

บทความวิจัย (Research Article)

ผลการใช้แผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมอง
เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ที่มีความสุขและพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ
ของนักศึกษาที่เรียนในรายวิชา วิชาชีพรูและความเป็นครู

RESULTS OF USING EXPERIENTIAL ACTIVITIES PLANNER SUPPORTING
WITH BRAIN GYMS TO ENHANCE DELIGHTED LEARNING AND EFFICIENT
STUDY BEHAVIORS OF STUDENTS IN THE TEACHING PROFESSION
AND BEING TEACHER COURSE

Received: March 25, 2018

Revised: June 11, 2018

Accepted: June 14, 2018

รุ่งทิวา จันทน์วัฒนวงษ์^{1*}

Rungtiwa Junwattanawong^{1*}

¹คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

¹Faculty of Education, Udon Thani Rajabhat University, Udon Thani 41000, Thailand

*Corresponding Author, E-mail: rungtiwaj63@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาและศึกษาผลการใช้แผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมอง เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ที่มีความสุขและพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ ของนักศึกษาเรียนในรายวิชา รายวิชาชีพรูและความเป็นครู กลุ่มตัวอย่าง 67 คน เป็นนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศึกษา ชั้นปีที่ 3 เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย แผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมอง แบบวัดพฤติกรรมการเรียนรู้ที่มีความสุข แบบวัดพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ และแบบสอบถามความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผนการออกแบบประสบการณ์ วิเคราะห์ข้อมูลใช้ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบค่าที

ผลการวิจัย พบว่า 1) ผลการพัฒนาแผนการออกแบบประสบการณ์ มีกรอบในการพัฒนา 3 ขั้นตอน คือ 1.1) สร้างแรงบันดาลใจ 1.2) ใส่ใจเรียนรู้ความสุข มีชั้นการสอน 6 ชั้น คือ (1) อุ่นเครื่องเตรียมพร้อม (2) แนะนำปัญหาสาระที่เรียน (3) ไตร่ตรองทางแก้เฉพาะตน (4) ระดมสมองทางออกโดยกลุ่ม (5) สื่อสารทางออกสะท้อนผล และ (6) ถอดรหัสปรับใช้ในชีวิต ผลการตรวจสอบคุณภาพแผนการออกแบบประสบการณ์มีความเหมาะสมอยู่ระดับมากที่สุด และ 1.3) สรุปบทเรียน สะท้อนสุข 2) ผลการใช้แผนการออกแบบประสบการณ์ พบว่า คณะแผนเผชิญพฤติกรรมการเรียนรู้

อย่างมีความสุขและพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพหลังการพัฒนา สูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 80 และค่าเฉลี่ยของคะแนนหลังได้รับการพัฒนาสูงกว่าก่อนการพัฒนาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : การเรียนรู้อย่างมีความสุข การเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ แผนการออกแบบประสบการณ์ การบริหารสมอง

Abstract

The objectives of this research were: to develop and study results of using experiential activities planner supporting with brain gyms to enhance delighted learning and efficient studying behaviors of students in the teaching profession and being teacher course. The sample group consisted of 67 third year social studies students. The three research tools were the experiential activities planner with brain gyms, the behavior measurement of learning happily, the behavior measurement of efficient studying, and the student satisfaction questionnaire on learning activities according to experiential activities planner. Average, standard deviation and t-test were employed for data analysis.

The research findings were: 1) experiential activities planner included 3 stages of development: 1.1) inspire, 1.2) pay attention to learning to happiness consisted of 6 steps: (1) warm-up, (2) problem identification, (3) individual exploration, (4) group work, (5) communication, and (6) debriefing, and 1.3) summarize and happy reflection. Meanwhile, the stage of pay attention to learning to happiness Quality inspection result of experiential activities planner was the most appropriate. Usage result of the planner also found that average score of learning behavior happily and efficient studying behavior after the implementation were 80% higher than the criteria. Moreover, the average score also was statistically significant higher than of it's before at the .05 level.

Keywords: Delighted Learning, Efficient Study, Experiential Activities Planner, Brain Gyms

บทนำ

ความสุขกับการเรียนรู้ นั้น มีใช้สิ่งที่แยกขาดจากกัน ที่จริงแล้วเป็นสิ่งเกี่ยวกันมาก การเรียนรู้สามารถทำให้เกิดความสุขได้โดยเฉพาะเมื่อมีใจใฝ่รู้ ขณะเดียวกันความสุขก็เอื้อให้เกิดการเรียนรู้ได้มาก ยังมีใจมองใส่ไปรงเบา ก็สามารถใช้ความคิดได้ดี เรื่องยากก็สามารถเข้าใจได้ง่ายขึ้น หากเรียนอย่างมีจุดมุ่งหมายและใช้ความคิดอย่างถูกวิธี ก็สามารทำให้ความสุขแก่ตนเอง ช่วยให้ชีวิตมีคุณค่า สามารถพัฒนาตนและเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมได้ พระพุทธศาสนา นั้นมองว่าความสุข ความดี กับความจริงนั้นเชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างยิ่ง การเรียนรู้ที่ถูกต้องนั้นย่อมช่วยให้เราเข้าถึงความจริง น้อมใจสู่ความดี และเกิดความสุขในที่สุด (Phra Paisal Visalo, 2011)

จากการศึกษากลุ่มตัวอย่างที่เป็นเยาวชนไทยอายุ 14-18 ปี ใน 17 จังหวัด จำนวน 4,255 คน เกี่ยวกับความสุขในการเรียนรู้ของเยาวชนไทย พบว่า เยาวชนไทยเห็นว่าเด็กไทยเรียนหนักมากที่สุดในโลกแต่ไม่สามารถนำเอา

ความรู้ในห้องเรียนมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ เนื่องจากไม่รู้วิธีเรียน วิธีการปรับใช้ความรู้ (Suwunpugdi, 1998) รวมถึงมีความรู้ที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับการสืบค้นข้อมูล และไม่สามารถสรุปสาระที่ได้ฟังหรืออ่านได้ (Sirisamphan, 2007; Boonphadung, 2015) ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Kumnuanmasokg et al. (1980) พบว่า นักศึกษามีปัญหาด้านการเรียนมากที่สุด เช่น ไม่รู้วิธีเรียน ทำให้ไม่เข้าใจในเนื้อหา ไม่มีสมาธิในการเรียน กังวลเกี่ยวกับการสอบ มีปัญหาในการปรับตัวและวิธีการเรียน จึงทำให้ความสุขในการเรียนลดลง ทำให้มีทัศนคติในการเรียนน้อยลง ก่อให้เกิดความเบื่อหน่ายในการเรียน ทำให้ผลการเรียนต่ำกว่าเกณฑ์ที่สถาบันแต่ละแห่งกำหนดไว้ เป็นผลให้จำนวนนักศึกษาออกกลางคันเพิ่มมากขึ้น

จากปัญหาพฤติกรรมการณ์การเรียนรู้ของนักศึกษาข้างต้น ผู้สอนและวิธีสอนจึงเป็นปัจจัยหนึ่งซึ่งส่งเสริมคุณภาพในการเรียนรู้และความสุขของนักศึกษา หน้าที่สำคัญของครูต้องสร้างบทเรียนที่มีความหมายและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของนักศึกษาได้ ซึ่งผลการวิจัยของ Phunsawat (2004) พบว่า ปัจจัยด้านการจัดกิจกรรมการสอนเป็นปัจจัยสำคัญทำให้นักศึกษาเรียนรู้อย่างมีคุณภาพและมีความสุข ผู้สอนต้องสอนเป็น สอนรู้เรื่อง สอนให้ปฏิบัติควบคู่กับทฤษฎี มีเทคนิคกระตุ้นนักศึกษาให้กล้าคิด กล้าทำ ใช้วิธีการเรียนแบบมีส่วนร่วม ผู้สอนต้องพร้อมในด้านวิชาการจึงจะสร้างความเชื่อมั่นและความมั่นคงทางจิตใจให้นักศึกษาได้ ส่วนบุคลิกภาพผู้สอนที่แสดงออกถึงความรัก ความเมตตาอย่างจริงใจ ซึ่งจะทำให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้อย่างมีความสุขมีส่งผลต่อประสิทธิภาพในการเรียน (Ratanavilaisakul, 2002)

การเสริมสร้างความสุขในการเรียนจึงเป็นเรื่องที่ท้าทายสำหรับผู้สอน ในการแสวงหาวัตกรรมการจัดการเรียนรู้ที่จะปลูกเร้าให้นักศึกษาเกิดความต้องการที่จะเรียนรู้ และเกิดความสุขในการเรียนรู้เป็นสำคัญ การจัดสภาพการเรียนการสอนให้มีบรรยากาศที่ผ่อนคลายด้วยกิจกรรมการบริหารสมอง (Brain Gym) ซึ่งเป็นกิจกรรมที่กระตุ้นสมองให้ทำงานสมดุล มีความพร้อมและการตื่นตัวที่จะเรียนรู้ ดังผลการใช้เทคนิคบริหารสมองเพื่อเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การคิดเชิงวิจารณ์ญาณและสร้างสรรค์ (Waiyasusri, 2014) พบว่า นักศึกษาที่ได้รับการฝึกด้วยเทคนิคบริหารสมอง มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การคิดเชิงวิจารณ์ญาณและสร้างสรรค์หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง เทคนิคการบริหารสมองจึงเป็นกิจกรรมหนึ่งที่ทำให้ผู้เรียนผ่อนคลายและสร้างให้เกิดสมาธิ นอกจากนี้ The Art and Cultural Institute for Development (MAYA) (2000) ได้เสนอวิธีสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่มีความสุข ซึ่งเรียกว่า การออกแบบแผนการจัดประสบการณ์ (Experiential Activities Planner: EAP) โดยมีกิจกรรมการสอน 6 ขั้นตอน คือ 1) อุ้่นเครื่อง 2) แนะนำปัญหา 3) ไตร่ตรองทางแก่เฉพาะตน 4) ระดมสมองทางออกโดยกลุ่ม 5) สื่อสารหาทางออก และ 6) ถอดรหัสปรับใช้ในชีวิต จากรูปแบบการเรียนการสอน 6 ขั้นตอน เป็นการจัดกิจกรรมที่เน้นให้นักศึกษาเกิดความผ่อนคลายในการเรียนรู้ เสริมสร้างให้นักศึกษากล้าคิด กล้าทำ โดยใช้กระบวนการกลุ่มในการเรียนรู้ ผู้วิจัยเห็นว่าหากนำเทคนิคการบริหารสมองเสริมในกิจกรรมขั้นที่ 1 อุ้่นเครื่อง และขั้นที่ 6 ถอดรหัสปรับใช้ในชีวิต จะช่วยกระตุ้นให้สมองซีกซ้ายและขวาทำงานประสานกัน ซึ่งสมองจะเกิดความผ่อนคลายทำให้สภาพจิตเกิดความพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ เป็นภาวะที่สมองทำงานอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุดส่งผลต่อการเรียนรู้ ซึ่งแนวคิดนี้จึงเป็นวิธีการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่มีความสุข เมื่อนักศึกษาเกิดความสุขกับการเรียนมากขึ้นจะส่งผลต่อพฤติกรรมการณ์การเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งอาจจะทำนายได้ว่าผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้จะได้รับการพัฒนาขึ้นด้วย (Boonsue, 1997; Parkbongkoch, 2001)

จากเหตุผลข้างต้นทำให้เห็นความจำเป็นในการเสริมสร้างการเรียนรู้อย่างมีความสุขให้แก่นักศึกษา โดยเฉพาะในรายวิชา วิชาชีวพหุและความเป็นครู ซึ่งเป็นรายวิชาที่มีเนื้อหาสาระ มุ่งปลูกฝังให้นักศึกษาเกิดความรัก ความศรัทธาในอาชีพครู เนื่องด้วยเนื้อหาของรายวิชานี้เป็นความรู้เชิงนามธรรม ที่ต้องอาศัยการจำข้อปฏิบัติทางระเบียบ กฎหมายของวิชาครู เพื่อให้บทเรียนมีความน่าสนใจและท้าทายในการสร้างความสุขในการเรียนรู้และพฤติกรรมมารเรียน อย่างมีประสิทธิภาพควบคู่ไปพร้อม ผู้วิจัยจึงทำการวิจัยผลการใช้แผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหาร สมองเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้อย่างมีความสุขและพฤติกรรมมารเรียนอย่างมีประสิทธิภาพของนักศึกษาที่เรียนใน รายวิชาวิชาชีวพหุและความเป็นครู

กรอบแนวคิดทฤษฎีในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษาหลักการ แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องนำมาสังเคราะห์เป็นกรอบแนวคิดในการพัฒนา แผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมอง ดังนี้

การพัฒนาแผนการออกแบบประสบการณ์ ผู้วิจัยสรุปผลการสำรวจแนวคิดของนักศึกษาเกี่ยวกับการเรียน การสอนที่สร้างความสุขในการเรียนรู้ นำมาเป็นกรอบในการพิจารณาเลือกวิธีสอน ซึ่งได้กระบวนกรออกแบบ ประสบการณ์ (Experiential Activities Planner: EAP) ของ The Art and Cultural Institute for Development (MAYA) (2000) เป็นรูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนได้เกิดความผ่อนคลายในการเรียนรู้ มีลำดับขั้นตอน การสอนที่ชัดเจน เน้นการกระตุ้นให้ผู้เรียนได้คิดและเรียนรู้โดยกระบวนกรกลุ่ม มีขั้นตอนการสอน 6 ขั้น คือ ขั้นที่ 1 อุ่นเครื่อง (Warm-up) เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ และเตรียมความพร้อมกลุ่มการเรียนรู้ ขั้นที่ 2 ระบุว่าปัญหา (Problem Identification) เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อเสนอ “โจทย์สนุกเรียนรู้” หลังจากผู้เรียนพร้อมที่จะ เรียนรู้ ขั้นที่ 3 ไตร่ตรองทางแก้เฉพาะตน (Individual Exploration) เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ ด้วยตนเอง ให้เข้าใจปัญหา คิดแก้ไข โดยมุ่งให้ผู้เรียนคิดค้น ตรวจสอบความเข้าใจปัญหาจากมุมมองของตน ขั้นที่ 4 ระดมสมองทางออกโดยกลุ่ม (Group Work) เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้จากกลุ่มและมุมมองที่ หลากหลาย ขั้นที่ 5 สื่อสารหาทางออก (Communication) เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อฝึกการตัดสินใจ การเสนอความคิด และทักษะการวิพากษ์ จากนั้นกลุ่มสื่อสารแสดงผลออกมาเป็นชิ้นงาน ขั้นที่ 6 ถอดรหัสปรับใช้ในชีวิต (Debriefing) เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจกระบวนการเรียนรู้ของตนเอง และเปลี่ยนแปลงการกระทำโดยการประยุกต์ใช้ ความรู้ ในวิจัยนี้ใช้แนวคิดดังกล่าวมาเป็นกรอบในการออกแบบขั้นตอนกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นการจัดประสบการณ์ให้ นักศึกษา

หลักการ แนวคิดการบริหารสมอง (Brain Gym) โดย Ward and Daley (as cited in Paribatna na Ayudhya, 2006) ซึ่งเป็นกระบวนการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างง่าย เป็นวิธีที่ทำให้สมองซีกซ้ายและขวาทำงานประสานกัน เมื่อสมอง ทำงานประสานกันจะมีสารชนิดหนึ่งที่เรียกว่า อะดรีนาลิน (Adrenalin) หลั่งออกมา ซึ่งสารชนิดนี้จะทำให้เกิดสมาธิ ถือว่าเป็นช่วงหนึ่งของการเตรียมความพร้อมที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ ทำให้การคิดมีประสิทธิภาพ การกระตุ้น สมองเพื่อการผ่อนคลาย ทำให้สภาพจิตเกิดความพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ เกิดความจำทั้งระยะสั้นและระยะยาว เพราะ คลื่นสมองจะลดความเร็วลงคลื่นบีตา (Beta) เป็นแอลฟา (Alpha) เป็นภาวะที่สมองทำงานอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด

ซึ่งส่งผลต่อการเรียนรู้ได้ดี ผู้วิจัยจึงนำเทคนิคการบริหารสมองโดยการเคลื่อนไหว 4 ท่าหลัก ได้แก่ 1) การบริหารข้ามส่วนกึ่งกลางของร่างกาย 2) การใช้อวัยวะทำงานต่างกัน ในเวลาเดียวกัน 3) การนวดและการยืดแบบผ่อนคลาย และ 4) การฟังเพลงเบาๆ ประกอบท่าทางตามจินตนาการซ้ำๆ นำมาบูรณาการในกิจกรรมแผนการออกแบบการจัดประสบการณ์

หลักการ แนวคิด ทฤษฎีในการเสริมสร้างการเรียนรู้อย่างมีความสุขและการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ ผู้วิจัยนำองค์ประกอบที่ช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้อย่างมีความสุข 6 ประการ ของ Boonsue (1997) ได้แก่ 1) ผู้เรียนแต่ละคนได้รับการยอมรับว่าเป็นมนุษย์ 2) ครูมีความเมตตา จริงใจ และอ่อนโยนต่อผู้เรียน 3) ผู้เรียนเกิดความรัก และภูมิใจในตัวเอง 4) ผู้เรียนแต่ละคนได้มีโอกาสเลือกเรียนตามความถนัดและความสนใจ 5) บทเรียนสนุก แปลกใหม่ จูงใจให้ติดตาม 6) สิ่ง que ผู้เรียนสามารถนำไปใช้ได้ในชีวิตประจำวัน ส่วนแนวคิดการส่งเสริมให้การเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ ใช้แนวคิดของ Parkbongkoch (2001) และ Bloom (1976) ที่เสนอว่า ครูควรสร้างบรรยากาศที่สื่อความรัก ความอบอุ่น ความน่าเชื่อถือ และการมีเหตุผลต่อนักศึกษา ครูควรมีองค์ความรู้จริง มีเทคนิคการสอน ต้องแจ้งจุดมุ่งหมายในการเรียน การมีส่วนร่วม การเสริมแรง การให้ข้อมูลย้อนกลับ เป็นแนวทางในการกำหนดพฤติกรรมและการแสดงออกของผู้สอน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาแผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมองเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้อย่างมีความสุขและพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพของนักศึกษาที่เรียนในรายวิชา วิชาชีพครูและความเป็นครู
2. เพื่อศึกษาผลการใช้แผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมองเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้อย่างมีความสุขและพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพของนักศึกษาที่เรียนในรายวิชา วิชาชีพครูและความเป็นครู

วิธีการวิจัย

ระยะที่ 1 การพัฒนาแผนการออกแบบประสบการณ์ ขั้นศึกษาข้อมูลพื้นฐานและพัฒนาแผนการออกแบบประสบการณ์ มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมเสริมสร้างการเรียนรู้อย่างมีความสุข 2) เพื่อสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาแผนการออกแบบประสบการณ์ และ 3) เพื่อพัฒนาและทดลองใช้แผนการออกแบบประสบการณ์และหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร ในการวิจัยเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2558 ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชา ED11101 วิชาชีพครูและความเป็นครู จำนวน 491 คน จาก 10 หมู่เรียน กลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย 2 กลุ่ม

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมเสริมสร้างการเรียนรู้อย่างมีความสุข เป็นนักศึกษา จำนวน 217 คน จาก 10 หมู่เรียน โดยใช้การสุ่มแบบง่าย
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองใช้แผนการออกแบบประสบการณ์เพื่อศึกษาความเป็นไปได้ของแผน เป็นนักศึกษาสาขาวิชาพลศึกษาและสุขศึกษา จำนวน 46 คน (หมู่เรียนที่ 08) โดยใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยการทบทวน หลักการ ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผ่านการตรวจสอบคุณภาพ โดยผู้เชี่ยวชาญ 5 คน ได้แก่ 1) แบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมเสริมสร้างการเรียนรู้ที่มีความสุข รายการประเมินทุกข้อ มี IOC ระหว่าง 0.60 – 1.00 2) แบบประเมินความเหมาะสมของแผนการออกแบบประสบการณ์ มีค่าคะแนนความสอดคล้องอยู่ระดับมากถึงมากที่สุด ($\bar{X} = 3.50$, S.D. = 1.00 - $\bar{X} = 5.00$, S.D. = 0.00) 3) แบบวัดพฤติกรรมการเรียนรู้ที่มีความสุข เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ปรับจากแบบวัดการเรียนรู้ที่มีความสุขของ Phakdee (2013) และแบบสอบถามเจตคติต่อครูผู้สอนของ Makcharoen (2011) 4) แบบวัดพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ เป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า 6 ระดับ ปรับจากแบบสอบถามพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพของ Makcharoen (2011) และ 5) แบบสอบถามความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผนการออกแบบประสบการณ์ ซึ่งเครื่องมือทั้ง 3 ฉบับ ได้แก่ แบบวัดใน ข้อ 3) , ข้อ 4) และ ข้อ 5) มี IOC ระหว่าง 0.60-1.00

การเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัยแบ่งเป็น 3 ช่วง คือ ช่วงที่ 1 ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามทำการสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมเสริมสร้างการเรียนรู้ที่มีความสุข จากนักศึกษากลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง ในประเด็นกิจกรรมการเรียนและวิธีสอนที่เสริมสร้างการเรียนรู้ที่มีความสุข วิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผลเป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาแผนการออกแบบประสบการณ์ ช่วงที่ 2 พัฒนาแผนการออกแบบประสบการณ์ ผู้วิจัยนำผลสรุปช่วงที่ 1 มาเป็นกรอบแนวคิดในการพิจารณาเลือกวิธีการ กิจกรรมร่วมกับผลสังเคราะห์ ทฤษฎี และผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแผนการออกแบบประสบการณ์ เทคนิคการบริหารสมอง การเรียนรู้ที่มีความสุขและการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ นำมากำหนดกรอบการพัฒนาและสร้างแผนการออกแบบประสบการณ์ฉบับร่าง ส่งให้ผู้เชี่ยวชาญประเมินความเหมาะสมของแผน พร้อมปรับแก้ตามข้อเสนอ ทั้งนี้ผู้วิจัยสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือเก็บข้อมูลวิจัย โดยการทบทวน หลักการ ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือโดยผู้เชี่ยวชาญ 5 คน ช่วงที่ 3 ทดลองใช้แผนและหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นการศึกษาความเป็นไปได้ของแผน โดยทดลองใช้แผนและหาคุณภาพเครื่องมือวิจัยกับกลุ่มทดลอง โดยผู้วิจัยทำการสอนนักศึกษากลุ่มทดลองด้วยตนเองตามแผน สรุปข้อมูลทดลอง ปรับแก้แผนและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยฉบับสมบูรณ์ สำหรับนำไปใช้จริงกับกลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 2

ระยะที่ 2 การนำแผนการออกแบบประสบการณ์ไปใช้ ขั้นการใช้แผนการออกแบบประสบการณ์ในการพัฒนานักศึกษา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการใช้แผนการออกแบบประสบการณ์ดำเนินการ ดังนี้

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักศึกษาสาขาวิชาสังคมศึกษา ชั้นปีที่ 3 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรธานี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชา ED11102 วิชาชีพรูและความเป็นครู จำนวน 67 คน จาก 2 หมู่เรียน (หมู่ที่ 04 จำนวน 32 คน และหมู่ที่ 05 จำนวน 35 คน) โดยใช้การเลือกแบบเจาะจง

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ตัวแปรต้น การใช้แผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมอง และตัวแปรตาม ได้แก่ 1) พฤติกรรมการเรียนรู้ที่มีความสุข 2) พฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ และ 3) ความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผนการออกแบบประสบการณ์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมอง

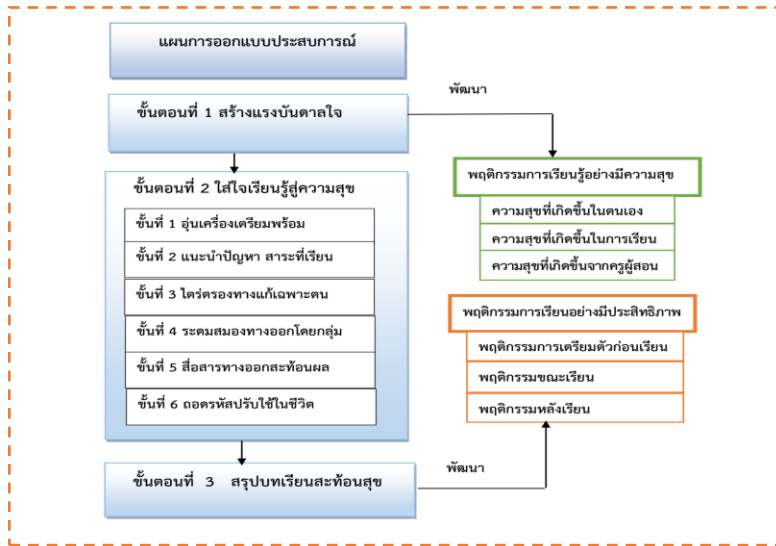
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ประกอบด้วย 1) แบบวัดพฤติกรรมการเรียนรู้ที่มีความสุข 2) แบบวัดพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ และ 3) แบบสอบถามความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผนการออกแบบประสบการณ์ เครื่องมือทั้ง 3 ฉบับ ได้แก่แบบวัดใน ข้อ 1) ข้อ 2) และข้อ 3) มี IOC ระหว่าง 0.60–1.00 ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยการทบทวน หลักการ ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผ่านการตรวจสอบคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญ 5 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าที่แบบ t-test for Dependent Sample และ t-test for One Sample

การเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัย ผู้วิจัยนำแผนการออกแบบประสบการณ์มาใช้จริงในการพัฒนานักศึกษา เพื่อยืนยันประสิทธิผลของแผน โดยทำการสอนในรายวิชา ED11102 วิชาชีพครูและความเป็นครู จำนวน 15 แผน 15 สัปดาห์ สอนสัปดาห์ละ 1 ครั้งๆ ละ 3 ชั่วโมง ตามตาราง แบ่งการพัฒนาเป็น 3 ขั้นตอน โดยให้นักศึกษาทำแบบวัดก่อนเรียน และเริ่มรายวิชาด้วย ขั้นตอนที่ 1 สร้างแรงบันดาลใจ เป็นกิจกรรมการสร้างเจตคติต่อวิชาชีพครูด้วยกิจกรรมปลูกเร้านักศึกษาเกิดความตระหนักเห็นคุณค่าและความสำคัญของครูที่ดี โดยใช้กิจกรรมบูชาครู กิจกรรมครูตัวอย่าง กิจกรรมครูต้นแบบในใจฉัน (สัปดาห์ที่ 1) ขั้นตอนที่ 2 ใส่ใจเรียนรู้สู่ความสุข ดำเนินการพัฒนาองค์ความรู้เกี่ยวกับวิชาชีพครู สร้างความตระหนักในจิตวิญญาณและจรรยาบรรณแห่งวิชาชีพครู ส่งเสริมการเรียนรู้ที่มีความสุขและเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ ตามแผนโดยแต่ละแผนใช้ขั้นตอนการสอน 6 ขั้น คือ 1) อุ่นเครื่องเตรียมพร้อมด้วยการบริหารสมอง ในการเตรียมความพร้อมนักศึกษา เป็นการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ระหว่างผู้สอนและนักศึกษา ที่มีลักษณะเป็นกันเอง 2) แนะนำปัญหา สารที่เรียน ด้วยการนำเสนอสถานการณ์ปัญหาที่เกี่ยวข้องเนื้อหาบทเรียนต่อนักศึกษา กระตุ้นด้วยคำถามให้นักศึกษาได้คิดกับปัญหา เนื้อหาของบทเรียน 3) ไตรตรองทางแก่เฉพาะตน ให้นักศึกษาแต่ละคนคิดค้นหาทางออกของปัญหา และทำความเข้าใจในบทเรียนด้วยมุมมองของตนเอง สร้างข้อคิดเกี่ยวกับทางออกของปัญหาแล้วสื่อสารทางออกด้วยการพูดหรือเขียน 4) ระดมสมองทางออกโดยกลุ่ม นักศึกษาเข้ากลุ่มนำเสนอทางออกของปัญหาของตนเอง แลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นกับผู้อื่นในลักษณะของกลุ่มเพื่อหาทางออกของกลุ่ม 5) สื่อสารทางออกสะท้อนผล กลุ่มเสนอทางออกของปัญหาที่สมาชิกภายในกลุ่มร่วมกันคิดไว้ในขั้นระดมสมองทางออกโดยกลุ่ม ต่อสมาชิกกลุ่มอื่น แสดงผลออกมาในรูปแบบของชิ้นงาน 6) ถอดรหัสปรับใช้ นักศึกษาได้ทบทวนเรื่องราวที่ได้เรียนรู้ สรุปประสบการณ์การเรียนรู้ ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน จบกิจกรรมด้วยการบริหารสมองเพื่อผ่อนคลายการเรียนรู้หลังเรียน (สัปดาห์ที่ 2-14) สุดท้ายของการจบรายวิชาด้วย ขั้นตอนที่ 3 สรุปบทเรียนสะท้อนสุข (สัปดาห์ที่ 15) โดยสรุปทบทวนกิจกรรมการเรียนรู้ที่ผ่านมา ร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพิ่มเติมความสุข และเสวนาถอดบทเรียนเพื่อให้ได้กิจกรรมแนวปฏิบัติในการพัฒนาการเรียนรู้ที่มีความสุขและการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพที่มีความยั่งยืนและให้นักศึกษาทำแบบวัดและแบบสอบถามหลังเรียน

ผลการวิจัย

1. ผลการพัฒนาแผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมอง เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ที่มีความสุข และพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพของนักศึกษาที่เรียนในรายวิชา วิชาชีพครูและความเป็นครู เป็นวิธีการจัดการเรียนรู้ในรายวิชา ED11102 วิชาชีพครูและความเป็นครู ซึ่งเป็นวิชาพื้นฐานการศึกษาสำหรับนักศึกษา

ครู เน้นการสร้างบรรยากาศที่สื่อความรัก ความปรารถนาดีของผู้สอนส่งเสริมให้นักศึกษาการกล้าคิด กล้าทำ เรียนรู้ด้วยกระบวนการกลุ่ม เพื่อสร้างความสุขในการเรียนและประสิทธิภาพในการเรียนของนักศึกษา ซึ่งประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ คือ ความสำคัญจำเป็น หลักการ จุดมุ่งหมาย กิจกรรมการพัฒนา สื่อ และการวัดและประเมินผล ซึ่งกิจกรรมการพัฒนามี 3 ขั้นตอนดังภาพ 1



ภาพ 1 แผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมองเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้อย่างมีความสุขและพฤติกรรมเรียนอย่างมีประสิทธิภาพของนักศึกษาที่เรียนในรายวิชา วิชาชีวเคมีและความเป็นครู

กิจกรรมการพัฒนา 3 ขั้นตอน ดังรายละเอียด ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 สร้างแรงบันดาลใจ เป็นขั้นดำเนินการสร้างเจตคติต่อวิชาชีวเคมีด้วยกิจกรรมปลูกเร้า นักศึกษาเกิดความตระหนักเห็นคุณค่าและความสำคัญของครูที่ดี เน้นการสร้างแรงบันดาลใจให้นักศึกษาเป็นบุคคลใฝ่เรียน ใฝ่รู้ ใฝ่ดี เพื่อสร้างจิตใจให้พร้อมทั้งในการรับความรู้และสิ่งที่จะต้องปฏิบัติในห้องเรียนรวมถึงนำไปใช้ในการดำเนินชีวิต โดยชี้ให้เห็นความสำคัญของการพัฒนาตามเป้าหมายของรายวิชา บทบาทนักศึกษา และบทบาทผู้สอนในการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ วางข้อตกลงร่วมกัน ด้วย กิจกรรมบูชาครู กิจกรรมครูตัวอย่าง กิจกรรมครูต้นแบบในใจฉัน

ขั้นตอนที่ 2 ใส่ใจเรียนรู้สู่ความสุข ขั้นดำเนินการพัฒนาความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาของรายวิชา ED11102 วิชาชีวเคมี การสร้างความตระหนักในจิตวิญญาณและจรรยาบรรณแห่งวิชาชีวเคมี การเสริมสร้างความสุขและพฤติกรรมเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจัดกิจกรรมการเรียนการสอนตามแผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมอง มีกระบวนการเรียนรู้ 6 ขั้น ได้แก่

ขั้นที่ 1 อุ่นเครื่องเตรียมพร้อม เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ และเตรียมความพร้อมผู้เรียน ด้วยการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่มีลักษณะเป็นกันเองระหว่างผู้สอนและผู้เรียน ผ่อนคลาย สนุก ทำทาย สุขใจ และเสริมศักดิ์ศรีในตนเองของผู้เรียน โดยใช้การบริหารสมอง (Brain Gym) ในการเตรียมและนำเข้าสู่ประเด็นการเรียนรู้ การเชื่อมโยงปัญหาในชีวิตจริงกับสาระการเรียนรู้ที่จะเรียนในบทเรียน

ขั้นที่ 2 แนะนำปัญหา สารที่เรียน เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อเสนอเนื้อหาสาระของบทเรียน ในรูปแบบการนำเสนอสถานการณ์ปัญหา ต่อผู้เรียน จะนำเสนอโดยใช้เทคนิคการที่จะทำให้ตัวผู้เรียนเกิดมโนภาพเกี่ยวกับประเด็นปัญหาหรือเนื้อหาสาระ เช่น ใช้คำถามปลายเปิด เรื่องเล่า สถานการณ์จำลอง ข่าวการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาในบทเรียน เพื่อนำไปสู่คำถามสำหรับนักศึกษาได้ขบคิดกับปัญหาหรือเนื้อหาสาระของบทเรียน

ขั้นที่ 3 ไตร่ตรองทางแก้เฉพาะตน เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมการเรียนรู้ในด้วยตนเองของผู้เรียน “เข้าใจปัญหา คิดหาทางแก้ มั่นใจจุดยืน” โดยแต่ละคนได้คิดค้นหาทางออกของปัญหา ขยายและทำความเข้าใจในบทเรียน ด้วยมุมมองของตนเอง สร้างข้อคิดเกี่ยวกับทางออกของปัญหาแล้วสื่อสารทางออกเป็นชิ้นงาน เช่น การอธิบายด้วยวาจา แผนผังความคิด ภาพวาด เขียนบรรยาย หรือวิธีการอื่นที่ตนเองสนใจนัด

ขั้นที่ 4 ระดมสมองทางออกโดยกลุ่ม เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้จากกลุ่มและมุมมองที่หลากหลาย หลังจากที่นักศึกษาแต่ละคนได้ทางออกของปัญหาแล้ว นำทางออกของแต่ละคนมาตรวจสอบ แลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นกับผู้อื่นในลักษณะของกลุ่ม เพื่อหาทางออกของกลุ่มร่วมกัน โดยการศึกษาเพิ่มเติมจากเอกสาร แหล่งอ้างอิง หรือสื่อการเรียนรู้อื่น เช่น การระดมสมอง การอภิปรายโดยใช้ผลงานของสมาชิกกลุ่มแต่ละคนเป็นข้อมูล ด้วยการจำแนกข้อมูลพื้นฐาน พิจารณาข้อขัดแย้ง และสรุปข้อสังเคราะห์ที่ค้นพบ พร้อมร่วมกันวางแผนการนำเสนอทางออกของปัญหาด้วยวิธีการที่สร้างสรรค์

ขั้นที่ 5 สื่อสารทางออกสะท้อนผล เป็นกิจกรรมการนำเสนอโดยให้กลุ่มนำเสนอแนวคิด สื่อสารทางออกของปัญหาหรือองค์ความรู้ที่สมาชิกภายในกลุ่มร่วมกันคิดไว้ในขั้นระดมสมองทางออกโดยกลุ่ม แสดงผลการประมวลออกมาในรูปของชิ้นงาน เช่น แผนผังความคิด โปสเตอร์ ใต้วาที แสดงละคร Power Point บทเพลง บทบาทสมมุติ การเสวนา อภิปราย หรือวิธีการอื่นๆ ที่กลุ่มสนใจ หลังจากการนำเสนอสมาชิกในชั้นเรียนร่วมกันพิจารณาตัดสินใจจากการเสนอความคิด

ขั้นที่ 6 ถอดรหัสปรับใช้ในชีวิต เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อให้ผู้เรียนได้ทบทวนเรื่องราวที่ได้เรียนรู้มาทั้งหมด เพื่อก่อให้เกิดข้อสรุปหรือประสบการณ์การเรียนรู้ และช่วยให้ผู้เรียนเห็นวิธีการนำความรู้และทัศนคติที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน หรือนำทางออกของปัญหาที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น การตอบคำถาม การเล่าเรื่อง การจัดนิทรรศการ แผนผังความคิด โครงการ และ บันทึกการเรียนรู้

ขั้นตอนที่ 3 สรุปบทเรียนสะท้อนสุข เป็นการดำเนินการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพิ่มเติมความสุข สร้างเสริมประสบการณ์ โดยเสวนาอภิปรายเกี่ยวกับบทเรียนที่เรียนรู้ ระหว่างครูผู้สอนกับนักศึกษา หลังการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ มีการถอดบทเรียนเพื่อให้ได้กิจกรรมแนวปฏิบัติในการพัฒนาการเรียนรู้อย่างมีความสุขที่ยั่งยืน และมีประสิทธิภาพในการเรียน

สรุปผลการหาประสิทธิภาพแผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมอง พบว่าผู้เชี่ยวชาญเห็นว่าภาพรวมของแผนการออกแบบประสบการณ์มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด เห็นว่ากิจกรรมการเรียนรู้ มีความชัดเจน ถูกต้องตามหลักวิชา กระบวนการพัฒนาสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างการเรียนรู้ อย่างมีความสุขและการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพได้ และพบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการเรียนรู้ อย่างมีความสุขและการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพอยู่ในระดับค่อนข้างมากถึงมากที่สุด

2. ผลการใช้แผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมองเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้อย่างมีความสุขและพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพของนักศึกษาที่เรียนในรายวิชา วิชาชีพครูและความเป็นครู พบว่า

2.1 ผลการศึกษาและเปรียบเทียบพฤติกรรมการเรียนรู้อย่างมีความสุขของนักศึกษา ก่อนและหลังการใช้แผนการออกแบบประสบการณ์ พบว่า คะแนนพฤติกรรมการเรียนรู้อย่างมีความสุขหลังการพัฒนาสูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 80 และคะแนนหลังได้รับการพัฒนา ($\bar{X} = 163.51$, S.D. = 9.84) สูงกว่าก่อนการพัฒนา ($\bar{X} = 124.06$, S.D. = 7.87) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ นักศึกษาประเมินว่าความสุขที่เกิดจากครูผู้สอนอยู่ในระดับมาก คือ ครูเป็นบุคคลที่น่าเคารพนับถือ มีความตั้งใจจริงในการสอน เป็นแบบอย่างที่ดี และมีความสุขภาพอ่อนโยนต่อนักศึกษา ความสุขที่เกิดขึ้นในการเรียน คือ การที่ได้เรียนหรือรับสิ่งใหม่ๆ อยู่เสมอ ได้เรียนและได้รับประสบการณ์ที่มีคุณค่าในแต่ละชั่วโมงเรียน ความสุขที่เกิดขึ้นในตนเอง คือ การรู้สึกผ่อนคลายที่ได้ทำกิจกรรมตามความสามารถความถนัด ความสนใจของตนเอง และสนุกที่ได้ทำกิจกรรมทางวิชาการร่วมกับเพื่อน

2.2 ผลการศึกษาและเปรียบเทียบพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพของนักศึกษา ก่อนและหลังการใช้แผนการออกแบบประสบการณ์เสริม พบว่า คะแนนพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพหลังการพัฒนาสูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 80 และคะแนนหลังได้รับการพัฒนา ($\bar{X} = 98.34$, S.D. = 6.64) สูงกว่าก่อนการพัฒนา ($\bar{X} = 68.73$, S.D. = 4.87) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ นักศึกษาประเมินว่าพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพปฏิบัติอยู่ในระดับมากที่สุด คือ เมื่ออาจารย์มอบหมายให้ไปอ่านเนื้อหาที่จะเรียนมาล่วงหน้า จะอ่านและทำความเข้าใจมาก่อนทุกครั้ง แม้นอนดึกก็เข้าชั้นเรียนตรงเวลาเมื่อถึงชั่วโมงเรียน และเมื่อจำเป็นต้องขาดเรียน พยายามติดตามบทเรียนและทำงานที่อาจารย์มอบหมายจนเสร็จครบถ้วน และทำการบ้านหรืองานครบตามที่อาจารย์มอบหมายทุกครั้ง

2.3 ผลศึกษาความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมอง เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้อย่างมีความสุขและพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพในรายวิชา วิชาชีพครูและความเป็นครู ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.61$ S.D. = 0.33) นักศึกษาเห็นว่ากระบวนการเรียนรู้มีบรรยากาศผ่อนคลาย มีความเป็นกัลยาณมิตร สร้างความมั่นใจในวิชาชีพและความเป็นครู เนื้อหากระบวนการเรียนรู้กระตุ้นให้เห็นคุณค่าของวิชาชีพครู สามารถประยุกต์ความรู้สู่การปฏิบัติงานครู

อภิปรายผล

จากผลการพัฒนาแผนการออกแบบประสบการณ์ซึ่งมีรอบในการพัฒนา 3 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่ 1 สร้างแรงบันดาลใจ เป็นขั้นตอนดำเนินการสร้างเจตคติต่อวิชาชีพครู ด้วยกิจกรรมปลูกเร้านักศึกษาเกิดความตระหนักเห็นคุณค่าและความสำคัญของครูที่ดี ขั้นตอนที่ 2 ใส่ใจเรียนรู้มีความสุข การพัฒนาความรู้ในวิชาชีพครูรวมถึงการสร้างตระหนักในจิตวิญญาณและจรรยาบรรณแห่งวิชาชีพครู มีกระบวนการเรียนรู้ 6 ขั้นตอน คือ อุ่นเครื่องเตรียมพร้อมแนะนำปัญหาสาระที่เรียน ไตร่ตรองทางแก้เฉพาะตน ระดมสมองทางออกโดยกลุ่ม สื่อสารทางออกสะท้อนผล และถอดรหัสปรับใช้ในชีวิต ขั้นตอนที่ 3 สรุปบทเรียนสะท้อนสุข เป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เติมเต็มความสุข สร้างเสริมประสบการณ์ รูปแบบดังกล่าวอาจอ้างอิงได้ว่าเป็นนวัตกรรมที่มีกิจกรรมสนองต่อการเรียนรู้ ที่สร้างให้ผู้เรียนมี

ความสุขในการเรียนรู้ได้ ทั้งนี้ เนื่องจากผู้วิจัยนำผลการศึกษาความคิดเห็นและความต้องการของนักศึกษาเกี่ยวกับวิธีสอน หรือกิจกรรมที่ทำให้ให้นักศึกษาเรียนแล้วเกิดความสุขมาเป็นกรอบแนวคิดในการเลือกวิธีการ กิจกรรม ซึ่งเมื่อนำไปใช้จริงกลุ่มตัวอย่างทำให้เกิดผลตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ ยืนยันจากความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผนการออกแบบประสบการณ์ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งนักศึกษารหัส 025 สะท้อนความคิดเห็นว่า “...การเรียนรู้ในรายวิชานี้ เป็นวิธีการเรียนรู้ที่สนุก แปลกไปจากการเรียนวิชาอื่น มีกิจกรรมผ่อนคลายอยู่เสมอไม่เมื่อยล้า ทำให้อยากเรียน ขอรับการทำกิจกรรม Brain Gym ก่อนเรียนทำให้ได้เตรียมตัว สร้างความสดชื่นได้...” ซึ่งสอดคล้องกับข้อเสนอของ Department of Mental Health (2000) เสนอว่า บทเรียนสนุกแปลกใหม่ จูงใจให้ติดตามจึงเป็นองค์ประกอบของการเรียนรู้อย่างมีความสุข รวมถึงบทเรียนที่เริ่มจากง่ายไปหายาก กิจกรรมสนุกชวนให้สนใจ บทเรียน เปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนมีส่วนร่วมในกิจกรรม สื่อต้องเร้าใจให้เกิดการเรียนรู้ ซึ่งผลการตรวจสอบคุณภาพพบว่า แผนการออกแบบประสบการณ์มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด มีความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ในการพัฒนานักศึกษาให้เกิดความสุขและมีประสิทธิภาพในการเรียนได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Phunsawat (2004) พบว่า ปัจจัยด้านบุคลิกภาพของผู้สอน ด้านการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเรียนรู้มีความสุข ส่วนขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ผู้วิจัยนำแนวคิดกระบวนการออกแบบประสบการณ์ (Experiential Activities Planner: EAP) ของ The Art and Cultural Institute for Development (MAYA) (2000) ซึ่งเป็นการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นการจัดประสบการณ์ให้นักศึกษาได้เรียนรู้ ด้วยตัวเองอย่างเชื่อมโยงระหว่างสาระการเรียนรู้กับความจริงในชีวิตของนักศึกษา และมีการสอดแทรกกิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym) สำหรับการกระตุ้นสมองเพื่อการผ่อนคลายในการเรียนรู้ สอดคล้องกับแนวคิดของ Ward and Daley (as cited in Paribatna na Ayudhya, 2006) การบริหารสมอง สามารถสร้างสมดุลให้กับสมอง คลายความตึงเครียด และฟื้นคืนระดับออกซิเจนและสารเคมีที่เป็นประโยชน์กลับคืนสู่สมอง ซึ่งจะช่วยให้การคิดและการเรียนรู้เป็นไปด้วยความผ่อนคลาย การบริหารสมองจึงส่งผลต่อพัฒนาการเรียนรู้ในเนื้อหาวิชาและความสนใจให้มีประสิทธิภาพดีขึ้น (Simcharoen, 2010)

จากจุดเน้นของการจัดประสบการณ์เริ่มด้วยการสร้างเจตคติต่อการเรียนรู้ก่อนนำไปสู่การเสริมสร้างความรู้ในรายวิชา โดยเน้นการใช้กระบวนการเรียนรู้ที่ผ่อนคลายในการเริ่มกระตุ้นนักศึกษาให้เกิดความพร้อมก่อนการเรียนรู้ บทเรียน นำไปสู่การเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ ยืนยันได้จากผลคะแนนพฤติกรรมการเรียนรู้มีความสุข และพฤติกรรมเรียนอย่างมีประสิทธิภาพหลังการพัฒนา สูงกว่าเกณฑ์ร้อยละ 80 และคะแนนหลังได้รับการพัฒนาสูงกว่าก่อนการพัฒนา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากผลการประเมินความคิดเห็นนักศึกษาเห็นว่าการที่ครูมีความตั้งใจจริงในการสอน มีความสุภาพอ่อนโยนต่อนักศึกษา และการที่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ที่มีคุณค่าในแต่ละชั่วโมงทำให้สนุกที่ได้ทำกิจกรรมทางวิชาการร่วมกับเพื่อน ทำให้ตนเองมีความพยายามติดตามบทเรียนและทำงานที่อาจารย์มอบหมายจนเสร็จครบถ้วน และเตรียมอ่านเนื้อหาที่จะเรียนมาล่วงหน้าก่อนทุกครั้ง สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Seeluangpetch (2001) ศึกษาผลการประยุกต์ใช้ทฤษฎีการเรียนรู้มีความสุขในการสอนวิทยาศาสตร์ พบว่า นักเรียนที่ได้รับการสอนตามแผนการจัดประสบการณ์เกิดความสุขในการเรียนมากกว่าก่อนได้รับการสอน นอกจากนี้ พบว่า นักเรียนยังเกิดความสนใจในการเรียน เกิดความสามารถและมีความสุขในการเรียน มีการวางแผนในการจัดทำผลงานและในการเรียนได้ดีขึ้น ผลการพัฒนาดังกล่าวอาจยืนยันได้จากบันทึกการเรียนรู้ (Learning Log) นักศึกษาหญิงรหัส 035 เขียนถึงบทเรียนที่

ได้รับว่า “...การทำกิจกรรมบริหารสมองทำให้หนูรู้สึกมีสมาธิดีขึ้น...กิจกรรมการเรียนมีความหลากหลายแปลกใหม่ทำให้ไม่เบื่อ มีตัวอย่างที่เกิดขึ้นจริงของชีวิตครู...ทำให้เข้าใจบทเรียนชัดเจน...ทำให้ไม่อยากขาดเรียน...ตื่นตื่นทุกครั้งเมื่อได้ทำงานกลุ่ม เนื้อหาใหม่...” ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีการเรียนรู้ บทเรียนต้องสนุก แปลกใหม่ จูงใจให้ติดตาม ความสุขจะเกิดขึ้น และส่งผลต่อประสิทธิภาพในการเรียน (Boonsue, 1997) บทสรุปของการวิจัย พบว่า แผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมองเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้อย่างมีความสุขและพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ ในรายวิชาวิชาชีพรูและความเป็นครู สามารถเสริมสร้างการเรียนรู้อย่างมีความสุขและพฤติกรรมการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ ให้แก่นักศึกษา

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

แผนการออกแบบประสบการณ์เสริมด้วยการบริหารสมอง หากนำไปใช้ ผู้สอนต้องตระหนักในการแสดงออกต่อนักศึกษาด้วยบุคลิกภาพที่เป็นกัลยาณมิตร มีทักษะเสริมแรง รู้จังหวะที่จะเสริมกิจกรรมการบริหารสมอง และควรเตรียมความรู้เรื่องการบริหารสมอง

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 จากผลการวิจัยพบว่านักศึกษามีพัฒนาการการคิดระดับสูงขึ้น เนื่องจากกิจกรรมขั้นที่ 2 แนะนำปัญหาสาระที่เรียน ขั้นที่ 3 ไตร่ตรองทางแก่เฉพาะตน และขั้นที่ 4 ระดมสมองทางออกโดยกลุ่ม มีกิจกรรมส่งเสริมการคิดแก้ปัญหา ควรนำแผนการออกแบบประสบการณ์ไปพัฒนาตัวแปรด้านการคิดขั้นสูงให้แก่นักศึกษา

2.2 ควรศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการเรียนรู้อย่างมีความสุข กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหรือความรักความศรัทธาในวิชาชีพรู

References

- Bloom, B. (1976). *Human characteristics and school learning*. New York: McGraw-Hill.
- Boonphadung, S. (2015). Development of critical information retrieval skills via the use of ARCS Model with students in Suan Sunandha Rajabhat University. *Journal of Education Naresuan University*, 17(3), 10-20. [in Thai]
- Boonsue, K. (1997). *Delighted learning theory, learning prototype on theory and practice*. Bangkok: Idea Square. [in Thai]
- Department of Mental Health. (2000). *The development of Thai emotional intelligence screening test for Thai People aged 12-60 years Research Reports*. Bangkok: Department of Mental Health. [in Thai]
- Kumnuanmasokg, N., et al. (1980). *The waste of education failure of the students in elementary level research reports*. Bangkok: The National Institute for Child Research. [in Thai]

- Makcharoen, L. (2011). *Psycho-social factors and well-being related to effective learning behavior of accounting student in Faculty of Business Administration Rajamangala University of Technology Phra Nakhon* (Master thesis). Bangkok: Srinakharinwirot University. [in Thai]
- Parkbongkoch, C. (2001). Joy enhanced parenting. *Journal of Behavioral Science*, 7(1), 29-34. [in Thai]
- Paribatra na Ayudhya, D. (2006). *Learning to excellence*. Bangkok: Rakluke Family Group. [in Thai]
- Phakdee, B. (2013). *The effect of happy learning by doing activities on ratio and percentage toward analytical thinking, life skill and happy learning of Matthayomsuksa II student* (Master thesis). Bangkok: Srinakharinwirot University. [in Thai]
- Phra Paisal Visalo. (2011). *The students' happiness for wisdom of the earth*. Bangkok: Student Affairs Division Mahidol University. [in Thai]
- Phunsawat, S. (2004). *A Study of Teaching Conditions Related with Happy Learning of the Chanthaburi College of Dramatic Arts Students* (Master thesis). Chanthaburi: Rambhai Barni Rajabhat University. [in Thai]
- Ratanavilaisakul, R. (2002). A study of the lecturer's characteristics perceived as desirable by King Mongkut's University of Technology Thonburi student and lecturers. *KMUTT Research and Development Journal*, 25(2), 150-165. [in Thai]
- Seeluangpetch, S. (2001). *The results of application techniques for learning happily in science class for Matthayomsuksa 1 students* (Master thesis). Khon Kaen: Khon Kaen University. [in Thai]
- Simcharoen, S. (2010). *Brain activation*. Bangkok: Moh Chao Ban Publishing House. [in Thai]
- Sirisamphan, O. (2007). *Study of student learning*. Bangkok: Faculty of Education, Silpakom University. [in Thai]
- Suwunpugdi, S. (1998). *Factors related to adjustment of nursing students at Southern Colleges of Nursing Ministry of Public Health* (Master thesis). Bangkok: Srinakharinwirot University. [in Thai]
- The Art and Cultural Institute for Development (MAYA). (2000). *The heart of perseverance*. Bangkok: The Art and Cultural Institute for Development (MAYA). [in Thai]
- Waiyasuri, R. (2014). *The use of brain-activation techniques for increased learning achievements*. Bangkok: Dhurakij Pundit University. [in Thai]