.นางแล อ.เมือง
จ.เชียงราย (2562) โดยมีการเผยแพร่ในการประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 7 และ
นานาชาติครั้งที่ 1 ประจำปี 2562 คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปกร ได้รับ
ทุนสนับสนุนการทำวิจัยจากมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย
4. อัตลักษณ์ของเยาวชนตำบลนางแล อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย. Veridian E-Journal
Silpakorn University, 12(5), 599-615.

5. ระดับความมั่นคงในการดำรงชีพของประชาชนในการจัดตั้งเขตชุมชนผู้สูงวัยนานาชาติในเขตเศรษฐกิจพิเศษ จังหวัดเชียงราย (2564).
6. ธนพัทธ์ จันทน์พัฒน์พงศ์, กันย์ธัญญ์ สุชิน, ทิพวรรณ เมืองใจ และจิรนนต์ ไชยงามนอกซ์. (2565). การส่งเสริมสุขภาพชุมชนของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ในพื้นที่เขตเศรษฐกิจพิเศษชายแดนภาคเหนือของไทย : การศึกษานำร่อง พื้นที่อำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงราย. รายงานสืบเนื่องการประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 19 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน วันที่ 8-9 ธันวาคม 2565 ณ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จ.นครปฐม
7. Tongrak Jitbantao, Nawin Promjaisa, Tippawan Muangjai and Tanapat Janpipatpong. (2022). The title Model of Training for Positive Characteristic Development among Village Health Volunteer Counselors for COVID-19 Pandemic and Emerging Diseases. Journal of Positive School Psychology, 6(6), 6,862-6,869. (Scopus Q2)
8. กันย์ธัญญ์ สุชิน, ธนพัทธ์ จันทน์พัฒน์พงศ์ และทิพวรรณ เมืองใจ. (2566). การจำแนกพหุปัจจัยของความวิตกกังวลในสถานการณ์โรคระบาดรุนแรงของผู้นำชุมชน ตำบลโชคชัย อำเภอดอยหลวง จังหวัดเชียงราย. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา, 11(1), 264-281. (TCI 2)

2. ผู้ร่วมวิจัย

ชื่อ-นามสกุล (ภาษาไทย) นางสาว กันย์ธัญญ์ สุชิน
 ชื่อ-นามสกุล (ภาษาอังกฤษ) Miss. Kanthanan Suchin
 เลขหมายบัตรประจำตัวประชาชน 1101100001619
 ตำแหน่งปัจจุบัน : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยาสังคม สำนักวิชาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ
 หน่วยงานและสถานที่อยู่ : สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม สำนักวิชาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย 80 หมู่ 9 ถนนพหลโยธิน ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย 57000
 หมายเลขโทรศัพท์ 084-6447605
 ประวัติการศึกษา
 ปริญญาเอก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จิตวิทยา
 ปีที่สำเร็จการศึกษา 2566
 ปริญญาโท มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ ปีที่สำเร็จการศึกษา 2554
 ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วนศาสตร์ชุมชน
 ปีที่สำเร็จการศึกษา 2549
 สาขาวิชาการที่มีความชำนาญพิเศษ
 จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ ,ภาวะผู้นำ, การสร้างแบบทดสอบ, การวิจัย,และจิตวิทยาชุมชน

ประสบการณ์ด้านงานวิจัย

หัวหน้าโครงการวิจัย:

1. งานวิจัยเรื่อง ภาวะผู้นำแบบผู้รับใช้ จิตวิญญาณในการทำงานขององค์กร และผลการปฏิบัติงาน ของผู้บริหารระดับต้นธุรกิจอุตสาหกรรมอาหารแห่งหนึ่ง ในเขตกรุงเทพมหานคร 2553
2. รูปแบบการเรียนการสอนโดยใช้เทคนิคการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อน เพื่อพัฒนาทักษะความรู้ของผู้เรียนในรายวิชาเคมีในร่างกายมนุษย์ (แหล่งทุนสนับสนุนการวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย)
3. การพัฒนาความรู้ ความเข้าใจโดยใช้เทคนิคการเรียนรู้จากการปฏิบัติ ในการฝึกการสัมภาษณ์ รายวิชาการวัดและการทดสอบเบื้องต้นทางจิตวิทยา (แหล่งทุนสนับสนุนการวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย)
4. การเสริมสร้างศักยภาพของผู้นำเด็กและเยาวชนในชุมชนเทศบาลตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย (แหล่งทุนสนับสนุนการวิจัย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.)
5. การติดตามและประเมินผลการดำเนินงาน ของผู้นำเด็กและเยาวชนเทศบาลตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย (แหล่งทุนสนับสนุนการวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย)
6. กระบวนการเรียนรู้ทางสังคม ผ่านระบบพิธีกรรมความเชื่อ ของชาติพันธุ์อาข่า บ้านสองแควพัฒนา ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย (แหล่งทุนสนับสนุนการวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย)
7. วิจัยสถาบัน ภาวะการมีงานทำของบัณฑิตของสำนักวิชาสังคมศาสตร์
8. กระบวนการปรับเปลี่ยนตัวเองสู่คุณแม่วัยใส ต.ดงมะดะ อ.แม่ลาว จังหวัดเชียงราย (แหล่งทุนสนับสนุนการวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย)
9. การศึกษาและพัฒนารูปแบบเพื่อเสริมสร้างความสุข จากปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสุขของผู้สูงอายุ อำเภอเชียงของ จังหวัดเชียงราย (แหล่งทุนสนับสนุนการวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.))

ผู้ร่วมวิจัย:

1. ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนเทศบาลตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย (แหล่งทุนสนับสนุนการวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.))
2. ความภาคภูมิใจ ความผูกพันของคนน่านกับการเป็นเมืองเก่าที่มีชีวิต (แหล่งทุนสนับสนุนการวิจัย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.))

การนำเสนอและเผยแพร่งานวิจัย

1. วารสารวิชาการพระจอมเกล้าพระนครเหนือ ปีที่ 21 ฉบับที่ 2 พฤษภาคม-สิงหาคม 2554 “เรื่อง ภาวะผู้นำแบบผู้รับใช้ จิตวิญญาณในองค์กร ที่ส่งผลต่อผลการปฏิบัติงาน ของผู้บริหารระดับต้น ธุรกิจอุตสาหกรรมอาหารแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร”

2. นำเสนองานวิจัย ในงานประชุมวิชาการนานาชาติ ครั้งที่ 9 เรื่อง “ASEAN Knowledge Network for the Economic, Society, Culture, and Environmental Stability” ระหว่างวันที่ 24-28 มิถุนายน 2556 ณ The Rizqun International Hotel ประเทศบรูไนดารุสซาลาม
3. บทความงานวิจัยที่ตีพิมพ์วารสารวิจัยเพื่อการพัฒนาเชิงพื้นที่ ปีที่ 6 ฉบับที่ 5 พฤษภาคม- มิถุนายน 2557 “เรื่อง การเสริมสร้างศักยภาพของผู้นำเด็กและเยาวชนในชุมชนเทศบาลตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย”
4. นำเสนองานวิจัย ในงานประชุมวิชาการนานาชาติ ครั้งที่ 11 เรื่อง “ASEAN Knowledge Network for the Economic, Society, Culture, and Environmental Stability” ระหว่างวันที่ 30 มีนาคม 2558 – 3 เมษายน 2559 ณ สหพันธ์สาธารณรัฐประชาธิปไตยเนปาล
5. นำเสนองานวิจัย ในงานประชุมวิชาการระดับชาติ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร ครั้งที่ 4 ประจำปี 2559 “เรื่องกระบวนการเรียนรู้ทางสังคม ผ่านระบบพิธีกรรมความเชื่อ ของชาติพันธุ์อาข่า บ้านสองแควพัฒนา ต.แม่ยาว อ.เมือง จ.เชียงราย” ในวันที่ 13 พฤษภาคม 2559
6. นำเสนองานวิจัย ในงานประชุมวิชาการระดับชาติ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร ครั้งที่ 6 ประจำปี 2561 “เรื่องการปรับตัวของครอบครัวของคุณแม่วัยใส ตำบลดงมะดะ อำเภอแม่ลาว จังหวัดเชียงราย” ในวันที่ 22 กรกฎาคม 2561
7. นำเสนองานวิจัย ในการประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติทางจิตวิทยา ประจำปี 2561 หลากหลายอย่างกลมกลืนในมุม (มอง) จิตวิทยา “เรื่อง การเปลี่ยนผ่านของคุณแม่วัยใสในพื้นที่ตำบลดงมะดะ อำเภอแม่ลาว จังหวัดเชียงราย” ในวันที่ 6 กรกฎาคม 2561
8. นำเสนองานวิจัย ในการประชุมวิชาการระดับชาติ และนานาชาติ “ราชภัฏวิจัยครั้งที่ 5” ประจำปี 2561 “เรื่อง การศึกษาขั้นตอนการปรับตัวของผู้ปกครองของคุณแม่วัยใส ในจังหวัดเชียงราย” ในวันที่ 2-5 ธันวาคม 2561
9. บทความวิจัย วารสารมนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ปีที่ 7 ฉบับพิเศษ ตุลาคม-ธันวาคม 2561 “เรื่อง การศึกษาขั้นตอนการปรับตัวของผู้ปกครองของคุณแม่วัยใส ในจังหวัดเชียงราย”

3. ผู้ร่วมวิจัย

ชื่อ-นามสกุล (ภาษาไทย) นายธนพัทธ์ จันทน์พิพัฒน์พงศ์

ชื่อ-นามสกุล (ภาษาอังกฤษ) Mr. Tanapat Janpipatpong

เลขหมายบัตรประจำตัวประชาชน 1 72990017305 0

ตำแหน่งปัจจุบัน : อาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยาสังคม สำนักวิชาสังคมศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏ

หน่วยงานและสถานที่อยู่ : สำนักวิชาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย 80 หมู่ 9
ถนนพหลโยธิน ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย 57000
หมายเลขโทรศัพท์ 0-5380-2870

E-mail: Janpipatpong.t@gmail.com

ประวัติการศึกษา ปริญญาโท มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ,
วิทยาศาสตร์บัณฑิต (จิตวิทยา)
ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ,
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์)

สาขาวิชาการที่มีความชำนาญพิเศษ
การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ และจิตวิทยา

ประสบการณ์ด้านงานวิจัย

1. ธนพัทธ์ จันทน์พัฒน์พงศ์. (2560). การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนาสังคม. วารสารสังคมศาสตร์วิชาการ, 2(10), 286-300.
2. ธนพัทธ์ จันทน์พัฒน์พงศ์, ทิพวรรณ เมืองใจ และกันยธัญญ์ สุชิน. (2561). ปัจจัยทางจิตพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับความสุขของผู้สูงอายุในอำเภอเชียงของ จังหวัดเชียงราย. รายงานสืบเนื่องการประชุมวิชาการและการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติทางจิตวิทยาประจำปี พ.ศ. 2561 วันที่ 6 กรกฎาคม 2561 ณ โรงแรมดิเอ็มเมอรัลด์ กรุงเทพฯ
3. ธนพัทธ์ จันทน์พัฒน์พงศ์. (2561). ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางจิตวิทยาเชิงบวกกับการทำงานอาสาสมัครของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ต.เวียงเหนือ อ.เวียงชัย จ.เชียงราย. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี, 7(ฉบับพิเศษ), 121-132.
4. ธนพัทธ์ จันทน์พัฒน์พงศ์. (2562). ปัจจัยภายในบุคคลและสภาพแวดล้อมทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมอาสาสมัครของกลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ตำบลเวียงเหนือ อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย. วารสารพฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนา, 11(1), 1-14.
5. ธนพัทธ์ จันทน์พัฒน์พงศ์, ทิพวรรณ เมืองใจ, กันยธัญญ์ สุชิน, จิรนนต์ ไชยงามนอกซ์ และต้องรัก จิตรบรรเทา. (2562). การทำงานอาสาสมัครของแกนนำชุมชนเวียงเหนือ จังหวัดเชียงราย: กรณีศึกษาอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.). รายงานสืบเนื่องการประชุมวิชาการและการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติทางจิตวิทยา ประจำปี พ.ศ. 2562 วันที่ 24 มิถุนายน 2562 ณ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

6. ธนพัทธ์ จันทน์พัฒน์พงศ์ และอังศินันท์ อินทรกำแหง. (2562). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตสังคมกับพฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊กด้วยปัญญาของนักศึกษาปริญญาตรี ในเขตกรุงเทพมหานคร. วารสาร สจล. ชุมพรเขตอุดมศักดิ์ ฉบับมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 1(1-2), 70-80.
7. ธนพัทธ์ จันทน์พัฒน์พงศ์, ทิพวรรณ เมืองใจ และกันยธัญญ์ สุชิน. (2562). ผลของโปรแกรมเสริมสร้างความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองสำหรับผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุในอำเภอเชียงของ จังหวัดเชียงราย. รายงานสืบเนื่องการประชุมวิชาการระดับชาติเครือข่ายวิจัยสถาบันอุดมศึกษาทั่วประเทศ ครั้งที่ 13 วันที่ 21 พฤศจิกายน 2562 ณ โรงแรมเชียงใหม่แกรนด์วิว จ.เชียงใหม่
8. ธนพัทธ์ จันทน์พัฒน์พงศ์, กันยธัญญ์ สุชิน และทิพวรรณ เมืองใจ. (2563). การวิจัยเชิงพื้นที่เกี่ยวกับพฤติกรรมการป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ของประชาชนตำบลแม่เปา อำเภอพญาเม็งราย จังหวัดเชียงราย: การศึกษาขั้นต้น. รายงานสืบเนื่องการประชุมวิชาการระดับชาติและนานาชาติ “เบญจมิตรวิชาการ ครั้งที่ 10” วันที่ 22 พฤษภาคม 2563 (online conference)
9. ธนพัทธ์ จันทน์พัฒน์พงศ์. (2563). การสังเคราะห์งานวิจัยหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม สำนักวิชาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย. วารสารบริหารการศึกษาบัณฑิต, 20(3), 1-10.
10. ธนพัทธ์ จันทน์พัฒน์พงศ์. (2564). ปัจจัยทางพฤติกรรมศาสตร์กับพฤติกรรมป้องกันการรับและแพร่โรคในที่สาธารณะของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ตำบลโชคชัย อำเภอดอยหลวง จังหวัดเชียงราย : การศึกษาเปรียบเทียบ. รายงานสืบเนื่องการประชุมวิชาการระดับชาติ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายเพื่อการพัฒนา ครั้งที่ 1 วันที่ 24-25 มิถุนายน 2564. (online conference)
11. ธนพัทธ์ จันทน์พัฒน์พงศ์, กันยธัญญ์ สุชิน, ทิพวรรณ เมืองใจ และจิรนนต์ ไชยงามนอกซ์. (2565). การส่งเสริมสุขภาพชุมชนของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ในพื้นที่เขตเศรษฐกิจพิเศษชายแดนภาคเหนือของไทย : การศึกษานำร่อง พื้นที่อำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงราย. รายงานสืบเนื่องการประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 19 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน วันที่ 8-9 ธันวาคม 2565 ณ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จ.นครปฐม
12. Tongrak Jitbantao, Nawin Promjaisa, Tippawan Muangjai and Tanapat Janpipatpong. (2022). The title Model of Training for Positive Characteristic Development among Village Health Volunteer Counselors for COVID-19 Pandemic and Emerging Diseases. **Journal of Positive School Psychology**, 6(6), 6,862-6,869. (Scopus Q2)

13. กันยัธน์ญ์ สุชิน, ธนพัทธ์ จันท์พิพัฒน์พงศ์ และทิพวรรณ เมืองใจ. (2566). การจำแนกพหุปัจจัยของความวิตกกังวลในสถานการณ์โรคระบาดรุนแรงของผู้นำชุมชนตำบลโชคชัย อำเภอดอยหลวง จังหวัดเชียงราย. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา, 11(1), 264-281. (TCI 2)
14. บทความปริทรรศน์ ธนพัทธ์ จันท์พิพัฒน์พงศ์ และชาลิน สุวรรณวงศ์. (2564). พฤติกรรมศาสตร์: มุมมองในศาสตร์ที่แตกต่าง. วารสารสังคมศาสตร์วิชาการ, 14(2), 129-135.