



ผลของกิจกรรมนันทนาการที่มีต่อทักษะทางสังคม
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

THE EFFECTS OF RECREATIONAL ACTIVITIES ON SOCIAL SKILLS
OF SECONDARY EDUCATION GRADE 4 STUDENTS

ธวัชชัย บุตรงาม¹, ประยุทธ์ ไทยธานี²

Tawatchai Bootngam¹, Prayut Thaithani²

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา¹⁻²

Nakhon Ratchasima Rajabhat University¹⁻²

E-mail: Kruant1653@gmail.com

ได้รับบทความ: 19 กันยายน 2565; แก้ไขบทความ: 19 ตุลาคม 2565; ตอรับตีพิมพ์: 1 พฤศจิกายน 2565;

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของการวิจัยเชิงทดลองนี้เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมนันทนาการที่มีต่อทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนรามวิทยา รามังคลาภิเษก จังหวัดสุรินทร์ จำนวน 2 ห้องเรียน รวม 64 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย กิจกรรมนันทนาการ โดยจัดกิจกรรมทั้งหมด 10 ครั้ง ในการจัดกิจกรรมแต่ละครั้งใช้เวลา 1 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 10 ชั่วโมง และแบบประเมินทักษะทางสังคม การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการทดสอบค่าที ผลพบว่า หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะทางสังคมสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ: กิจกรรมนันทนาการ, ทักษะทางสังคม, นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

Abstract

The purpose of this experimental research was to study the effects of recreation activities on social skills of Secondary Education Grade 4 Students. The sample of this research were Secondary Education Grade 4 Students from 2 classrooms, semester 1, academic year 2022, Ramwitthaya Rachamangklaphisek School, Surin Province total 64 people. The research tools were 10 recreation activities, which used approximately 1 hour per an activity, and social



skills scale. The data were analyzed by using t-test. The results showed that after the experiment, the social skills of the experimental group were significantly higher than before the experiment at the 0.1 level and significantly higher than control at the .01 level.

Keywords: Recreation Activities, Social Skills, Secondary Education Grade 4 Students

บทนำ

มนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตทางสังคม เจริญเติบโต และเรียนรู้ผ่านการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น หากปราศจากทักษะนี้ก็เป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ที่อาจนำไปสู่ผลเสียต่อสุขภาพจิต ดังนั้น “ทักษะทางสังคม” จึงเป็นทักษะสำคัญของมนุษย์ที่ใช้ปรับตัวเพื่ออยู่ร่วมกัน และจำเป็นสำหรับทุกเพศ ทุกวัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยเด็กที่กำลังเรียนรู้โลกผ่านสิ่งต่าง ๆ ยิ่งจำเป็นต้องได้รับการฝึกฝนทักษะทางสังคมอย่างเป็นระบบ เพื่อเป็นพื้นฐานนำไปสู่ความสำเร็จด้านอื่น ๆ ในอนาคต (จรัสลักษณ์ รัตนพันธ์, 2557: 23)

ทักษะทางสังคม คือ การแสดงออกผ่านคำพูดและการกระทำเพื่อสื่อสารกับผู้อื่น สามารถเรียนรู้และพัฒนาได้ ผ่านค่านิยม วัฒนธรรม ความเชื่อต่าง ๆ เปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง และพัฒนาได้ตลอดชีวิต โดยทั่วไปแล้วเด็กเรียนรู้และเข้าใจทักษะทางสังคมผ่านประสบการณ์ที่สะสมมาของตนเอง และรับรู้ว่ามีเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน แต่สำหรับเด็ก บางครั้งการพูดคุยกับคนอื่นหรือสร้างเพื่อนก็เป็นเรื่องยากที่จะเข้าใจ แม้แต่การแสดงออกที่ไม่ถูกกาลเทศะ รวมถึงความรู้สึกไม่สบายใจ ไม่มั่นใจในทักษะที่เรามี หรือไม่รู้วิธีจัดการกับอารมณ์ของตนเอง ก็อาจเป็นเพราะพวกเขายังขาดทักษะทางสังคม แต่หากมีคนช่วยแนะนำหรือฝึกฝนทักษะนี้ให้ได้อย่างถูกต้องก็ช่วยให้พวกเขาปรับตัวเข้ากับคนอื่นได้มากขึ้น ซึ่งคนที่ใกล้ชิดกับเด็กๆ มากที่สุดเป็นใครไปไม่ได้เลย นอกจากคุณพ่อ คุณแม่ หรือบุคคลภายในครอบครัวนั่นเอง เพราะสังคมครอบครัว คือ สังคมเริ่มแรกที่เด็กได้สัมผัส เป็นจุดเริ่มต้นในการมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง (จิราพัชร นิลแย้ม, 2564: 89)

ปัญหาทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนรามวิทยา รัชมังคลาภิเษก จังหวัดสุรินทร์ จากการสัมภาษณ์ครูสายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 พบว่า นักเรียนที่เข้ามาศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีปัญหาเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และการสื่อสาร และการทำงานร่วมกัน เนื่องจากเป็นนักเรียนที่เข้ามาศึกษาจากหลายสถาบัน นับเป็นปัญหาสำหรับครูอย่างมากสำหรับการจัดการเรียนการสอน ซึ่งเมื่อเทียบกับนักเรียนสายชั้นอื่น ๆ ที่รู้จักและคุ้นเคยกันมาก่อนแล้ว ประกอบกับก่อนการทดลองผู้วิจัยได้นำแบบประเมินทักษะทางสังคมให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 64 คน ประเมินทักษะทางสังคมของตนเองพบว่า ทักษะทางสังคมด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการติดต่อสื่อสาร และด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น นักเรียนมีทักษะทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง

จากข้อมูลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนางานกิจกรรมนันทนาการสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เนื่องจากนันทนาการเป็นกิจกรรมหนึ่งที่สามารถเสริมสร้างและพัฒนาทักษะทางสังคมของเด็กและเยาวชนได้ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2542: 65) โดยเน้นนันทนาการที่ส่งเสริมให้นักเรียนมีพัฒนาการของทักษะทางสังคม เพื่อให้เด็กมีภูมิคุ้มกันในทางทักษะทางสังคมสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ประกอบ



ไปด้วย 1) นันทนาการเกมและกีฬา 2) นันทนาการดนตรีและการร้องเพลง และ 3) นันทนาการเขียนและพูด ซึ่งกิจกรรมนันทนาการทั้ง 3 ประเภทนี้ เหมาะสมกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เพราะในช่วงวัยนี้จะชอบกิจกรรมที่เกี่ยวกับการแข่งขัน การร้องเล่นเต้นรำ และการพูด อันจะนำไปสู่การพัฒนาทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การติดต่อสื่อสาร และการทำงานร่วมกับผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับ กิตติมา เทียบพุด (2551: 45) และ กิตติวัฒน์ อัจฉนาภิตติ (2554: 90) ที่ศึกษาพบว่า หลังเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีพฤติกรรมทางสังคมและทักษะทางสังคมดีขึ้น

จากความเป็นมาและความสำคัญดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาผลของกิจกรรมนันทนาการที่มีต่อทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เพื่อให้ นักเรียนมีภูมิคุ้มกันต่อการดำเนินชีวิตมีพฤติกรรมของความเป็นคนดี คนเก่ง และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบทักษะทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง
2. เพื่อเปรียบเทียบทักษะทางสังคมของนักเรียนหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่ม

ควบคุม

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงการทดลอง (Experimental research) โดยผู้วิจัยมีการดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนรามวิทยารัชมังคลาภิเษก จังหวัดสุรินทร์ จำนวน 6 ห้องเรียน รวมทั้งสิ้น 210 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 โรงเรียนรามวิทยารัชมังคลาภิเษก จำนวน 2 ห้องเรียน รวม 64 คน คือ ห้อง 4/4 จำนวน 35 คน และห้อง 4/5 จำนวน 29 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่มและนักเรียนยินดีเข้าร่วมการวิจัย แล้วจับสลากได้ห้อง 4/4 เป็นกลุ่มทดลอง และห้อง 4/5 เป็นกลุ่มควบคุม

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 เครื่องมือที่ใช้ทำการทดลอง คือ แผนการจัดกิจกรรมนันทนาการ โดยมีขั้นตอนการดำเนินการสร้างดังนี้

- 1) ศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมนันทนาการและทักษะทางสังคม



2) สร้างแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย และเหมาะสมกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โดยแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นนำ โดยผู้วิจัยสร้างบรรยากาศที่ดีและอบอุ่นด้วยการกล่าวทักทายและสนทนาแลกเปลี่ยนกับนักเรียน เพื่อให้นักเรียนเข้าใจและมีความพร้อมในการเข้าร่วมกิจกรรม

ขั้นที่ 2 ขั้นปฏิบัติ โดยผู้วิจัยให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมและมีส่วนร่วมในกิจกรรมตามขั้นตอนที่ผู้วิจัยกำหนด พร้อมทั้งมีกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้เรื่องทักษะทางสังคม

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป โดยผู้วิจัยและนักเรียนช่วยกันสรุปกิจกรรมที่ทำ ให้นักเรียนทุกคนชมเชยตนเอง และผู้วิจัยให้คำชมเชยแก่นักเรียนทุกคนในการทำกิจกรรมแต่ละครั้ง

สรุปแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการได้ดังตาราง 1

ตารางที่ 1 สรุปแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการ

ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	ประเภทนันทนาการ	วัตถุประสงค์	ด้านที่พัฒนา
1	1. กิจกรรมปฐมนิเทศ 2. ฉันรู้จักเธอ เธอรู้จักฉัน	เกมและกีฬา	1. เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรม 2. เพื่อก่อให้เกิดความสนิทสนมคุ้นเคยกันของนักเรียนในเวลาอันรวดเร็ว 3. เพื่อก่อให้เกิดบรรยากาศที่เป็นกันเอง	ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
2	1. ใครเอ่ย 2. เธอคือใคร	เกมและกีฬา	1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักคุ้นเคยกันมากยิ่งขึ้น 2. เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียน	ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
3	1. ป้ายชื่อ 2. กระดาษส่งสาร	การเขียนและพูด	1. พัฒนาทักษะทางสังคมด้านการสื่อสารกับผู้อื่น	การติดต่อสื่อสาร
4	1. เข้าแฉกมหาสนุก 2. ถามประวัติ	1. เกมและกีฬา 2. การเขียนและพูด	พัฒนาทักษะทางสังคมด้านการสื่อสารกับผู้อื่น	การติดต่อสื่อสาร
5	1. ผีงแตกกรัง 2. กระเช้าศิลป์	เกมและกีฬา	พัฒนาทักษะทางสังคมด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น	การทำงานร่วมกับผู้อื่น
6	1. จิ๊กซอสัมพันธ์ 2. The Singer	1. เกมและกีฬา 2. ดนตรีและการร้องเพลง	พัฒนาทักษะทางสังคมด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น	การทำงานร่วมกับผู้อื่น
7	1. ประสานงาน ประสานใจ 2. 1-2-3-4	เกมและกีฬา	1. พัฒนาทักษะทางสังคมด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น	1. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 2. การทำงานร่วมกับผู้อื่น



ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	ประเภทนันทนาการ	วัตถุประสงค์	ด้านที่พัฒนา
			2. พัฒนาทักษะทางสังคม ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น	
8	1. ชิงเจ้ายุทธจักร 2. เสือ ปืน คน	เกมและกีฬา	1. พัฒนาทักษะทางสังคม ด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพ กับผู้อื่น 2. พัฒนาทักษะทางสังคม ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น	1. ความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคล 2. การทำงานร่วมกับ ผู้อื่น
9	1. คนละเรื่องเดียวกัน 2. นับเลข	การเขียนและพูด	1. พัฒนาทักษะทางสังคม ด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพ กับผู้อื่น 2. พัฒนาทักษะทางสังคม ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น	1. ความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคล 2. การทำงานร่วมกับ ผู้อื่น
10	1. ค้นหาผู้นำ 2. เราและนาย 3. Post-test	1. เกมและกีฬา 2. ดนตรีและการร้องเพลง 3. การเขียนและพูด	1. พัฒนาทักษะทางสังคม ด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพ กับผู้อื่น 2. พัฒนาทักษะทางสังคม ด้านการสื่อสารกับผู้อื่น 3. พัฒนาทักษะทางสังคม ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น 4. เพื่อสรุปกิจกรรม	1. ความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคล 2. การติดต่อสื่อสาร 3. การทำงานร่วมกับ ผู้อื่น

3) นำแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการที่สร้างขึ้นเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม ความสอดคล้องของวัตถุประสงค์ เนื้อหา และกิจกรรม แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ

4) นำแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ห้อง 4/3 จำนวน 35 คน เพื่อพิจารณาความยากง่าย ลำดับขั้นตอน การใช้ภาษา เวลา และอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรมของนักเรียน

5) นำแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการที่ทดลองใช้แล้วมาปรับปรุงแก้ไข แล้วนำไปใช้จริงกับกลุ่มทดลอง

2.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบประเมินทักษะทางสังคม โดยมีขั้นตอนการดำเนินการสร้างดังนี้

1) ศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับทักษะทางสังคมที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย และครอบคลุมนิยามศัพท์เฉพาะ



2) ผู้วิจัยได้พิจารณาเลือกใช้แบบประเมินทักษะทางสังคมของ กิตติวัฒน์ อัจฉนาภิตติ (2554) เนื่องจากมีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างและสามารถประเมินทักษะทางสังคมของนักเรียนได้ครบทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การติดต่อสื่อสาร และการทำงานร่วมกับผู้อื่น ซึ่งแบบประเมินมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 17 ข้อ

3) นำแบบประเมินทักษะทางสังคม เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยมีดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อความแต่ละข้อกับจุดประสงค์ (Item-Objective Congruence index: IOC) ตั้งแต่ .67 ถึง 1.00

4) นำแบบประเมินทักษะทางสังคมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 90 คน เพื่อตรวจสอบการใช้ภาษา คำชี้แจงในการทำแบบประเมิน และคุณภาพของแบบประเมิน

2.2.5 วิเคราะห์คุณภาพของแบบประเมินทักษะทางสังคม เพื่อหาอำนาจจำแนก (r) ซึ่งมีค่าอยู่ระหว่าง .20-.68 และวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นของทั้งฉบับ โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของ Cronbach ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .843 แสดงว่าเป็นแบบประเมินที่มีคุณภาพ

6) นำแบบประเมินทักษะทางสังคมที่มีคุณภาพไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

3. การดำเนินการทดลอง

การวิจัยในครั้งนี้มีแบบแผนการทดลองแบบสุ่ม มีกลุ่มควบคุม และมีการประเมินก่อน-หลัง (Randomized control group pretest-posttest design) โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการทดลอง ดังนี้

3.1 ขั้นก่อนการทดลอง

1) นำหนังสือขอความอนุเคราะห์ดำเนินการทดลองจากบัณฑิตวิทยาลัยถึงผู้อำนวยการโรงเรียนเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล

2) ให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทำแบบประเมินทักษะทางสังคม ซึ่งจากการทดสอบค่าที่พบว่าการทดลอง คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน

3.2 ขั้นดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยให้กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ จำนวน 10 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที เป็นระยะเวลา 5 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม

3.3 ขั้นหลังการทดลอง

หลังการทดลอง ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทำแบบประเมินทักษะทางสังคม และรวบรวมคะแนนก่อนและหลังการทดลองเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปในการวิเคราะห์ข้อมูล โดยวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที่



ผลการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการทดสอบค่าที ตามทฤษฎีแล้วใช้เมื่อกลุ่มตัวอย่างมีขนาดเล็ก ส่วนในทางปฏิบัติใช้กับกลุ่มตัวอย่างขนาดใดก็ได้ แต่มีข้อตกลงเบื้องต้นสำคัญคือกลุ่มตัวอย่างต้องมาจากประชากรที่มีการแจกแจงปกติหรือเข้าใกล้การแจกแจงปกติ (Weiss, 1995) ในเบื้องต้นผู้วิจัยจึงทดสอบการแจกแจงปกติโดยใช้ One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการแจกแจงปกติ ดังนั้นจึงวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐานโดยการทดสอบค่าทีได้ โดยผู้วิจัยนำเสนอผลการวิจัย ดังต่อไปนี้

1. คะแนนทักษะทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จะเห็นว่านักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลองมีคะแนนทักษะทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = 2.85) และหลังการทดลองมีคะแนนทักษะทางสังคมเพิ่มขึ้นไปอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.44) ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองมีคะแนนทักษะทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = 2.87) และหลังการทดลองยังคงมีคะแนนทักษะทางสังคมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = 2.90) ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 คะแนนทักษะทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลอง (n = 35) และกลุ่มควบคุม (n = 29)

ทักษะทางสังคม	กลุ่มตัวอย่าง	ก่อนทดลอง		แปลผล	หลังทดลอง		แปลผล
		$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	
ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	กลุ่มทดลอง	3.06	.48	ปานกลาง	3.51	.32	มาก
	กลุ่มควบคุม	3.13	.44	ปานกลาง	3.06	.48	ปานกลาง
ด้านการติดต่อสื่อสาร	กลุ่มทดลอง	2.64	.51	ปานกลาง	3.31	.29	ปานกลาง
	กลุ่มควบคุม	2.57	.35	น้อย	2.68	.37	ปานกลาง
ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น	กลุ่มทดลอง	2.90	.56	ปานกลาง	3.49	.35	มาก
	กลุ่มควบคุม	2.96	.48	ปานกลาง	2.97	.40	ปานกลาง
รวม 3 ด้าน	กลุ่มทดลอง	2.85	.43	ปานกลาง	3.44	.26	มาก
	กลุ่มควบคุม	2.87	.37	ปานกลาง	2.90	.33	ปานกลาง

2. ผลการเปรียบเทียบทักษะทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง จะเห็นว่าทักษะทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง มีคะแนนเฉลี่ย 2.85 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .43 ภายหลังการทดลอง มีคะแนนเฉลี่ย 3.44 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .26 เมื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลอง พบว่า หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทั้งรายด้านและโดยรวมสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังแสดงในตาราง 3



ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบทักษะทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลอง (n = 35) ก่อนและหลังการทดลอง

ทักษะทางสังคม	การประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	t	p
ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	หลังทดลอง	3.51	.32	5.891**	.000
	ก่อนทดลอง	3.06	.48		
ด้านการติดต่อสื่อสาร	หลังทดลอง	3.31	.29	8.396**	.000
	ก่อนทดลอง	2.64	.51		
ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น	หลังทดลอง	3.49	.35	6.543**	.000
	ก่อนทดลอง	2.90	.56		
รวม 3 ด้าน	หลังทดลอง	3.44	.26	8.079**	.000
	ก่อนทดลอง	2.85	.43		

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. ผลการเปรียบเทียบทักษะทางสังคมหลังการทดลองของนักเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม จะเห็นว่าหลังการทดลองทักษะทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ย 3.44 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .26 สำหรับนักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ย 2.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .33 เมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของทั้งสองกลุ่ม พบว่า หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยทั้งรายด้านและโดยรวมสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังแสดงในตาราง 4

ตารางที่ 4 ผลการเปรียบเทียบทักษะทางสังคมหลังการทดลองของนักเรียน ระหว่างกลุ่มทดลอง (n = 35) กับกลุ่มควบคุม (n = 29)

ทักษะทางสังคม	กลุ่มตัวอย่าง	$\bar{X}$	S.D.	t	p
ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	กลุ่มทดลอง	3.51	.32	4.357**	.000
	กลุ่มควบคุม	3.06	.47		
ด้านการติดต่อสื่อสาร	กลุ่มทดลอง	3.31	.29	7.652**	.000
	กลุ่มควบคุม	2.68	.37		
ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น	กลุ่มทดลอง	3.49	.34	5.566**	.000
	กลุ่มควบคุม	2.97	.40		
รวม 3 ด้าน	กลุ่มทดลอง	3.44	.26	7.277**	.000
	กลุ่มควบคุม	2.90	.33		

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01



อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาผลของกิจกรรมนันทนาการที่มีต่อทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 สามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

1. หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะทางสังคมสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่ากิจกรรมนันทนาการสามารถพัฒนาทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ได้ ทั้งนี้ เพราะนักเรียนได้รับกระบวนการการจัดกิจกรรมนันทนาการ โดยกิจกรรมนันทนาการเกมและกีฬา และนันทนาการดนตรีและการร้องเพลง สามารถพัฒนาทักษะทางสังคม ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ในส่วนของนันทนาการเขียนและการพูดนั้น สามารถพัฒนาทักษะทางสังคมด้านการสื่อสารได้เป็นอย่างดีเช่นเดียวกัน โดยผ่านขั้นตอนการจัดกิจกรรมนันทนาการทั้ง 3 ขั้นตอน เริ่มตั้งแต่ ขั้นนำ โดยผู้วิจัยสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลายเป็นกันเอง ด้วยการกล่าวทักทายและสนทนาแลกเปลี่ยนกับนักเรียน เพื่อให้นักเรียนเข้าใจและมีความพร้อมในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ขั้นที่ 2 ขั้นปฏิบัติ โดยให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามแผนที่กำหนด พร้อมทั้งมีกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับทักษะทางสังคม และขั้นที่ 3 ขั้นสรุป โดยผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมในแต่ละครั้ง ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาทักษะทางสังคมทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการติดต่อสื่อสาร และด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น สอดคล้องกับทฤษฎีพุทปัญญา หรือเขาวงกตปัญญาของการ์ดเนอร์ ที่ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของปัญญามนุษย์ซึ่งมีหลายด้าน หลายมุม แต่ละด้านจะแสดงออกเป็นเอกลักษณ์ทางปัญญาของมนุษย์แต่ละคน คนหนึ่งอาจเก่งเพียงด้านเดียว หรือเก่งหลายด้าน เขาวงกตปัญญาของแต่ละบุคคลจะไม่อยู่คงที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ หากได้รับการส่งเสริมที่เหมาะสม สอดคล้องกับ กิตติวัฒน์ อัจฉากิตติ (2554: 112) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมนันทนาการที่มีต่อทักษะทางสังคมของวัยรุ่นตอนปลาย พบว่า วัยรุ่นตอนปลายที่ได้รับโปรแกรมนันทนาการมีทักษะทางสังคมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ กิตติมา เทียบพุด (2551: 65) ที่ได้ทำการศึกษาผลของการเข้าร่วมโปรแกรมนันทนาการที่มีต่อการพัฒนาสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมนันทนาการที่พฤติกรรมทางสังคมที่ดีขึ้น ทั้งนี้ทักษะทางสังคมด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น และด้านการติดต่อสื่อสาร กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยโดยรวมสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีทักษะทางสังคมสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 กลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมนันทนาการสามารถพัฒนาทักษะทางสังคมของนักเรียนได้ โดยทักษะทางสังคมทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น และด้านการติดต่อสื่อสาร มีคะแนนเฉลี่ยรายด้านสูงขึ้น สอดคล้องกับ กิตติวัฒน์ อัจฉากิตติ (2554: 77) ที่ได้ทำการศึกษาผลของโปรแกรมนันทนาการที่มีต่อทักษะทางสังคมของวัยรุ่นตอนปลาย พบว่า วัยรุ่นตอนปลายที่ได้รับกิจกรรมนันทนาการมีทักษะทางสังคมด้านการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นและด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่นสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ



จากการวิจัยในครั้งนี้กิจกรรมนันทนาการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นส่งผลต่อทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการติดต่อสื่อสาร และด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น แสดงว่ากิจกรรมนันทนาการประเภทต่าง ๆ ที่จัดขึ้น นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เกิดการเห็นคุณค่าของกิจกรรม และการวางแผนการจัดกิจกรรมที่มีหลักสำคัญคือการคำนึงถึงวัตถุประสงค์ ความสนใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์ด้านการพัฒนาทักษะทางสังคม สอดคล้องกับ นพรัตน์ ศุทธิถิกล (2551: 108) และ ซูชีพ ยาวพัฒน์ (2543: 98) ที่กล่าวว่า นันทนาการมุ่งที่จะสร้างความสัมพันธ์ภายในสังคมให้ดีขึ้น โดยอาศัยกิจกรรมนันทนาการเป็นสื่อเชื่อมโยง เพื่อให้นักเรียนเติบโตเป็นสมาชิกที่ดี และอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขตลอดไป

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

แผนการจัดกิจกรรมนันทนาการที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นนั้น ประกอบด้วยนันทนาการทั้ง 3 ประเภท ได้แก่ นันทนาการเกมและกีฬา นันทนาการดนตรีและการร้องเพลง และนันทนาการเขียนและพูด ผู้สนใจสามารถเลือกใช้กิจกรรมนันทนาการอย่างใดอย่างหนึ่งในการจัดกิจกรรมได้

2. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมีคะแนนทักษะทางสังคมเพิ่มขึ้น ดังนั้นผู้สนใจสามารถนำกิจกรรมนันทนาการไปเป็นแนวทางในการสอนร่วมกับกิจกรรมอื่น ๆ ได้

3. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

3.1 ควรมีการนำกิจกรรมนันทนาการไปศึกษากับกลุ่มเป้าหมายอื่นที่มีอายุใกล้เคียงกัน

3.2 การวิจัยในครั้งนี้พัฒนาทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โดยพัฒนาทักษะทางสังคม 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการติดต่อสื่อสาร และด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น ในการวิจัยครั้งต่อไปควรศึกษาการเปลี่ยนแปลงหรือพัฒนาทักษะทางสังคมของนักเรียนในด้านอื่น ๆ ต่อไป

3.3 ควรมีการติดตามผลหลังเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเพื่อศึกษาพัฒนาการและความคงทนของทักษะทางสังคม

เอกสารอ้างอิง

- กิตติมา เทียบพุด. (2551). “ผลการเข้าร่วมโปรแกรมการใช้เวลาว่างที่มีต่อการพัฒนาสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนพัทลุง จังหวัดพัทลุง”. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- กิตติวัฒน์ อัจฉนาทิตติ. (2554). “ผลของโปรแกรมนันทนาการที่มีต่อทักษะทางสังคมของวัยรุ่นตอนปลาย”. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.



- จรีลักษณ์ รัตนพันธ์. (2557). **ทักษะทางสังคม**. (1 สิงหาคม 2564). http://jareeluk.blogspot.com/2014/09/blog-post_27.html
- จิราพัชร นิลแย้ม. (2564). **ทักษะทางสังคม**. (1 สิงหาคม 2564). https://www.manarom.com/blog/social_skills.html
- ชูชีพ เยาวพัฒน์. (2543). **นันทนาการ**. กรุงเทพฯ: โอ. เอส. พรินติ้ง เฮ้าส์.
- นพรัตน์ ศุทธิถิกล. (2551). “การพัฒนารูปแบบโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อแก้ปัญหาเยาวชนติดเกม”.
วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย:มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สมบัติ กาญจนกิจ. (2542). **นันทนาการชุมชนและโรงเรียน**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่ง
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Weiss, M. R. (1995). **The provisions of social relationships**. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

