



รายงานการวิจัย

การเปรียบเทียบทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตในครอบครัวของ
นักศึกษาหลักสูตรศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

The Comparison of Life Skill and Quality of Life in Family
of Home Economics Students in Rajamangala University of Technology Krungthep

คณะผู้วิจัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อมรรัตน์ อนันต์วราพงษ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นนทลี พรธาดาวิทย์

โครงการวิจัยทุนสนับสนุนงานวิจัยของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

งบประมาณผลประโยชน์ ปี พ.ศ. ๒๕๕๐

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

กิตติกรรมประกาศ

สถาบันครอบครัวมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาประเทศ เพราะประชากรที่มีคุณภาพจะเกิดขึ้นได้จากการเลี้ยงดูสมาชิกในวัยเยาว์ให้เจริญเติบโต ให้ความรักความอบอุ่น ปลูกฝังและหล่อหลอมให้มีความรับผิดชอบ มีบุคลิกภาพและค่านิยมที่พึงประสงค์ ประพฤติปฏิบัติตนเป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม เพื่อที่จะสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างสงบสุข ซึ่งสอดคล้องกับนโยบายและแผนงานในการพัฒนาสถาบันครอบครัวที่ได้ให้ความสำคัญของครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักศึกษาซึ่งถือเป็นวัยรุ่น ที่ถือเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ การพัฒนาวัยรุ่นให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้น ต้องเริ่มมาจากการมีทักษะชีวิตที่ดี ซึ่งทั้งหมดนี้จะได้รับการส่งเสริมจากสถาบันครอบครัว โดยทั่วไปคนเรามักเข้าใจว่าการมีคุณภาพชีวิตในครอบครัวที่ดีคือการมีฐานะทางเศรษฐกิจดีเพียงเท่านั้น แต่จริง ๆ แล้วคนที่มีคุณภาพชีวิตดีไม่จำเป็นต้องมีฐานะทางเศรษฐกิจดีเสมอไป แต่เป็นคนที่มีมารยาทดี มีที่อยู่อาศัย มีสุขภาพอนามัย และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกในสังคมนั้น ๆ

ขอขอบคุณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพที่สนับสนุนทุนอุดหนุนในการวิจัย และเผยแพร่ ขอขอบคุณนักศึกษาคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ตลอดจนคณาจารย์ผู้ประสิทธิ์ประสาทความรู้อันมีค่าให้แก่คณะผู้วิจัย

ผศ.ดร. อมรรัตน์ อนันต์วราพงษ์

ผศ.ดร.นนทลี พรธาดาวิทย์

25 กันยายน 2551

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ในการวิจัยเพื่อศึกษา 1) ทักษะชีวิต 2) คุณภาพชีวิตในครอบครัว และ 3) การเปรียบเทียบทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาคณะกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ โดยการใช้การสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 300 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป เพื่อหาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยวิธีการของ Scheffe'

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุเฉลี่ย 19.94 ปี บิดามารดาอยู่ร่วมกัน มีผลการเรียนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยของผลการเรียนเฉลี่ย 2.78 ศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 ถึงชั้นปีที่ 4 ส่วนผลการศึกษาทักษะชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวมของนักศึกษา พบว่านักศึกษาประมาณสองในสามมีทักษะชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวมในระดับปกติและสูงกว่าปกติ เมื่อพิจารณารายด้านทั้ง 12 ด้าน พบว่านักศึกษาประมาณสองในสามมีทักษะชีวิตในครอบครัว ด้านการคิดวิเคราะห์ ความคิดสร้างสรรค์ การตระหนักรู้ในตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น ความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร การตัดสินใจและการแก้ปัญหา และการจัดการอารมณ์และความเครียด อยู่ในระดับปกติและสูงกว่าปกติ ส่วนคุณภาพชีวิตในครอบครัว พบว่า นักศึกษาเกือบทั้งหมดมีคุณภาพชีวิตโดยภาพรวม ในระดับปานกลางและระดับที่ดี เมื่อพิจารณารายด้านทั้ง 4 ด้าน พบว่านักศึกษเกือบทั้งหมดมีคุณภาพชีวิต ด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อมในระดับปานกลางและระดับที่ดี

สำหรับการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวระหว่างทักษะชีวิต จำแนกตามสาขาวิชาที่เรียน โดยใช้ F-test พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ 1) ความภาคภูมิใจในตนเอง 2) ความรับผิดชอบต่อสังคม 3) การตัดสินใจและการแก้ปัญหา และจำแนกตามคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษา พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ 1) ความภาคภูมิใจในตนเอง 2) ความรับผิดชอบต่อสังคม 3) การเห็นใจผู้อื่น 4) การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร 5) ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์

ABSTRACT

The objectives of this research were to study: 1) life skill; 2) quality of life in family; and 3) comparison between life skill and quality of life in family of home economics students in Rajamangala University of Technology Krungthep. Multistage random sampling technique was used to draw a sample of 300 students. Data were analyzed to obtain percentage, mean, standard deviation, One way analysis of variance.

The findings revealed that most of the students were female, with average age of 19.94 years, resided with parents, earned 2.78 grade point average, and were freshman and senior students. The results of the study showed that the students as a whole were satisfied with life skill at the normal and high level. When considering each factor, it was found that the students were satisfied with family life skill in critical thinking, creative thinking, self awareness, empathy, self esteem, social responsibility, interpersonal relations, communication, decision making and problem solving, and coping with emotion and stress skill at the normal and high level. The students as a whole were satisfied with quality of life in family at moderate and good level. When considering each factor, it was found that the students were satisfied with quality of life in physical domain, psychological domain, social relationships, and environment at moderate and good level.

The analysis of variance between the students as a whole life skill and field of study using F-test showed statistical significance at the .05 level. The comparison were: 1) self esteem 2) social responsibility 3) decision making and problem solving. The analysis of variance between the students as a whole life skill and grade point average using F-test showed statistical significance at the .05 level. The comparison were: 1) self esteem 2) social responsibility 3) empathy 4) interpersonal relations and communication and 5) critical thinking.

สารบัญ

หน้า

สารบัญตาราง	(3)
สารบัญภาพ	(5)
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	2
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	3
ขอบเขตการวิจัย	3
นิยามศัพท์	3
บทที่ 2 การตรวจเอกสาร	4
แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต	4
แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต	8
การจัดการศึกษา: ศาสตร์เพื่อครอบคลุมนักเรียนและผู้บริหาร	11
กรอบแนวความคิด	14
สมมติฐานในงานวิจัย	14
บทที่ 3 วิธีการวิจัย	15
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	15
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	16
การเก็บรวบรวมข้อมูล	19
การวิเคราะห์ข้อมูล	21
บทที่ 4 ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์	23
ผลการวิจัย	24
ข้อวิจารณ์	62
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	69
สรุปผลการวิจัย	69
ข้อเสนอแนะ	80

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

เอกสารอ้างอิง	84
ภาคผนวก	87
ภาคผนวก ก แบบสอบถาม	89
ประวัติการศึกษาและการทำงาน	98



สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	เกณฑ์การวิเคราะห์ทักษะชีวิตรายบุคคล	20
2	เกณฑ์การวิเคราะห์คุณภาพชีวิตในครอบครัวรายบุคคล	21
3	ลักษณะทั่วไปของนักศึกษาทหกรรมศาสตร์	26
4	ทักษะชีวิตของนักศึกษาทหกรรมศาสตร์พิจารณาเป็นรายบุคคล	30
5	ทักษะชีวิต โดยภาพรวม	32
6	ทักษะชีวิต ด้านการคิดวิเคราะห์	34
7	ทักษะชีวิต ด้านความคิดสร้างสรรค์	36
8	ทักษะชีวิต ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง	38
9	ทักษะชีวิต ด้านความเห็นใจผู้อื่น	40
10	ทักษะชีวิต ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง	42
11	ทักษะชีวิต ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม	44
12	ทักษะชีวิต ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร	46
13	ทักษะชีวิต ด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหา	48

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
14	ทักษะชีวิต ด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด	50
15	คุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาเกษตรศาสตร์ พิจารณาเป็นรายบุคคล	52
16	คุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวม	53
17	คุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านสุขภาพกาย	54
18	คุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านจิตใจ	56
19	คุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านสัมพันธภาพทางสังคม	57
20	คุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อม	58
21	คุณภาพชีวิตในครอบครัว และสุขภาพโดยรวม	59
22	การเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวมกับสาขาวิชาที่เรียน จำแนกตามกลุ่ม	60
23	ผลการเปรียบเทียบภายหลังทักษะชีวิตโดยภาพรวมกับสาขาวิชาที่เรียน จำแนกตามกลุ่ม	60
24	การเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวมกับคะแนนเฉลี่ยสะสม จำแนกตามกลุ่ม	61

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
25	ผลการเปรียบเทียบภายหลังทักษะชีวิตโดยภาพรวมกับคะแนนเฉลี่ยสะสม จำแนกตามกลุ่ม	61
26	การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวมกับสาขาวิชาที่เรียน จำแนกตามกลุ่ม	61
27	ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวมกับคะแนนเฉลี่ยสะสม จำแนกตามกลุ่ม	62

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	องค์ประกอบทักษะชีวิต	6
2	กรอบแนวคิดในการวิจัย	14

ความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปทำให้วิถีชีวิต ค่านิยมและวัฒนธรรมบางอย่างเปลี่ยนแปลงไปด้วย ผู้คนต้องมีการต่อสู้แข่งขันเพื่อการดำรงชีวิตและประกอบอาชีพมากยิ่งขึ้น รวมทั้งต้องมีการปรับตัวให้ทันการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ในสถานการณ์ดังกล่าวส่งผลต่อคนทุกกลุ่ม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มวัยรุ่น ซึ่งเป็นกลุ่มที่เข้าถึงและรับการเปลี่ยนแปลงได้อย่างรวดเร็ว

นักศึกษาระดับอุดมศึกษาจัดอยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งถือเป็นวัยวิกฤต เนื่องจากมีภาวะทางอารมณ์แปรปรวนสูง วุฒิภาวะทางอารมณ์ยังไม่สมบูรณ์ มีความสับสนในการวางบทบาทของตนเองในสังคม ขาดทักษะและประสบการณ์ในการเผชิญปัญหา การขาดความเข้าใจตนเองและขาดประสบการณ์ดังกล่าวอาจทำให้วัยรุ่นมีปัญหาในด้านสุขภาพจิต เช่น การวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย การปฏิบัติตัวกับกลุ่มเพื่อน หรือการป้องกันตัวเองจากอันตรายที่เกิดขึ้นจากสังคม เป็นต้น โดยปกติวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการหาเอกลักษณ์ของตนเอง อยากรู้ อยากเห็น อยากลอง ต้องการอิสระจากครอบครัว ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน บางครั้งดูเหมือนให้ความสำคัญกับเพื่อนมากกว่าพ่อแม่ เหล่านี้เป็นธรรมชาติของวัยรุ่นที่เป็นเหตุให้เสี่ยงต่อการเกิดอันตรายต่อตัวเอง เช่น การถูกชักจูงให้ใช้สารเสพติด การคบเพื่อนไม่ดีเสเพล กระทำผิดกฎหมาย รวมไปถึงการมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม นำไปสู่ปัญหาเรื่องโรคเอดส์ในที่สุด (กรมสุขภาพจิต, 2541)

ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา นักการศึกษาพยายามที่จะหาวิธีการป้องกันปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างจริงจัง และเป็นการแก้ไขปัญหาคาใจที่ต้นเหตุ และมีความยั่งยืน แนวคิดหนึ่งที่มีการพัฒนา และขยายรูปแบบ และวิธีการอย่างแพร่หลายก็คือ การเสริมสร้างและการพัฒนา “ทักษะชีวิต” ให้กับผู้เรียน ซึ่งเป็นแนวคิดที่เริ่มต้นจากองค์การอนามัยโลก (WHO) ที่กล่าวถึงองค์ประกอบทักษะชีวิตว่ามีอยู่ 5 คู่ คือ คู่ที่ 1 ความคิดวิเคราะห์ และความคิดสร้างสรรค์ คู่ที่ 2 ความตระหนักรู้ในตนและความเห็นใจผู้อื่น คู่ที่ 3 การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร คู่ที่ 4 การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา และคู่ที่ 5 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด ซึ่งประเทศไทยได้นำมาปรับใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของสังคมไทย โดยการเพิ่มองค์ประกอบเข้าไปอีกหนึ่งคู่ คือ ความภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบต่อสังคม (ประวิต, 2540; World Health Organizations, 1993)

ทั้งนี้องค์ประกอบด้านทักษะชีวิตยังส่งผลให้คุณภาพชีวิตในครอบครัวของผู้เรียนระดับอุดมศึกษา ประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้เรียนคหกรรมศาสตร์ เนื่องจากวิชาทางคหกรรมศาสตร์มีเป้าหมายสำคัญเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ความสำเร็จส่วนบุคคลนำไปสู่ความสำเร็จในระดับครอบครัว ชุมชน ประเทศ และ โลกในที่สุด

ดังนั้นการปฏิรูปการศึกษาในปัจจุบัน จึงต้องเร่งปรับปรุง และพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะวัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังก้าวเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ที่ต้องรับภาระในการพัฒนาชาติบ้านเมือง การพัฒนา วัยรุ่นให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้น ต้องเริ่มมาจากการมีทักษะชีวิตที่ดี ซึ่งทั้งหมดนี้จะได้รับการส่งเสริมจากสถาบันครอบครัวและสถาบันการศึกษา โดยทั่วไปมักเข้าใจว่า การมีคุณภาพชีวิตในครอบครัวที่ดี คือ การมีฐานะทางเศรษฐกิจดีเพียงเท่านั้น แต่จริงๆ แล้วคนที่มีความรู้ชีวิตที่ดีไม่จำเป็นต้องมีฐานะทางเศรษฐกิจดี แต่เป็นคนที่มีการกินอยู่ดี มีที่อยู่อาศัย มีสุขภาพอนามัย และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกในสังคมนั้นๆ

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตในครอบครัวกับสาขาวิชา เกรดเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ โดยเฉพาะในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ซึ่งนักศึกษาจำนวนมากมาจากต่างจังหวัด จึงเป็นคำถามว่านักศึกษามีทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตเป็นอย่างไร และเมื่อศึกษาเปรียบเทียบระหว่างทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษากับสาขาวิชา เกรดเฉลี่ยสะสมมีความแตกต่างกันหรือไม่ แตกต่างกันอย่างไร เพื่อมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ และผู้ที่เกี่ยวข้องนำผลที่ได้จากการวิจัยไปใช้เป็นแนวทางการพัฒนานักศึกษาให้มีทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตในครอบครัวที่ดียิ่งขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา

1. ทักษะชีวิตของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์
2. คุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์
3. เปรียบเทียบทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตในครอบครัวกับสาขาวิชา เกรดเฉลี่ยสะสมของ

นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยมุ่งศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตในครอบครัวกับสาขาวิชา เกรดเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์เฉพาะในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ซึ่งมี 2 พื้นที่ คือ พื้นที่เทคนิคกรุงเทพฯและพื้นที่พระนครใต้

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. นำผลที่ได้ไปเป็นแนวทางพิจารณาหากระบวนการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับผู้เรียน
2. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง นำผลจากการวิจัยไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาหลักสูตร และจัดประสบการณ์การเรียนรู้การสอนให้กับผู้เรียน คหกรรมศาสตร์ เพื่อช่วยพัฒนาทักษะชีวิต และสร้างคุณภาพชีวิตในครอบครัวให้ดีขึ้น
3. นำผลที่ได้ไปขยายผลและปรับใช้กับผู้เรียนคณะอื่นๆ

นิยามศัพท์

1. ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถขั้นพื้นฐาน อันประกอบด้วยความรู้ ทักษะ และทักษะ ในการที่จะจัดการกับปัญหาต่างๆ รอบตัวได้สำเร็จลุล่วงตามจุดประสงค์ ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบ 12 ประการสามารถวัดได้จากแบบประเมินทักษะชีวิต ของ ประวิต และ นุชานา (2545ก)
2. คุณภาพชีวิตในครอบครัว หมายถึง การดำเนินชีวิตของบุคคลให้มีความสุขสบายทั้ง ร่างกาย และจิตใจ ตามสมควรแก่อัตภาพ เหมาะสมกับทรัพยากรและสภาพแวดล้อม ไม่เป็นภาระและ ก่อให้เกิดปัญหาทางสังคม คุณภาพชีวิตประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 ด้าน สามารถวัดได้จากเครื่องชี้ วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษาไทย ของ สุวัฒน์ และคณะ (2545)
3. นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ หมายถึง วัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปริญญาตรี ภาคปกติ คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

บทที่ 2

การตรวจเอกสาร

การวิจัยเกี่ยวกับทักษะชีวิตกับคุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ เริ่มด้วยการศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับ แนวคิดเกี่ยวกับ ทักษะชีวิต แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตนักศึกษากฎหมายศาสตร์ และการจัดการศึกษากฎหมาย ศาสตร์: ศาสตร์เพื่อครอบครัวและผู้บริโภค

แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต

วิกฤตการณ์ที่เกิดขึ้นจากความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในด้านวิทยาการต่างๆ ของโลกยุค โลกาภิวัตน์ และปัญหาต่างๆ ของประเทศมีความสลับซับซ้อนเกี่ยวพันกัน ทั้งระบบเศรษฐกิจ สังคม และการเมือง ทำให้ประชาชนในประเทศต่างๆ รวมทั้งประเทศไทยมีความยากลำบากในการดำรง ชีวิตมากขึ้น ต้องปรับตัวเพื่อความอยู่รอดภายใต้สถานะแห่งการแข่งขันสูงกว่าในอดีต ดังนั้นมนุษย์ ไม่ใช่เพียงแค่มีร่างกายที่มีความสมบูรณ์เท่านั้น หากแต่มนุษย์ยังต้องเรียนรู้ที่จะดำเนินชีวิตอยู่ใน สังคมให้ได้ด้วย มนุษย์หรือบุคคลจึงควรมีความรู้และทักษะที่จำเป็นในการดำเนินชีวิต เพื่อให้ สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข ซึ่งทักษะดังกล่าว คือ “ทักษะชีวิต” ซึ่งมีองค์ประกอบ/บุคคลให้ ความหมายต่างๆ ไว้ดังต่อไปนี้ คือ

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1994 อ้างถึงใน มาริสา หะสามมาะ, 2540) ให้ความหมายไว้ว่า เป็นความสามารถในการปรับตัว และมีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้องในการที่จะเผชิญกับสิ่งท้าทาย ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

กรมอนามัย (2539. อ้างอิงจาก ศศิพร โลจายะ. 2545 : 17) กล่าวถึงทักษะชีวิตไว้ว่า เป็น ความสามารถ อันประกอบด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะในอันที่จะจัดการกับปัญหารอบๆ ตัว ใน สภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับปรับตัวในอนาคต

นพนันท์ กิจทวี (2541 : 22) ได้สรุปทักษะชีวิตว่า เป็นความสามารถขั้นพื้นฐานของบุคคล ในการปรับตัว และเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสมในการเผชิญปัญหาต่างๆ ที่อยู่รอบตัวในสภาพสังคม

ปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยอาศัยการถ่ายทอดประสบการณ์ด้วยการฝึกฝนอบรม เพื่อเป็นการปรับสภาพการขาดสมดุลให้กลับคืนสู่สภาพปกติ ทำให้บุคคลนั้นสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

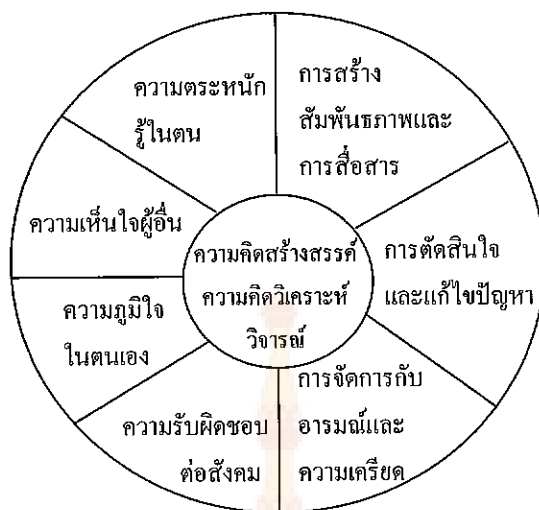
ประเสริฐ ตันสกุลและคณะ (2538 : 7) ระบุว่า ทักษะชีวิต เป็นความสามารถและความชำนาญในการประเมินและวิเคราะห์สถานการณ์ เพื่อตัดสินใจเลือกทางแก้ปัญหาทางพฤติกรรมและสังคมที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างถูกต้อง

โดยสรุป ทักษะชีวิต หมายถึง เป็นความสามารถของบุคคลที่ประกอบด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะในอันที่จะจัดการกับปัญหาต่างๆ ตัว ในสภาพสังคมปัจจุบันและการเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตไม่ว่าจะเป็นชีวิตครอบครัว สุขภาพ คุณธรรม จริยธรรม ให้เป็นไปอย่างถูกต้องเหมาะสม

องค์การอนามัยโลก (WHO) กล่าวถึงองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 10 องค์ประกอบ จัดเป็น 5 กลุ่มและสามารถจัดแบ่งตามพฤติกรรมการเรียนรู้ได้ 3 ด้าน (กรมสุขภาพจิต. 2543 : 1) ดังนี้ คือ

1. ด้านพุทธิพิสัย ได้แก่ ความคิดสร้างสรรค์ และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์
2. ด้านจิตพิสัย ได้แก่ ความตระหนักรู้ในตน และความเข้าใจผู้อื่น
3. ด้านทักษะพิสัย มี 3 กลุ่ม ได้แก่ 1) การสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร 2) การตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหา 3) การจัดการด้านอารมณ์ และความเครียด

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2541 : 1-3) กล่าวว่า ประเทศไทยมีการปรับเปลี่ยนโดยจัดความคิดสร้างสรรค์ ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ เป็นองค์ประกอบรวมและเป็นพื้นฐานของทุกองค์ประกอบ จัดความตระหนักรู้ในตน และความเห็นใจผู้อื่นเป็นด้านจิตพิสัย โดยเพิ่มเจตคติอีก 1 กลุ่ม คือ ความภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม ส่วนที่เหลืออีก 3 กลุ่มเป็นด้านทักษะพิสัย ทั้งนี้เพื่อความเหมาะสมกับสภาพสังคมและวัฒนธรรมไทยที่อยูในช่วงเปลี่ยนผ่านและสับสนในด้านเจตคติและค่านิยมเพื่อให้ง่ายต่อการจัดการเรียนการสอนและพัฒนาวิธีการสอนของครู (ดังภาพที่ 1)



ภาพที่ 1 องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านพุทธิพิสัย ที่เป็นองค์ประกอบรวม ได้แก่

- ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ (Critical Thinking) หมายถึง ความสามารถที่จะวิเคราะห์แยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหา และสถานการณ์ต่าง ๆ รอบตัว
- ความคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) หมายถึง ความสามารถในการคิดออกไปอย่างกว้างขวางโดยไม่ยึดติดอยู่ในกรอบ

องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยหรือเจตคติ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 2 คู่ คือ

คู่ที่ 1 ความตระหนักรู้ในตน และความเห็นใจผู้อื่น

คู่ที่ 2 ความภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม

- ความตระหนักรู้ในตน (Self awareness) หมายถึง ความสามารถในการค้นหาและเข้าใจในจุดดีจุดด้อยของตนเองและความแตกต่างของผู้อื่นไม่ว่าจะในแง่ความสามารถเพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ท้องถิ่น สุขภาพ ฯลฯ

- ความเห็นใจผู้อื่น (Empathy) หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึก และเห็นอกเห็นใจบุคคลที่แตกต่างกับเราไม่ว่าจะในด้านเพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา สีผิว ท้องถิ่น สุขภาพ ฯลฯ

- ความภูมิใจในตนเอง (Self esteem) หมายถึง ความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า เช่น ความมีน้ำใจ รู้จักให้รู้จักรับ ค้นพบและภูมิใจในความสามารถด้านต่างๆ ของตน เช่น ความสามารถด้านสังคมดนตรี

กีฬา ศิลปะ ฯลฯ โดยมีได้มุ่งสนใจอยู่แต่เรื่องรูปร่าง หน้าตาเสน่ห์ หรือ ความสามารถ ทางเพศ การเรียนเก่ง ฯลฯ

- ความรับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility) หมายถึง ความรู้สึกที่ตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและมีส่วนรับผิดชอบต่อในความเจริญหรือความเสื่อมของสังคม ความรับผิดชอบต่อสังคมมีส่วนสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับความภูมิใจในตน เพราะหากคนเรามีความภูมิใจในตน คนเหล่านี้ก็มีแรงจูงใจที่จะทำดีกับคนอื่นและสังคม

องค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านทักษะพิสัย หรือทักษะ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร

กลุ่มที่ 2 การตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหา

กลุ่มที่ 3 การจัดการกับอารมณ์ และความเครียด

- ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร (Interpersonal Relationship and Communication Skills) หมายถึง ความสามารถในการใช้คำพูด และภาษาท่าทางเพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนและความสามารถในการรับรู้ความรู้สึกนึกคิดของอีกฝ่าย ไม่ว่าจะในการแสดงความต้องการ ความชื่นชม การปฏิเสธ การสร้างสัมพันธภาพ ฯลฯ

- ทักษะการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา (Decision Making and Problem Solving Skills) หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาทางเลือก วิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก ประเมินทางเลือก ตัดสินใจเลือกทางแก้ปัญหาที่เหมาะสม และลงมือแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

- ทักษะการจัดการกับอารมณ์ และความเครียด (Coping with Emotion and Stress Skills) หมายถึง ความสามารถในการประเมินอารมณ์ รู้เท่าทันอารมณ์ว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของคน เลือกใช้วิธีการจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้เหมาะสม และเป็นความสามารถที่จะรู้สาเหตุของความเครียด เรียนรู้วิธีการควบคุมระดับความเครียด รู้วิธีผ่อนคลาย และหลีกเลี่ยงสาเหตุ พร้อมทั้งเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่พึงประสงค์

โดยสรุปแล้ว จากความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในด้านวิทยาการต่าง ๆ ของโลกยุคโลกาภิวัตน์ และปัญหาต่างๆ ของประเทศมีความสลับซับซ้อน บุคคลจึงควรมีความรู้และทักษะชีวิต เพื่อให้สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข อาจกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า ทักษะชีวิตเป็นทักษะเพื่อความสุขและความสำเร็จของชีวิต ในประเทศไทยได้มีการปรับเปลี่ยนทักษะชีวิต จัดเป็น 5 กลุ่ม คือ

- ความคิดสร้างสรรค์ ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ เป็นองค์ประกอบร่วมและเป็นพื้นฐานของทุกองค์ประกอบ

- ความตระหนักรู้ในตน และความเห็นใจผู้อื่นเป็นด้านจิตพิสัย และเพิ่มเจตคติอีก 1 คู่ คือ ความภูมิใจในตนเองและความรับผิดชอบต่อสังคม

- และอีก 3 คู่เป็นด้านทักษะพิสัย คือ การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา และการจัดการด้านอารมณ์และความเครียด

ทักษะชีวิตที่กล่าวมาข้างต้น ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตซึ่งจำเป็นต้องมีการปรับตัวเพื่อให้สามารถใช้ชีวิตได้อย่างปกติสุข Havighust (1961 : 257-267) ได้แบ่งช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้นซึ่งถือเป็นช่วงเวลาของนิสิตนักศึกษาระดับอุดมศึกษา กล่าวไว้ว่า เป็นช่วงชีวิตของบุคคลที่มีอายุระหว่าง 18-30 ปี ผู้ที่อยู่ในวัยนี้จะมีภาระงานประจำวัย ซึ่งเป็นงานตามขั้นพัฒนาการ ประกอบด้วย 8 ด้าน ดังนี้ 1) การเลือกคู่ครอง (Selecting mate) 2) การเรียนรู้ที่จะใช้ชีวิตกับคู่สมรส (Learning to live with a marriage partner) 3) การเริ่มต้นสร้างครอบครัว (Starting a family) 4) การเลี้ยงดูเด็ก (Rearing children) 5) การจัดการภายในครอบครัว (Managing a home) 6) การเริ่มต้นในงานอาชีพ (Getting started in an occupation) 7) การมีความรับผิดชอบตามหน้าที่พลเมืองดี (Taking on civic responsibility) และ 8) การแสวงหากลุ่มสังคมที่มีความพอใจคล้ายคลึงกัน (Finding a congenial social group)

แนวความคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต

มนุษย์ทุกคนต้องการชีวิตที่มีความสุข ซึ่งเป็นความรู้สึกพอใจในตนเอง มีความรู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่า มีความหมาย มีสุขภาพอนามัย และสมรรถภาพทางกายที่ดี ปราศจากโรคและความพิการ สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความยุติธรรมและจริยธรรม ไม่เอาเปรียบผู้อื่น

Nicolus (2519 อ้างถึงใน สมจิตต์ และคณะ, 2525: 104) ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตว่า คุณภาพชีวิตของบุคคลประกอบด้วย 2 ส่วน คือ ส่วนแรก บุคคลได้มีสิ่งที่เป็นแก่ความต้องการของชีวิต เช่น อาหาร บ้านเรือน ที่อยู่อาศัย เสื้อผ้า สุขภาพที่แข็งแรง และมีความมั่นคงในชีวิต มีเศรษฐกิจดี สังคมดี สนใจการเมือง ส่วนที่สอง บุคคลมีค่านิยมที่เหมาะสมกับสังคม วัฒนธรรม การเมือง และสิ่งแวดล้อมทางเศรษฐกิจ ซึ่งแต่ละบุคคลใช้เป็นรากฐานการตัดสินใจอันสำคัญของชีวิตมีความสมดุลระหว่างความปรารถนาและความเป็นไปได้ที่จะบรรลุถึงความปรารถนามีจุดมุ่งหมายของชีวิต มีความราบรื่นในครอบครัว

เนก (2531: 134) ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตว่า เป็นความไม่มีโรค ไม่ว่าจะเป็นโรคทางกายและโรคทางจิต ก็เป็นเครื่องบั่นทอนชีวิตในทุกทิศทุกทาง รวมทั้งการดำรงชีวิตในระดับที่

เหมาะสมกับมนุษย์ ตามสภาพความจำเป็นพื้นฐานในสังคม ซึ่งสนองตอบต่อสิ่งที่ต้องการทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม อย่างพอเพียงจนก่อให้เกิดความมีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี (สุนันท์ และคณะ, 2542)

จากความหมายของคุณภาพชีวิตที่กล่าวมาสรุปได้ว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง การดำเนินชีวิตของบุคคลให้มีความสุขสบายทั้งร่างกายและจิตใจตามสมควรแก่อัตภาพ เหมาะสมกับทรัพยากร และสภาพแวดล้อม ไม่เป็นภาระและก่อให้เกิดปัญหาทางสังคม

สิริพรรณ (2540: 6) ได้กล่าวถึงคุณลักษณะของคุณภาพชีวิตที่ดีว่า บุคคลควรมีสุขภาพอนามัยทั้งกายและจิตใจ รู้จักคิดอย่างมีจุดหมายปลายทาง สามารถคาดการณ์ล่วงหน้าได้ สามารถดำเนินการที่ยุ่งยากซับซ้อน ได้ดีกว่าคนที่ไม่มีคุณภาพ ยินดีรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นและสนใจงานของผู้อื่น มีความรู้ความสามารถฝีมือ ทักษะ ความขยันหมั่นเพียร ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีปฏิภาณไหวพริบ และความสามารถในทางสร้างสรรค์ มีความคิดเป็นอิสระของตัวเอง มีเหตุผลที่ถูกต้อง รู้จักคิด ตัดสินใจอย่างมีวิจารณ์ญาณ ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีค่านิยมที่ถูกต้อง รู้จักความต้องการของตนเอง รู้จักเลือกอย่างถูกต้อง โดยเลือกจากข้อเลือกต่างๆ หลายอย่าง เช่น สามารถรู้ถึงแนวทางการทำให้ครอบครัวมีรายได้ดีขึ้น เช่น อาจจะโดยการทำงานเพิ่มมากขึ้น การทำงานอดิเรก การมัธยัสถ์ ความมีเสรีภาพในการคิด เขียน พูดในขอบเขตที่ควรมีตามหลักประชาธิปไตย

องค์ประกอบของการมีคุณภาพชีวิตที่ดีของบุคคล ประกอบด้วยปัจจัยหลัก 2 ประการคือ

1. องค์ประกอบที่สนองตอบต่อความต้องการทางด้านร่างกายของมนุษย์ เป็นปัจจัยพื้นฐานสำหรับการดำรงชีวิต ได้แก่ ปัจจัยสี่ การศึกษา รายได้ การมีงานทำและการบริการสังคม
2. องค์ประกอบที่สนองตอบต่อความต้องการทางจิตใจ การได้รับการตอบสนองทางด้านร่างกายเพียงอย่างเดียว ไม่สามารถทำให้มนุษย์มีคุณภาพที่ดีได้ เนื่องจากมนุษย์ต้องการได้รับการตอบสนองทางจิตใจด้วย ได้แก่ ความรู้สึกพึงพอใจ ความรัก ความมั่นคงปลอดภัย ซึ่งการมีพื้นฐานทางจิตใจที่ดี จะช่วยให้บุคคลมีอารมณ์ดี มีความสุขและความสงบในการดำรงชีวิตส่งผลถึงการมีคุณภาพชีวิตที่ดี

นักศึกษาระดับอุดมศึกษา

การศึกษาระดับอุดมศึกษาเป็นกระบวนการเรียนรู้เพื่อความรู้และความเจริญงอกงามของบุคคลและสังคม จุดมุ่งหมายในการจัดการศึกษาแต่ละระดับมีความแตกต่างกัน ในกระแสการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคโลกาภิวัตน์ อุดมศึกษาไทยจึงต้องปรับเปลี่ยนโดยมุ่งเน้นการเตรียมคนเข้าสู่ภาวะการเปลี่ยนแปลงในโลกอนาคต ทั้งในเชิงการตอบสนองและชี้แนะในระบบเศรษฐกิจและสังคมของทั้งภาครัฐและเอกชน กล่าวได้ว่า อุดมศึกษาในปัจจุบันและอนาคตมีภารกิจที่สำคัญคือ การสร้างองค์ความรู้ และสร้างสังคมให้มีพื้นฐานที่แข็งแกร่ง (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2544: 9-14)

จากการเปลี่ยนแปลงในอุดมศึกษา ทั้งเชิงปรัชญาและสภาพแวดล้อมที่เพิ่มความสลับซับซ้อนขึ้นเป็นอันมาก จรัส สุวรรณเวลา (2545: 54-56) ได้จัดกลุ่มคุณสมบัติของนักศึกษาไว้ดังนี้

1. กลุ่มคุณลักษณะทางวิชาชีพ หมายถึง ความรู้ ความสามารถ ทักษะ เจตคติและจรรยาแห่งวิชาชีพ แต่ละวิชาชีพย่อมมีความแตกต่างกัน
2. กลุ่มความเป็นนักวิชาการ หมายถึง ความสามารถในการหาความรู้เพิ่มเติม และคงความเป็นนักวิชาการไว้ตลอดไป ทั้งนี้ต้องมีนิสัยใฝ่รู้ ในสภาพที่วิทยาการก้าวหน้าและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ความสามารถทางภาษาวิชาการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งภาษาอังกฤษ ความสามารถในการใช้เทคโนโลยีการสื่อสาร สารสนเทศ การใช้วิชาการในทางที่ก่อให้เกิดประโยชน์ ไม่ก่อให้เกิดโทษ หรืออันตรายต่อสังคมและต่อตนเอง
3. กลุ่มกระบวนการคิด ตั้งแต่การมีวิจารณญาณ สามารถตีค่าสิ่งต่างๆ ได้และใช้ ข้อมูลข้อเท็จจริงได้อย่างเหมาะสมและสมเหตุผล เรียกว่าคิดเป็น
4. กลุ่มความสามารถที่จะพัฒนา และปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป มีวิสัยทัศน์และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีนวัตกรรม สามารถสร้างงานของตนเองได้ เรียกว่า ทำเป็น และแก้ปัญหาเป็น
5. กลุ่มความเป็นพลเมืองดีของประเทศ ของภูมิภาคและของโลก โดยมีค่านิยมความเชื่อที่ถูกต้องสมฐานะทั้งด้านสังคมและมนุษยธรรม สามารถยืนหยัดในหลักการเป็นที่พึงของสังคมได้
6. กลุ่มคุณธรรม จริยธรรมตามสมควรแก่ฐานะของผู้ที่ได้รับการศึกษาดี โดยสอดแทรกอยู่ในพฤติกรรมทุกด้านทั้งกาย วาจาและใจ

จากสาระที่ได้ประมวลมานี้ จะเห็นได้ว่า สถาบันอุดมศึกษา ควรมุ่งพัฒนาบัณฑิตอย่างสมดุลทั้งความรู้ความสามารถและความดีงาม เพื่อให้บัณฑิตที่จบจากสถาบันมีความสง่างาม

การจัดการศึกษาคหกรรมศาสตร์: ศาสตร์เพื่อครอบครัวและผู้บริโภค

คหกรรมศาสตร์เป็นสาขาวิชาหนึ่งที่ตอบสนองต่อความต้องการส่วนบุคคลและสังคม เนื่องจากการศึกษาคหกรรมศาสตร์มีเป้าหมายเพื่อสร้างคุณภาพระหว่างครอบครัวและสิ่งแวดล้อมทั้งในระดับจุลภาคและมหภาคโดยพัฒนาผู้เรียนให้เป็นสมาชิกครอบครัวที่มีคุณภาพ สามารถใช้ความรู้ส่งเสริมคุณภาพชีวิตของตนและครอบครัวในชุมชน

ครอบครัว ซึ่งเปรียบเสมือนจุดเริ่มต้นของคนที่ให้คนมีพัฒนาการ ครอบครัวจึงมีความสำคัญในการกำหนดขอบเขต ความต้องการขั้นพื้นฐาน ทักษะคิดและการถ่ายทอดรูปแบบการเรียนรู้ รูปแบบการตอบสนองต่อสภาพแวดล้อม วิธีการคิด ความมีเหตุมีผล และการแสดงออก สถานะของครอบครัวจึงมีส่วนในการพัฒนาของคน คหกรรมศาสตร์เป็นศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติที่เกิดขึ้นจริงมากกว่า เกิดขึ้นจากสูตรหรือ ข้อมูลที่มีอยู่เหมือนดังกับศาสตร์เชิงทฤษฎี อย่างไรก็ตามไม่ได้หมายความว่ากระทำต่างๆ ไม่ได้ประสบความสำเร็จโดยทฤษฎี เพราะแท้จริงแล้วทฤษฎีมีส่วนสำคัญ เพื่อให้เราเข้าใจและรับรู้เกี่ยวกับสิ่งที่กระทำ (Laster and Dohner, 1986a: 39-53)

เนื่องจากพันธกิจคหกรรมศาสตร์มีจุดเน้นที่ครอบครัว ในการหล่อหลอมคนให้สมบูรณ์ผู้สังคม ถือเป็นหน้าที่หลักของงานด้านคหกรรมศาสตร์ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในสถาบันครอบครัว เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงสภาพเศรษฐกิจ การเมือง มีผลต่อคุณลักษณะของสังคมสู่การเปลี่ยนแปลงความคิด อุดมการณ์ ที่กระทบต่อความเข้มแข็งของสถาบันครอบครัว ในแต่ละบริบทแม้เป็นเรื่องเดียวกัน ซึ่งเป็นคุณลักษณะของปัญหาที่เป็นจริง (Practical problems) และต้องใช้เหตุผลที่เป็นจริง (Practical reasoning) ในการแก้ปัญหา ที่ก่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนความคิด อุดมการณ์ ส่งผลต่อคุณลักษณะในสังคมที่ทำให้คงอยู่ได้อย่างสันติสุข (Brown and Paolucci, 1978: 46-47) ในมุมมองของศาสตร์เชิงปฏิบัติ เนื้อหาของคหกรรมศาสตร์เป็นการตรวจสอบความต้องการในชีวิตครอบครัว และความมีเหตุมีผลนำมาใช้พิจารณา เพื่อความถูกต้องมาตรฐานขึ้นอยู่บนพื้นฐานของความมีเหตุผล โดยเฉพาะเนื้อหาที่เป็นการศึกษาที่ยึดติดอยู่กับความหมายของวัตถุประสงค์ ประสิทธิภาพและความสัมพันธ์ของความหมายสู่การกระทำ (Brown, 1981)

ปรัชญา คุณค่าและเป้าหมายของคหกรรมศาสตร์

คหกรรมศาสตร์ เป็นวิทยาการที่มุ่งสร้างครอบครัวให้เป็นหน่วยผลิตและหน่วยบริโภคที่มีประสิทธิภาพ สมาคมคหเศรษฐศาสตร์แห่งสหรัฐอเมริกา ได้กำหนดปรัชญาและวัตถุประสงค์ของคหกรรมศาสตร์ไว้ว่า คหกรรมศาสตร์เป็นศาสตร์ที่ให้ความรู้และบริการขั้นพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงแข็งแรงของชีวิตครอบครัว นอกจากนี้ได้กำหนดปรัชญาไว้ว่า คหกรรมศาสตร์ คือ การศึกษาของบุคคลเกี่ยวกับการดำรงชีวิตของครอบครัวและการพัฒนาสินค้าและบริการที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว การดำเนินการวิจัย เพื่อให้ทราบความต้องการของบุคคลและครอบครัว ที่เปลี่ยนแปลงไป ตามสภาพของสังคม ซึ่งหมายถึงความพึงพอใจในสิ่งที่ต้องการและ ส่งเสริมปรับปรุงสภาพแวดล้อมในชุมชน ประเทศชาติและโลกให้เหมาะสมกับการดำรงชีวิตของครอบครัว (Parker, 1983: 14)

จากปรัชญานี้ Satening St. Marie นายกสมาคมคหเศรษฐศาสตร์แห่งสหรัฐอเมริกาได้เห็นพ้องกับคำจำกัดความของคหกรรมศาสตร์โดยมี Erl. Lemy Vollmy ผู้นำสหพันธ์คหเศรษฐศาสตร์นานาชาติ ที่กล่าวไว้ว่า คหกรรมศาสตร์เป็นศิลปะ และวิทยาศาสตร์ที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตไปข้างหน้าของครอบครัว ซึ่งหมายถึงนักคหกรรมศาสตร์เป็นผู้เกี่ยวข้องกับครอบครัว และเป็นผู้รวมความรู้ทางวิทยาศาสตร์และมนุษยวิทยาเข้าไว้ด้วยกัน เพื่อให้บุคคลสามารถจัดการกับการเปลี่ยนแปลง และการใช้เทคโนโลยีปรับปรุงความเป็นอยู่ให้ดีขึ้น ดังนั้นเนื้อหาของคหกรรมศาสตร์ คือ การสังเคราะห์ และพัฒนาความรู้โดยผู้ทำงาน ทั้งในด้านกายภาพ ชีววิทยา และวิทยาศาสตร์ สังคม ไปพร้อมกับความรู้ทางด้านศิลปะ และมนุษยวิทยาเพื่อปรับปรุงความเป็นอยู่ของครอบครัว (Parker, 1983: 14-16; Phillips, 1962: 1-2) ดังนี้

1. ความสัมพันธ์ของครอบครัวและการพัฒนาการเด็ก
2. เศรษฐศาสตร์ และการบริโภคของบุคคล และความเป็นอยู่ของครอบครัว
3. โภชนาการในเรื่องความต้องการ การเลือก การถนอมรักษา การเตรียมและการใช้อาหาร
4. การออกแบบ การเลือกสรร โครงสร้าง และการดูแลเสื้อผ้า รวมถึงความสำคัญของเสื้อผ้าทางด้านจิตวิทยาและความสำคัญทางสังคม
5. เส้นใยสำหรับเสื้อผ้าและเครื่องใช้ในบ้าน
6. ที่อยู่อาศัยของครอบครัว และอุปกรณ์ เครื่องตกแต่งบ้าน
7. การบูรณาการศิลปะให้เป็นส่วนหนึ่งที่ใช้ในชีวิตประจำวัน

8. การจัดการในการใช้ทรัพยากรอย่างมีคุณค่าและเป้าหมายของบุคคลและครอบครัว หรือ สังคม

9. ความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันและภาพรวมของรูปแบบความรู้ที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงของชีวิตครอบครัว

ดังนั้นคหกรรมศาสตร์ จึงไม่ใช่สาขาวิชาชีพที่ปฏิบัติแต่เฉพาะเรื่องของความเป็นอยู่ของครอบครัวเท่านั้น แต่คหกรรมศาสตร์รวมทุกๆ เรื่องที่กล่าวมา โดยการผสมผสานความรู้ จากหลายๆ สาขาวิชาเข้าด้วยกัน นักคหกรรมศาสตร์จึงมองเห็นภาพรวมในเรื่องการสนับสนุน ครอบครัว และความ เป็นอยู่ของบุคคล

คุณลักษณะของผู้เรียนคหกรรมศาสตร์ในอนาคต

คุณลักษณะของผู้เรียนคหกรรมศาสตร์ในอนาคต จึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ เนื่องจากการผลิต ผู้เรียนให้มีคุณภาพเป็นปัจจัยหนึ่งที่จะช่วยสร้างความแข็งแกร่งทางวิชาการและนำชื่อเสียงมาสู่สถาบัน

1. ด้านความรู้ ควรมีความรู้พื้นฐานทางเทคโนโลยีใหม่ๆ มีความเข้าใจปรัชญาและ จุดมุ่งหมายของคหกรรมศาสตร์ มีความรู้พื้นฐานทางวิชาการดี แสดงศักยภาพของตนให้เป็นที่ ประจักษ์แก่คนทั่วไป มีการเสนองผลงานของตนจากการค้นคว้าทดลองที่มีพื้นฐานทางวิชาการ ทฤษฎีรองรับ

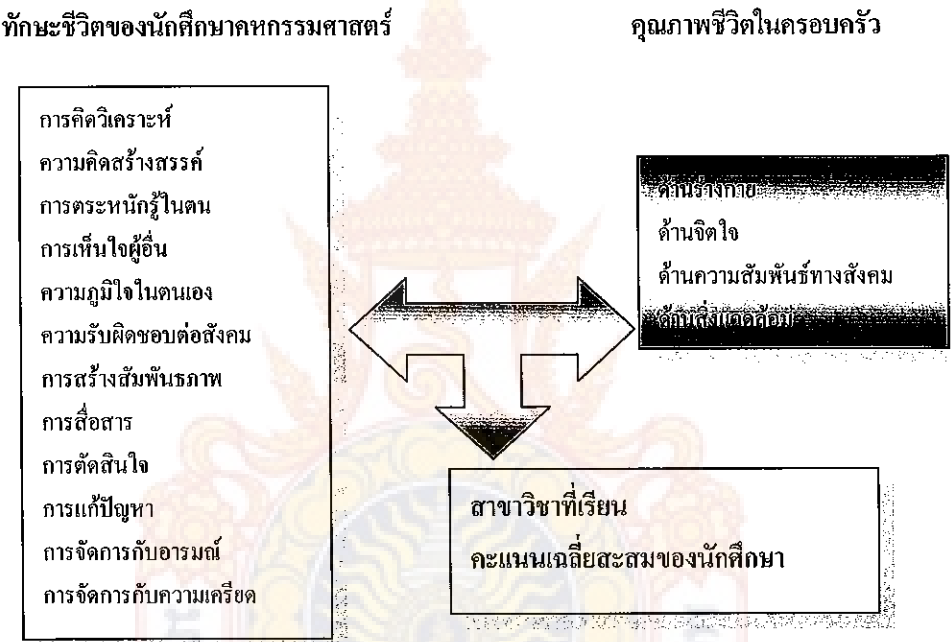
2. ด้านบุคลิกภาพ ควรมีความตั้งใจจริงมีความสุขกับการเรียนและการทำงานคหกรรม ศาสตร์ มีความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น มีความรับผิดชอบ ใฝ่รู้ ค้นหาความรู้และ ข้อมูลข่าวสาร ตลอดเวลา กระตือรือร้น ขยันอดทน มีวิสัยทัศน์ในการทำงาน มีระเบียบวินัย กล้าแสดงออก มีความ ถนัดในวิชาชีพ และมีความเป็นสากล

3. ด้านทักษะ ควรมีทักษะการคิดวิเคราะห์ตนเอง คิดอย่างมีวิจารณญาณและมีเหตุผล คิด อย่างสร้างสรรค์ รู้จักประยุกต์ความรู้ทางทฤษฎีสู่การปฏิบัติ สามารถนำเสนอตนเองและผลงานต่อ ชุมชน สังคม และมีความสามารถในการพูด ฟัง อ่าน เขียน ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ

4. ด้านทัศนคติ ควรมีทัศนคติทางบวก มีความภาคภูมิใจ มีเป้าหมายในวิชาชีพ ตั้งใจที่จะ เรียนคหกรรมศาสตร์จริงๆ ซึ่งจะสะท้อนภาพทางบวกต่อวิชาชีพคหกรรมศาสตร์

จากแนวคิดในด้านทักษะชีวิต และคุณภาพชีวิต ผู้จัดการศึกษาคหกรรมศาสตร์ : ศาสตร์ เพื่อครอบครัวและผู้บริโภค เป็นแนวทางเพื่อนำไปสู่การศึกษาวิจัย การเปรียบเทียบทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ระดับปริญญาตรี โดยทำการเปรียบเทียบทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตของนักศึกษาในแต่ละกลุ่มสาขาวิชา เพื่อนำผลที่ได้ไปใช้ในการหาแนวทางพัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างทักษะชีวิต และคุณภาพชีวิตให้สอดคล้องกับยุทธศาสตร์การพัฒนาคณะและสังคมที่มีคุณภาพ เพื่อให้สังคมเข้มแข็งยิ่งขึ้นไป

กรอบแนวความคิด



สมมติฐานในการวิจัย

สาขาวิชาที่เรียน และคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพที่แตกต่างกันทำให้ทักษะชีวิตของนักศึกษาแตกต่างกัน

สาขาวิชาที่เรียน และคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพที่แตกต่างกันทำให้คุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาแตกต่างกัน

บทที่ 3

วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เพื่อศึกษาการเปรียบเทียบระหว่างทักษะชีวิตกับคุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาเกษตรศาสตร มหาวิทาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็น นักศึกษาเกษตรศาสตรระดับปริญญาตรี มหาวิทาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ปีการศึกษา 2550 จำนวน 1,669 คน (สำนักทะเบียนและวัดผล, 2550)

กลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ได้ทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาคณะเทคโนโลยีเกษตรศาสตร มหาวิทาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ โดยใช้ขนาดกลุ่มตัวอย่างตามตาราง Determining Sampling Size From a Given Population ของ Krejcie and Morgan (1970 อ้างถึงใน สุภาพ, 2549) ซึ่งกำหนดไว้เป็นจำนวน 300 คน ในงานวิจัยได้สุ่มกลุ่มตัวอย่างมาจากประชากรโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage sampling) ได้กลุ่มตัวอย่างรวม 300 คน ซึ่งดำเนินการดังนี้

1. สุ่มนักศึกษาจากคณะเทคโนโลยีเกษตรศาสตร พื้นที่เทคนิคกรุงเทพฯและพระนครได้ ซึ่งมีจำนวน 3 กลุ่มสาขาวิชาด้วยวิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยแบ่งนักศึกษาออกเป็นกลุ่มสาขาใหญ่ๆ ดังนี้ สาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ และสาขาวิชาเกษตรศาสตร

2. สุ่มกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาแต่ละสาขาวิชาละ 100 คน โดยวิธีการสุ่มแบบบังเอิญ (Accidental Sampling) ดังนั้นในแต่ละสาขาวิชาจะมีนักศึกษา จำนวน 100 คน รวม 300 คน ดังนี้

2.1 สาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย โดยมีนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 รวมทั้งสิ้น 100 คน

2.2 สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ โดยมีนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 รวมทั้งสิ้น 100 คน

2.3 สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ โดยมีนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 รวมทั้งสิ้น 100 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบสอบถาม โดยแบ่งเป็น 3 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของนักศึกษา เป็นแบบสอบถามให้เลือกตอบ (Check List) ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรสของบิดามารดา สำหรับแบบสอบถามปลายเปิด ได้แก่ ผลการเรียนรู้เฉลี่ย ชั้นปีที่กำลังศึกษา สาขาวิชา

ตอนที่ 2 ทักษะชีวิตของกรมสุขภาพจิต ประกอบด้วยองค์ประกอบ 12 ด้าน คือ การคิดวิเคราะห์ ความคิดสร้างสรรค์ การตระหนักรู้ในตน ความเห็นใจผู้อื่น ความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร การตัดสินใจและการแก้ปัญหา และการจัดการอารมณ์และความเครียด มีคำถามทั้งหมดรวม 120 ข้อ ดังนี้

ทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์ มีองค์ประกอบของข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ ซึ่งมีคำถามนิเสธ 3 ข้อ คือ ลำดับที่ 5, 6 และ 10 ของแบบสอบถาม

ทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ มีองค์ประกอบของข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ ซึ่งมีคำถามนิเสธ 3 ข้อ คือ ลำดับที่ 13, 15 และ 17 ของแบบสอบถาม

ทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตน มีองค์ประกอบของข้อคำถาม จำนวน 12 ข้อ ซึ่งมีคำถามนิเสธ 1 ข้อ คือ ลำดับที่ 25 ของแบบสอบถาม

ทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่น มีองค์ประกอบของข้อคำถาม จำนวน 14 ข้อ ซึ่งมีคำถาม
 นิเสธ 4 ข้อ คือ ลำดับที่ 36, 41, 43 และ 46 ของแบบสอบถาม

ทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเอง มีองค์ประกอบของข้อคำถาม จำนวน 14 ข้อ ซึ่งมี
 คำถามนิเสธ 5 ข้อ คือ ลำดับที่ 47, 49, 51, 59 และ 60 ของแบบสอบถาม

ทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคม มีองค์ประกอบของข้อคำถาม จำนวน 14 ข้อ ซึ่งมี
 คำถามนิเสธ 4 ข้อ คือ ลำดับที่ 64, 65, 73, และ 74 ของแบบสอบถาม

ทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร มีองค์ประกอบของข้อคำถาม จำนวน 17
 ข้อ ซึ่งมีคำถามนิเสธ 6 ข้อ คือ ลำดับที่ 81, 82, 84, 86, 87 และ 89 ของแบบสอบถาม

ทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหา มีองค์ประกอบของข้อคำถาม จำนวน 17 ข้อ ซึ่ง
 มีคำถามนิเสธ 7 ข้อ คือ ลำดับที่ 94, 95, 97, 99, 100, 104 และ 106 ของแบบสอบถาม

ทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด มีองค์ประกอบของข้อคำถาม จำนวน 12 ข้อ
 ซึ่งมีคำถามนิเสธ 3 ข้อ คือ ลำดับที่ 114, 117 และ 120 ของแบบสอบถาม

ลักษณะของแบบสอบถามตอนนี้ เป็นคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale)
 3 ระดับ โดยกำหนดค่าดังนี้

- 3 หมายถึง จริง
- 2 หมายถึง ค่อนข้างจริง
- 1 หมายถึง ไม่จริง

ตอนที่ 3 คุณภาพชีวิตในครอบครัวของนายแพทย์สุวัฒน์ มหัตถินันดรกุลและคณะ (2545)
 คุณภาพชีวิตแบ่งเป็น 4 ด้าน คือ ด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้าน
 สิ่งแวดล้อม มีคำถามทั้งหมดรวม 24 ข้อ ดังนี้

คุณภาพชีวิตในครอบครัวด้านสุขภาพกาย มีองค์ประกอบของข้อคำถาม จำนวน 7 ข้อ ซึ่งมีคำถามนิเสธจำนวน 2 ข้อ คือ ลำดับที่ 2 และ 11 ของแบบสอบถาม

คุณภาพชีวิตในครอบครัวด้านจิตใจ มีองค์ประกอบของข้อคำถาม จำนวน 6 ข้อ ซึ่งมีคำถามนิเสธจำนวน 1 ข้อ คือ ลำดับที่ 9 ของแบบสอบถาม

คุณภาพชีวิตในครอบครัวด้านสัมพันธภาพทางสังคม มีองค์ประกอบของข้อคำถาม จำนวน 3 ข้อ

คุณภาพชีวิตในครอบครัวด้านสิ่งแวดล้อม มีองค์ประกอบของข้อคำถาม จำนวน 8 ข้อ

ลักษณะของแบบสอบถามตอนนี้ เป็นคำถามแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยกำหนดค่าดังนี้

- 5 หมายถึง มากที่สุด
- 4 หมายถึง มาก
- 3 หมายถึง ปานกลาง
- 2 หมายถึง น้อย
- 1 หมายถึง น้อยที่สุด

2. การทดสอบเครื่องมือ ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

2.1 นำแบบสอบถามไปทดสอบกับนักศึกษาคณะบริหารธุรกิจ ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน แล้วนำมาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่นโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป เพื่อหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของ Cronbach (Alpha Coefficient) (อ้างถึงใน สุภาพ, 2549) แบบสอบถามตอนที่ 2 เรื่องทักษะชีวิต ได้ค่าความเชื่อมั่น .92 และแบบสอบถามตอนที่ 3 เรื่องคุณภาพชีวิตในครอบครัวได้ค่าความเชื่อมั่น .87 ซึ่งแสดงว่าแบบสอบถามฉบับนี้มีความเชื่อมั่นอยู่ในระดับสูง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการศึกษาี้ ผู้วิจัยดำเนินการแจกแบบสอบถามด้วยตนเอง ในช่วงเดือน มิถุนายน พ.ศ. 2551

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ประมวลข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การสำรวจข้อมูลพื้นฐาน ใช้วิธีพรรณนาประกอบตาราง แสดงค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ย
2. วิเคราะห์ระดับทักษะชีวิตของนักศึกษาเกษตรศาสตร์มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ทั้ง 12 ด้านได้แก่ การคิดวิเคราะห์ ความคิดสร้างสรรค์ การตระหนักรู้ในตน ความเห็นใจผู้อื่น ความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร การตัดสินใจและการแก้ปัญหา การจัดการอารมณ์และความเครียด โดยแสดงค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ซึ่งมีการกำหนดคะแนนคำตอบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ได้กำหนดไว้ดังนี้

คำถามเชิงบวกให้คะแนนดังต่อไปนี้

- 3 หมายถึง จริง
- 2 หมายถึง ค่อนข้างจริง
- 1 หมายถึง ไม่จริง

คำถามเชิงลบให้คะแนนดังต่อไปนี้

- 3 หมายถึง ไม่จริง
- 2 หมายถึง ค่อนข้างจริง
- 1 หมายถึง จริง

เกณฑ์รายละเอียดเกี่ยวกับการวิเคราะห์ทักษะชีวิตรายบุคคล พิจารณาจากเกณฑ์ปกติ (Norms) ของแบบประเมินทักษะชีวิต ซึ่ง ประวิตและนุชานา (2545) ได้กำหนดไว้ดังนี้

ตารางที่ 1 เกณฑ์การวิเคราะห์ทักษะชีวิตรายบุคคล

องค์ประกอบทักษะชีวิตในกรอบครัว	ต่ำกว่าปกติ		ปกติ		สูงกว่าปกติ	
	คะแนน ดิบ	คะแนน ที่ปกติ	คะแนนดิบ	คะแนน ที่ปกติ	คะแนน ดิบ	คะแนน ที่ปกติ
การคิดวิเคราะห์	< 21	< 41	21 – 25	41 – 59	> 25	> 59
ความคิดสร้างสรรค์	< 16	< 41	16 – 20	41 – 59	> 20	> 59
การตระหนักรู้ในตน	< 25	< 41	25 – 30	41 – 59	> 30	> 59
ความเห็นใจผู้อื่น	< 33	< 41	33 – 39	41 – 59	> 39	> 59
ความภูมิใจในตนเอง	< 30	< 42	30 – 35	42 – 58	> 35	> 58
ความรับผิดชอบต่อสังคม	< 34	< 42	34 – 39	42 – 58	> 39	> 58
การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร	< 34	< 42	34 – 41	42 – 58	> 41	> 58
การตัดสินใจและการแก้ปัญหา	< 35	< 41	35 – 42	41 – 59	> 42	> 59
การจัดการอารมณ์และความเครียด	< 22	< 42	22 – 28	42 – 58	> 28	> 58
รวมทั้งหมด	< 269	< 40	269 – 314	40 – 60	> 314	> 60

ที่มา: ประวิตและนุชานา (2545)

เกณฑ์รายละเอียดเกี่ยวกับการวิเคราะห์ทักษะชีวิต พิจารณาจาก Mid Point ซึ่ง ชูศรี (2541) ได้กำหนดไว้ดังนี้

ระดับทักษะชีวิตสูงกว่าปกติ	2.51 – 3.00
ระดับทักษะชีวิตปกติ	1.51 – 2.50
ระดับทักษะชีวิตต่ำกว่าปกติ	1.00 – 1.50

3. วิเคราะห์ระดับคุณภาพชีวิตในกรอบครัวของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ทั้ง 4 ด้านได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม โดยแสดงค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ซึ่งมีการกำหนดคะแนนคำตอบเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ได้กำหนดไว้ดังนี้

คำถามเชิงบวกให้คะแนนดังต่อไปนี้

- 5 หมายถึง มากที่สุด
- 4 หมายถึง มาก
- 3 หมายถึง ปานกลาง
- 2 หมายถึง น้อย
- 1 หมายถึง น้อยที่สุด

คำถามเชิงลบให้คะแนนดังต่อไปนี้

- 5 หมายถึง น้อยที่สุด
- 4 หมายถึง น้อย
- 3 หมายถึง ปานกลาง
- 2 หมายถึง มาก
- 1 หมายถึง มากที่สุด

เกณฑ์รายละเอียดเกี่ยวกับการวิเคราะห์คุณภาพชีวิตในครอบครัวรายบุคคล พิจารณาจากเกณฑ์ปกติ (Norms) ของแบบเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิต ซึ่ง สุวัฒน์ และคณะ (2545) ได้กำหนดไว้ดังนี้

ตารางที่ 2 เกณฑ์การวิเคราะห์คุณภาพชีวิตรายบุคคล

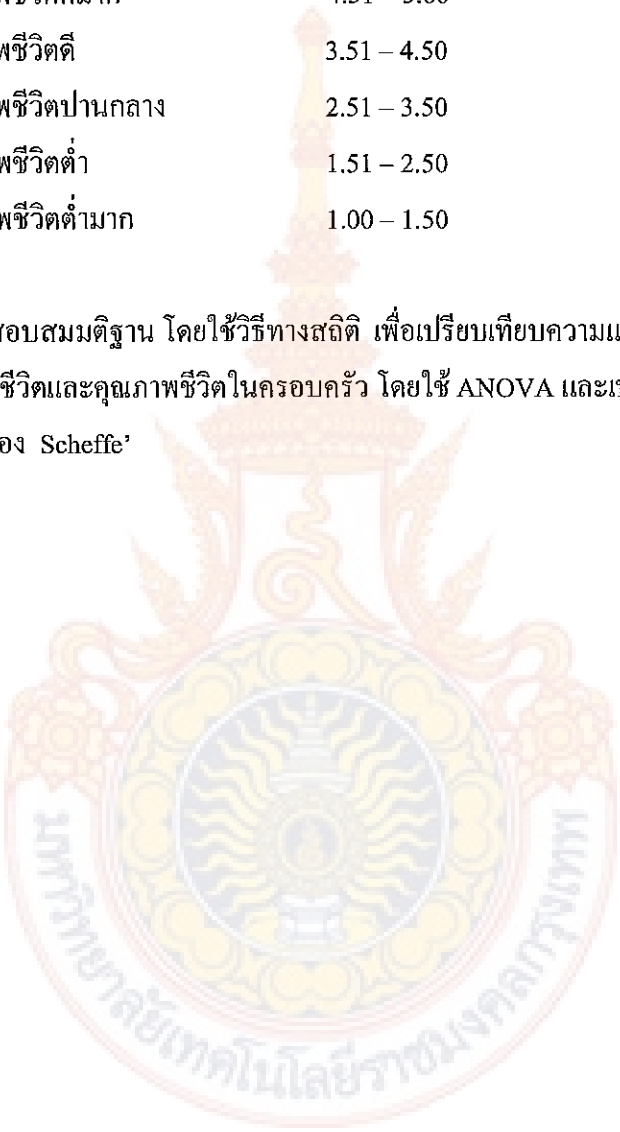
องค์ประกอบ	คุณภาพชีวิตไม่ดี	คุณภาพชีวิต กลางๆ	คุณภาพชีวิตที่ดี
ด้านสุขภาพกาย	7 – 16	17 – 26	27 – 35
ด้านจิตใจ	6 – 14	15 – 22	23 – 30
ด้านสัมพันธภาพทางสังคม	3 – 7	8 – 11	12 – 15
ด้านสิ่งแวดล้อม	8 - 18	19 - 29	30 - 40
คุณภาพชีวิตโดยรวม	26 - 60	61 - 95	96 - 130

ที่มา: สุวัฒน์ และคณะ (2545)

เกณฑ์รายละเอียดเกี่ยวกับการวิเคราะห์คุณภาพชีวิตตามสภาวะของคุณภาพชีวิต พิจารณาจาก Mid Point ซึ่ง ชูศรี (2541) ได้กำหนดไว้ดังนี้

ระดับคุณภาพชีวิตดีมาก	4.51 – 5.00
ระดับคุณภาพชีวิตดี	3.51 – 4.50
ระดับคุณภาพชีวิตปานกลาง	2.51 – 3.50
ระดับคุณภาพชีวิตต่ำ	1.51 – 2.50
ระดับคุณภาพชีวิตต่ำมาก	1.00 – 1.50

4. การทดสอบสมมติฐาน โดยใช้วิธีทางสถิติ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของแต่ละกลุ่มด้านทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตในครอบครัว โดยใช้ ANOVA และเปรียบเทียบความแตกต่างภายหลังด้วยวิธีการของ Scheffe’



บทที่ 4

ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์

ผลการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างทักษะชีวิตกับคุณภาพชีวิตในครอบครัวของ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ โดยมีองค์ประกอบของทักษะชีวิต ที่พิจารณา คือ การคิดวิเคราะห์ ความคิดสร้างสรรค์ การตระหนักรู้ในตน ความเห็นใจผู้อื่น ความ ภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร การตัดสินใจและ การแก้ปัญหา และการจัดการอารมณ์และความเครียด เป็นตัวแปรต้น ส่วนตัวแปรตามหรือตัวแปร เกณฑ์ คือคุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษา ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม ในบทนี้จะนำเสนอผลการวิจัย ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กรุงเทพ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรสของบิดามารดา ผลการเรียนเฉลี่ย ชั้นปี และสาขาวิชา

ตอนที่ 2 องค์ประกอบทักษะชีวิตด้านต่าง ๆ รวม 12 ด้าน คือ การคิดวิเคราะห์ ความคิด สร้างสรรค์ การตระหนักรู้ในตน ความเห็นใจผู้อื่น ความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อ สังคม การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร การตัดสินใจและการแก้ปัญหา การจัดการอารมณ์และ ความเครียด

ตอนที่ 3 ระดับคุณภาพชีวิตในครอบครัวในด้านต่าง ๆ รวม 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม

ตอนที่ 4 การศึกษาเปรียบเทียบระหว่างทักษะชีวิต กับคุณภาพชีวิตในครอบครัว ของ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพตามกลุ่มสาขาวิชา

ตอนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของนักศึกษา

ในการวิจัยครั้งนี้ได้ศึกษาลักษณะทั่วไปของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ จำนวน 300 คน เกี่ยวกับ เพศ อายุ สถานภาพสมรสของบิดามารดา ผลการเรียนเฉลี่ย ชั้นปีที่ศึกษา และสาขาวิชาที่เรียน ผลการวิเคราะห์ดังนี้

เพศ

นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ที่ได้รับเลือกมาเป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดนี้เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย 258 คน กล่าวคือ เกือบทั้งหมดเป็นผู้หญิง คือ ร้อยละ 86.0 ที่เหลือประมาณ 42 คนเป็นเพศชาย คือ ร้อยละ 14.0

อายุ

นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ ที่ได้รับเลือกมาเป็นกลุ่มตัวอย่าง มีอายุตั้งแต่ 16-28 ปี อายุเฉลี่ย 19.94 ปี นักศึกษาเกือบครึ่งมีอายุระหว่าง 20-21 ปี คือ 138 คน ร้อยละ 46.0 รองลงมานักศึกษามีอายุน้อยกว่า 19 ปี คือ 75 คน ร้อยละ 41.7 ที่เหลืออีก 37 คน ร้อยละ 12.3 มีอายุ 22 ปีขึ้นไป

สถานภาพสมรสของบิดามารดา

บิดามารดาของนักศึกษาส่วนใหญ่อยู่ร่วมกัน คือ 214 คน ร้อยละ 71.3 รองลงมาบิดาถึงแก่กรรม และ บิดาและมารดาหย่าร้างกัน ในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน คือ 24, 23 คน คิดเป็นร้อยละ 8.0 และ ร้อยละ 7.7 ที่เหลือบิดาและมารดาถึงแก่กรรม บิดามารดาแยกกันอยู่โดยมิได้หย่าร้างกัน และ มารดาถึงแก่กรรมในสัดส่วนลดหลั่นกัน คือ 18, 15, 6 คน คิดเป็นร้อยละ 6.0, 5.0 และร้อยละ 2.0 ตามลำดับ

ผลการเรียนเฉลี่ย

นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ ที่ได้รับเลือกมาเป็นกลุ่มตัวอย่าง มีผลการเรียนเฉลี่ยตั้งแต่ 1.75 – 4.00 ค่าเฉลี่ยของผลการเรียนเฉลี่ย คือ 2.78 นักศึกษา 103 คน ประมาณหนึ่งในสามมีผลการเรียนอยู่ในระดับปานกลางถึงดี เฉลี่ย 2.50 – 2.99 ร้อยละ 34.3 โดยนักศึกษามีจำนวน 84 คน ร้อยละ 28.0 มีผลการ

เรียนอยู่ในระดับดีเฉลี่ย 3.00 – 3.49 และนักศึกษาจำนวน 81 คน ร้อยละ 27.0 มีผลการเรียนอยู่ในระดับปานกลางเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.49 ถัดมานักศึกษาจำนวน 26 คน ร้อยละ 8.7 มีผลการเรียนอยู่ในระดับดีมากเฉลี่ยมากกว่า 3.5 ขึ้นไป และ นอกจากนี้มีนักศึกษาเพียงร้อยละ 2.0 จำนวน 6 คน มีผลการเรียนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00

ชั้นปีที่กำลังศึกษา

นักศึกษาที่ได้รับเลือกมาเป็นกลุ่มตัวอย่าง ในแต่ละชั้นปีมีสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน โดยศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 3 ชั้นปีที่ 1 และ ชั้นปีที่ 4 จำนวน 87, 74, 70, 69 คน คือ ร้อยละ 29.0, 24.7, 23.3 และร้อยละ 23.0 ตามลำดับ

สาขาวิชาที่กำลังศึกษา

นักศึกษาที่ได้รับเลือกมาเป็นกลุ่มตัวอย่าง ในแต่ละสาขาวิชามีสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มสาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย กลุ่มสาขาวิชาทางด้านอาหารและโภชนาการ และกลุ่มสาขาวิชาทางด้านคหกรรมศาสตร์ จำนวนสาขาวิชาละ 100 คน รวม 300 คน คือ ร้อยละ 33.3 ในแต่ละสาขาวิชา (ดังตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 ลักษณะทั่วไปของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์

(n= 300)

ลักษณะทั่วไป		จำนวน	ร้อยละ
เพศ			
	ชาย	42	14.0
	หญิง	258	86.0
อายุ			
	ต่ำกว่า 19 ปี	75	41.7
	20 – 21 ปี	138	46.0
	22 ปี ขึ้นไป	37	12.3
$\bar{x}$ = 19.94			
Minimum = 16			
Maximum = 28			
สถานภาพสมรสของบิดามารดา			
	บิดาและมารดาอยู่ร่วมกัน	214	71.3
	บิดาและมารดาหย่าร้างกัน	23	7.7
	บิดาถึงแก่กรรม	24	8.0
	มารดาถึงแก่กรรม	6	2.0
	บิดาและมารดาถึงแก่กรรม	18	6.0
	บิดาและมารดาแยกกันอยู่โดยมิได้หย่าร้างกัน	15	5.0
ผลการเรียนเฉลี่ย			
	ต่ำกว่า 2.00	6	2.0
	2.00 – 2.49	81	27.0
	2.50 – 2.99	103	34.3
	3.00 – 3.49	84	28.0
	3.50 ขึ้นไป	26	8.7
$\bar{x}$ = 2.78			
Minimum = 1.75			
Maximum = 4.00			

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ลักษณะทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
ชั้นปีที่กำลังศึกษา		
ชั้นปีที่ 1	70	23.3
ชั้นปีที่ 2	87	29.0
ชั้นปีที่ 3	74	24.7
ชั้นปีที่ 4	69	23.0
สาขาวิชาที่ศึกษา		
กลุ่มสาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย	100	33.3
กลุ่มสาขาวิชาทางด้านอาหารและโภชนาการ	100	33.3
กลุ่มสาขาวิชาทางด้านคหกรรมศาสตร์	100	33.3
รวม	300	100.0

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ทักษะชีวิต

การวิเคราะห์ทักษะชีวิต เป็นการวิเคราะห์รายบุคคลและ การวิเคราะห์รายด้านดังนี้

การวิเคราะห์ทักษะชีวิต: การวิเคราะห์รายบุคคล

การวิเคราะห์ทักษะชีวิตเป็นรายบุคคล โดยพิจารณาระดับทักษะชีวิตจากผลรวมของคะแนน ทักษะชีวิตในแต่ละด้านทั้ง 9 ด้าน และพิจารณาทักษะชีวิตโดยภาพรวม แบ่งเกณฑ์ในการประเมินระดับ ทักษะชีวิตออกเป็น 3 ระดับ คือ ระดับต่ำกว่าปกติ ระดับปกติ และระดับสูงกว่าปกติ ตามหลักเกณฑ์ การประเมินทักษะชีวิตของประวิต และนุชานา (2545ค) ดังเกณฑ์ที่ระบุในบทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ ข้อมูลมีดังนี้ (ตารางที่ 4)

ทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์ พบว่า นักศึกษาเกือบครึ่ง (48.3%) มีทักษะชีวิตด้านการคิด วิเคราะห์อยู่ในระดับปกติ รองลงมา (34.8%) มีทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ และอีกเพียงร้อยละ 16.9 ทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์อยู่ในระดับสูงกว่าปกติ

ทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ พบว่า นักศึกษามากกว่าสามในห้าเล็กน้อย (61.0%) มีทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์อยู่ในระดับสูงกว่าปกติ รองลงมาร้อยละ 35.2 มีทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์อยู่ในระดับปกติ ส่วนนักศึกษาที่มีทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติมีเพียงร้อยละ 3.8

ทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตน พบว่า ครึ่งหนึ่งของนักศึกษา (50.0%) มีทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนอยู่ในระดับปกติ รองลงมานักศึกษาหนึ่งในสี่ (25.4%) มีทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ และเกือบหนึ่งในสี่ (24.6%) มีทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ

ทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่น พบว่า นักศึกษาเกือบสองในสาม (62.3%) มีทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่นอยู่ในระดับปกติ รองลงมาร้อยละ 26.0 มีทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่นอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ ส่วนนักศึกษาที่มีทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่นอยู่ในระดับสูงกว่าปกติมีเพียงร้อยละ 11.7

ทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเอง พบว่า นักศึกษาสองในห้า (40.8%) มีทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับปกติ รองลงมาอีกหนึ่งในสาม (33.6%) มีทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ และนักศึกษาระมาณหนึ่งในสี่ (25.6%) มีทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ

ทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคม พบว่า นักศึกษาร้อยละ 47.7 มีทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคมอยู่ในระดับปกติ รองลงมาร้อยละ 44.2 มีทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคมอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ ส่วนนักศึกษาที่มีทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคมอยู่ในระดับสูงกว่าปกติมีเพียงร้อยละ 8.1

ทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร พบว่า นักศึกษามากกว่าครึ่งเล็กน้อย (55.0%) มีทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารอยู่ในระดับปกติ รองลงมาร้อยละ 26.9 มีทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ ส่วนนักศึกษาที่มีทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารอยู่ในระดับสูงกว่าปกติมีเพียงร้อยละ 18.1

ทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจและแก้ปัญหา พบว่า นักศึกษามากกว่าครึ่งเล็กน้อย (55.8%) มีทักษะชีวิต ด้านการตัดสินใจและแก้ปัญหา อยู่ในระดับปกติ รองลงมาเกือบหนึ่งในสาม (31.9%) มีทักษะชีวิต ด้านการตัดสินใจและแก้ปัญหา อยู่ในระดับสูงกว่าปกติ และอีกเพียงร้อยละ 12.3 ที่มีทักษะชีวิต ด้านการตัดสินใจและแก้ปัญหา อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ

ทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด พบว่า นักศึกษาเกือบสองในห้า (58.3%) มีทักษะชีวิต ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด อยู่ในระดับปกติ รองลงมาร้อยละ 23.1 มีทักษะชีวิต ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ และอีกร้อยละ 18.6 ที่มีทักษะชีวิต ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ

ทักษะชีวิตโดยภาพรวม พบว่า นักศึกษาเกือบสองในสาม (61.9%) มีทักษะชีวิต โดยภาพรวม อยู่ในระดับปกติ รองลงมาประมาณหนึ่งในสาม (34.2%) มีทักษะชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ และอีกเพียงร้อยละ 3.9 ที่มีทักษะชีวิตโดยภาพรวม อยู่ในระดับสูงกว่าปกติ (ตารางที่ 4)



ตารางที่ 4 ทักษะชีวิตของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ
พิจารณาเป็นรายบุคคล

(n = 300)			
ผลรวมข้อ	ด้านทักษะชีวิต	จำนวน(คน)	ร้อยละ
1 – 10	ด้านการคิดวิเคราะห์		
	- ระดับต่ำกว่าปกติ (ช่วงคะแนน 0 - 20)	104	34.8
	- ระดับปกติ (ช่วงคะแนน 21 - 25)	145	48.3
	- ระดับสูงกว่าปกติ (มากกว่า 25 คะแนนขึ้นไป)	51	16.9
	รวม	300	100.0
11 - 20	ด้านความคิดสร้างสรรค์		
	- ระดับต่ำกว่าปกติ (ช่วงคะแนน 0 - 15)	11	3.8
	- ระดับปกติ (ช่วงคะแนน 16 - 20)	106	35.2
	- ระดับสูงกว่าปกติ (มากกว่า 20 คะแนนขึ้นไป)	183	61.0
	รวม	300	100.0
21 - 32	ด้านการตระหนักรู้ในตน		
	- ระดับต่ำกว่าปกติ (ช่วงคะแนน 0 - 24)	74	24.6
	- ระดับปกติ (ช่วงคะแนน 25 - 30)	150	50.0
	- ระดับสูงกว่าปกติ (มากกว่า 30 คะแนนขึ้นไป)	76	25.4
	รวม	300	100.0
33 – 46	ด้านความเห็นใจผู้อื่น		
	- ระดับต่ำกว่าปกติ (ช่วงคะแนน 0 - 32)	78	26.0
	- ระดับปกติ (ช่วงคะแนน 33 - 39)	187	62.3
	- ระดับสูงกว่าปกติ (มากกว่า 39 คะแนนขึ้นไป)	35	11.7
	รวม	300	100.0
47 – 60	ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง		
	- ระดับต่ำกว่าปกติ (ช่วงคะแนน 0 - 29)	77	25.6
	- ระดับปกติ (ช่วงคะแนน 30 - 35)	122	40.8
	- ระดับสูงกว่าปกติ (มากกว่า 35 คะแนนขึ้นไป)	101	33.6
	รวม	300	100.0

ตารางที่ 4 (ต่อ)

(n = 300)			
ผลรวมข้อ	ด้านทักษะชีวิต	จำนวน(คน)	ร้อยละ
61 – 74	ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม		
	- ระดับต่ำกว่าปกติ (ช่วงคะแนน 0 - 33)	133	44.2
	- ระดับปกติ (ช่วงคะแนน 34 - 39)	143	47.7
	- ระดับสูงกว่าปกติ (มากกว่า 39 คะแนนขึ้นไป)	24	8.1
	รวม	300	100.0
75 – 91	ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร		
	- ระดับต่ำกว่าปกติ (ช่วงคะแนน 0 - 33)	81	26.9
	- ระดับปกติ (ช่วงคะแนน 34 - 41)	165	55.0
	- ระดับสูงกว่าปกติ (มากกว่า 41 คะแนนขึ้นไป)	54	18.1
	รวม	300	100.0
92 - 108	ด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหา		
	- ระดับต่ำกว่าปกติ (ช่วงคะแนน 0 - 34)	37	12.3
	- ระดับปกติ (ช่วงคะแนน 35 - 42)	167	55.8
	- ระดับสูงกว่าปกติ (มากกว่า 42 คะแนนขึ้นไป)	96	31.9
	รวม	300	100.0
109 - 120	ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด		
	- ระดับต่ำกว่าปกติ (ช่วงคะแนน 0 – 21)	69	23.1
	- ระดับปกติ (ช่วงคะแนน 22- 28)	175	58.3
	- ระดับสูงกว่าปกติ (มากกว่า 28 คะแนนขึ้นไป)	56	18.6
	รวม	300	100.0
1 - 120	ทักษะชีวิตโดยภาพรวม		
	- ระดับต่ำกว่าปกติ (ช่วงคะแนน 0 – 268)	103	34.2
	- ระดับปกติ (ช่วงคะแนน 269- 314)	186	61.9
	- ระดับสูงกว่าปกติ (มากกว่า 314 คะแนนขึ้นไป)	12	3.9
	รวม	300	100.0

การวิเคราะห์รายละเอียดเกี่ยวกับทักษะชีวิต

ผลการวิเคราะห์รายละเอียดเกี่ยวกับทักษะชีวิตตามสาระของทักษะชีวิต พบว่านักศึกษาห-
กกรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มีทักษะชีวิตโดยภาพรวม อยู่ในระดับปกติ
โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.23 จาก 3 ระดับคะแนน

เมื่อพิจารณาทักษะชีวิตรายด้าน พบว่านักศึกษาห-
กกรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มีทักษะชีวิต ด้านความรับผิดชอบต่อสังคมมากที่สุด ($\bar{x} = 2.39$) รองลงมา คือ ด้าน
ความเห็นใจผู้อื่น การตระหนักรู้ในตน ความภาคภูมิใจในตนเอง การตัดสินใจและการแก้ปัญหา การ
สร้างสัมพันธ์ภาพและการสื่อสาร การคิดวิเคราะห์ ความคิดสร้างสรรค์ และการจัดการอารมณ์และ
ความเครียด อยู่ในระดับปกติ ($\bar{x} = 2.37, 2.29, 2.26, 2.19, 2.16, 2.15, 2.09$ และ 2.06 เรียงตามลำดับ)
(ตารางที่ 5)

ตารางที่ 5 ทักษะชีวิตโดยภาพรวม

(n = 300)			
ลำดับที่	ทักษะชีวิต	$\bar{x}$	SD.
1.	ความรับผิดชอบต่อสังคม	2.39	.32
2.	ความเห็นใจผู้อื่น	2.37	.30
3.	การตระหนักรู้ในตน	2.29	.30
4.	ความภาคภูมิใจในตนเอง	2.26	.27
5.	การตัดสินใจและการแก้ปัญหา	2.19	.23
6.	การสร้างสัมพันธ์ภาพและการสื่อสาร	2.16	.25
7.	การคิดวิเคราะห์	2.15	.28
8.	ความคิดสร้างสรรค์	2.09	.24
9.	การจัดการอารมณ์และความเครียด	2.06	.28
ทักษะชีวิต โดยภาพรวม		2.23	.19

ด้านการคิดวิเคราะห์

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิต ด้านการคิดวิเคราะห์ อยู่ในระดับปกติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.15 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิต ด้านการคิดวิเคราะห์ซึ่งมีทั้งสิ้น 10 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์อยู่ในระดับปกติทั้ง 10 ข้อ เรียงตามลำดับดังนี้ (ตารางที่ 6)

ชอบคิดวางแผนก่อนที่จะทำสิ่งใด ($\bar{x} = 2.29$) บอกได้ว่าการกระทำดีหรือไม่ดี ($\bar{x} = 2.27$) ชอบคิดคาดการณ์สิ่งต่าง ๆ ล่วงหน้า ($\bar{x} = 2.26$) เมื่อพบปัญหาจะพยายามคิดหาสาเหตุ ($\bar{x} = 2.25$) มักจะมองอะไรหลาย ๆ แง่มุม ($\bar{x} = 2.23$) ไม่ค่อยทำตามสิ่งที่เพื่อนบอก ($\bar{x} = 2.20$) ไม่ได้สรุปสิ่งใด ๆ โดยใช้เหตุผลส่วนตัว ($\bar{x} = 2.03$) ไม่เชื่ออะไรง่าย ๆ ($\bar{x} = 2.00$) ใช้เหตุผลมากกว่าความเคยชิน ($\bar{x} = 2.00$) และเลือกสิ่งที่เป็นประโยชน์มากกว่าสิ่งที่ชอบ ($\bar{x} = 1.99$)

ตารางที่ 6 ทักษะชีวิต ด้านการคิดวิเคราะห์

(n=300)						
ลำดับที่	การคิดวิเคราะห์	จริง	ค่อนข้างจริง	ไม่จริง	$\bar{X}$	SD.
1.*	ฉันก่อนที่จะทำอะไรแล้วต้องมานั่งคิดวางแผน	40 (13.3)	133 (44.3)	127 (42.3)	2.29	.689
2.	ฉันบอกได้ว่าการกระทำของฉันดีหรือไม่ดี	100 (33.3)	180 (60.0)	20 (6.7)	2.27	.574
3.	ฉันชอบคิดคาดการณ์สิ่งต่าง ๆ ล่วงหน้า	103 (34.3)	173 (57.7)	24 (8.0)	2.26	.596
4.	เมื่อพบปัญหาฉันจะพยายามคิดหาสาเหตุ	91 (30.3)	193 (64.3)	16 (5.3)	2.25	.543
5.	ฉันมักจะมองอะไรหลาย ๆ แง่มุม	83 (27.7)	203 (67.7)	14 (4.7)	2.23	.521
6.*	ฉันเพื่อนบอกว่าดี ฉันก็เชื่อว่าดี	32 (10.7)	177 (59.0)	91 (30.3)	2.20	.610
7.*	ฉันมักจะสรุปสิ่งใด โดยใช้เหตุผลส่วนตัว	51 (17.0)	190 (63.3)	59 (19.7)	2.03	.606
8.	ฉันเป็นคนไม่เชื่ออะไรง่าย ๆ	49 (16.3)	203 (67.7)	48 (16.๓)	2.00	.570
9.	ฉันคิดโดยใช้เหตุผลมากกว่าความเคยชิน	63 (21.0)	173 (57.7)	64 (21.3)	2.00	.652
10.	ฉันคิดเลือกสิ่งที่เป็นประโยชน์มากกว่าสิ่งที่ชอบ	59 (19.7)	180 (60.0)	61 (20.3)	1.99	.633
รวม(เฉลี่ย)					2.15	.279

* คำถามนิเสธ

ด้านความคิดสร้างสรรค์

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิต ด้านความคิดสร้างสรรค์อยู่ในระดับปกติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.08 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ซึ่งมีทั้งสิ้น 10 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์อยู่ในระดับปกติ เรียงตามลำดับดังนี้

ชอบเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ($\bar{x} = 2.33$) ไม่ชอบทำตามสิ่งที่มีผู้อื่นทำมาก่อน ($\bar{x} = 2.19$) ชอบเสนอความคิดใหม่ ๆ ($\bar{x} = 2.12$) ไม่ชอบคิดต่อจากสิ่งที่คนอื่นคิดไว้ ($\bar{x} = 2.11$) ชอบค้นหาวิธีการใหม่ ๆ ($\bar{x} = 2.08$) ไม่กลัวการเปลี่ยนแปลง ($\bar{x} = 2.07$) คิดอย่างรอบคอบก่อนทำ ($\bar{x} = 2.03$) ชอบคิดแตกต่างจากคนอื่น ($\bar{x} = 2.02$) สามารถขยายความคิดได้มากมาย ($\bar{x} = 1.99$) และไม่ชอบสภาพแวดล้อมที่มีระเบียบแบบแผน ($\bar{x} = 1.95$) (ตารางที่ 7)



ตารางที่ 7 ทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์

(n=300)						
ลำดับที่	การคิดวิเคราะห์	จริง	ค่อนข้างจริง	ไม่จริง	$\bar{X}$	SD.
1.	ฉันชอบเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ	115 (38.3)	169 (56.3)	16 (5.3)	2.33	.573
2.*	ฉันชอบทำตามสิ่งที่มีผู้ทำมาก่อน	37 (12.3)	168 (56.0)	95 (31.7)	2.19	.636
3.	ฉันชอบเสนอความคิดใหม่ ๆ	67 (22.3)	202 (67.3)	31 (10.3)	2.12	.560
4.*	ฉันไม่ชอบคิดต่อจากสิ่งที่คนอื่นคิดไว้	47 (32.7)	174 (58.0)	79 (26.3)	2.11	.640
5.	ฉันชอบค้นหาวิธีการใหม่ ๆ	64 (21.3)	195 (65.0)	41 (13.7)	2.08	.588
6.	ฉันไม่กลัวการเปลี่ยนแปลง	82 (27.3)	156 (52.0)	62 (20.7)	2.07	.691
7.	ฉันคิดอย่างรอบคอบก่อนทำ	53 (17.7)	203 (67.7)	44 (14.7)	2.03	.569
8.	ฉันชอบคิดแตกต่างจากคนอื่น	64 (21.3)	178 (59.3)	58 (19.3)	2.02	.638
9.	ฉันสามารถขยายความคิดได้มากมาย	38 (12.7)	220 (73.3)	42 (14.0)	1.99	.517
10.*	ฉันชอบสภาพแวดล้อมที่มีระเบียบแบบแผน	76 (25.3)	162 (54.0)	62 (20.7)	1.95	.678
รวม(เฉลี่ย)					2.08	.243

*คำถามนิเสธ

ด้านการตระหนักรู้ในตน

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิต ด้านการตระหนักรู้ในตนอยู่ในระดับปกติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.29 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนซึ่งมีทั้งสิ้น 12 ข้อ พบว่า นักศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนอยู่ในระดับปกติ เรียงตามลำดับดังนี้

ยินดีที่จะรับฟังคำวิจารณ์ของคนอื่น ($\bar{x} = 2.49$) รู้ตัวเสมอว่ากำลังมีอารมณ์อย่างไร ($\bar{x} = 2.47$) รู้สาเหตุที่ทำให้ผิดหวังหรือเสียใจ ($\bar{x} = 2.47$) บอกความรู้สึกที่แท้จริงได้ว่าชอบอะไรไม่ชอบอะไร ($\bar{x} = 2.42$) มีจุดที่ต้องปรับปรุง ($\bar{x} = 2.41$) บอกได้ว่าสิ่งที่ทำได้ดีหรือไม่ดี ($\bar{x} = 2.34$) รู้ความสามารถตัวเอง ($\bar{x} = 2.28$) เอาใจใส่ในการหาจุดบกพร่องและปรับปรุงตนเองเสมอ ($\bar{x} = 2.20$) ปรับอารมณ์ให้เป็นปกติโดยเร็ว ($\bar{x} = 2.19$) หากมีคนโต้แย้งจะไม่แสดงอาการไม่พอใจ ($\bar{x} = 2.16$) มีจุดเด่นในตัวเอง ($\bar{x} = 2.09$) และมักทำในสิ่งที่ตรงกับความสามารถ ($\bar{x} = 2.03$) (ตารางที่ 8)



ตารางที่ 8 ทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตน

(n=300)						
ลำดับที่	การคิดวิเคราะห์	จริง	ค่อนข้างจริง	ไม่จริง	$\bar{X}$	SD.
1.	ฉันยินดีจะรับฟังคำวิจารณ์ของคนอื่น	153 (51.0)	141 (47.0)	6 (2.0)	2.49	.539
2.	ฉันรู้ตัวเสมอว่ากำลังมีอารมณ์อย่างไร	151 (50.3)	139 (46.3)	10 (3.3)	2.47	.563
3.	ฉันรู้สาเหตุที่ทำให้ผิดหวังหรือเสียใจ	152 (50.7)	136 (45.3)	12 (4.0)	2.47	.574
4.	ฉันบอกความรู้สึกที่แท้จริงได้ว่าชอบอะไร ไม่ชอบอะไร	136 (45.3)	153 (51.0)	11 (3.7)	2.42	.563
5.	ฉันมีจุดที่ต้องปรับปรุงตัวเอง	133 (44.3)	157 (52.3)	10 (3.3)	2.41	.556
6.	ฉันบอกได้ว่าสิ่งที่ฉันทำได้ดีหรือไม่ดี	122 (40.7)	157 (52.3)	21 (7.0)	2.34	.604
7.	ฉันรู้ความสามารถตัวเอง	112 (37.3)	160 (53.3)	28 (9.3)	2.28	.624
8.	ฉันใส่ใจในการหาจุดบกพร่องและปรับปรุง ตนเองเสมอ	79 (26.3)	201 (67.0)	20 (6.7)	2.20	.541
9.	ฉันปรับอารมณ์ให้เป็นปกติได้เร็ว	95 (31.7)	167 (55.7)	38 (12.7)	2.19	.639
10.*	หากมีคนโต้แย้งฉันมักแสดงอาการไม่พอใจ	49 (16.3)	155 (51.7)	96 (32.0)	2.16	.678
11.	ฉันมีจุดเด่นในตัวเอง	76 (25.3)	174 (58.0)	50 (16.7)	2.09	.643
12.	ฉันมักทำในสิ่งที่ตรงกับความสามารถ	74 (24.7)	160 (53.3)	66 (22.0)	2.03	.684
รวม(เฉลี่ย)					2.29	.298

* คำถามนิเสธ

ด้านความเห็นใจผู้อื่น

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิต ด้านความเห็นใจผู้อื่นอยู่ในระดับปกติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.37 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่นซึ่งมีทั้งสิ้น 14 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่นอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ 8 ข้อเรียงตามลำดับดังนี้ (ตารางที่ 9)

ยอมรับว่าคนเรามีความแตกต่างกัน ($\bar{x} = 2.67$) ยอมรับว่าผู้อื่นมีความแตกต่างจากตน ($\bar{x} = 2.62$) อยากเห็นผู้อื่นมีความสุข ($\bar{x} = 2.61$) ยินดีรับฟังความทุกข์ร้อนของเพื่อน ($\bar{x} = 2.57$) ชื่นชมกับความสำเร็จของเพื่อน ($\bar{x} = 2.55$) สนใจกับความรู้สึกรู้สึกของคนรอบข้าง ($\bar{x} = 2.53$) รู้สึกเห็นใจผู้อื่นที่กำลังเดือดร้อน ($\bar{x} = 2.52$) และสามารถสังเกตอารมณ์ผู้อื่นจากสีหน้าและแววตา ($\bar{x} = 2.51$)

นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่นอยู่ในระดับปกติ 6 ข้อ เรียงตามลำดับดังนี้

ชอบช่วยเหลือคนอื่นเมื่อมีโอกาส ($\bar{x} = 2.48$) ใส่ใจกับความต้องการผู้อื่น ($\bar{x} = 2.43$) รู้สึกไม่สบายใจเมื่อเพื่อนมีปัญหา ($\bar{x} = 2.43$) เป็นที่พึ่งของเพื่อน ๆ ได้ ($\bar{x} = 2.15$) ไม่รู้สึกเป็นภาระเมื่อต้องรับผิดชอบงานของคนอื่น ($\bar{x} = 2.02$) และชอบยุ่งเรื่องของคนอื่น ($\bar{x} = 1.80$)

ตารางที่ 9 ทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่น

(n=300)						
ลำดับที่	ความเห็นใจผู้อื่น	จริง	ค่อนข้างจริง	ไม่จริง	$\bar{X}$	SD.
1.	ฉันยอมรับว่าคนเรามีความแตกต่างกัน	202 (67.3)	96 (32.0)	2 (0.7)	2.67	.486
2.	ฉันยอมรับว่าผู้อื่นมีความแตกต่างจากฉัน	193 (64.3)	99 (33.0)	8 (2.7)	2.62	.539
3.	ฉันอยากเห็นผู้อื่นมีความสุข	190 (63.3)	104 (34.7)	6 (2.0)	2.61	.527
4.	ฉันยินดีรับฟังความทุกข์ร้อนของเพื่อน	30 (6.3)	78 (16.3)	372 (77.5)	2.71	.57
5.	ฉันชื่นชมกับความสำเร็จของเพื่อน	184 (66.4)	103 (34.3)	13 (4.3)	2.57	.577
6.*	ฉันไม่สนใจกับความรู้สึกรับของคนรอบข้าง	28 (9.3)	85 (28.3)	187 (62.3)	2.53	.661
7.	ฉันรู้สึกเห็นใจผู้ที่กำลังเดือดร้อน	165 (55.0)	125 (41.7)	10 (3.3)	2.52	.563
8.	ฉันสามารถสังเกตอารมณ์ผู้อื่นจากสีหน้าและแววตา	163 (54.3)	126 (42.0)	11 (3.7)	2.51	.570
9.	ฉันชอบช่วยเหลือคนอื่นเมื่อมีโอกาส	153 (51.0)	137 (45.7)	10 (3.3)	2.48	.563
10.*	ฉันไม่ใส่ใจกับความต้องการของผู้อื่น	37 (12.3)	98 (32.7)	165 (55.0)	2.43	.702
11.	ฉันรู้สึกไม่สบายใจเมื่อเพื่อนมีปัญหา	140 (46.7)	150 (50.0)	10 (3.3)	2.43	.560
12.	ฉันเป็นที่พึ่งของเพื่อน ๆ ได้	71 (23.7)	204 (68.0)	25 (8.3)	2.15	.545
13.*	ฉันรู้สึกเป็นภาระเมื่อต้องรับผิดชอบงานของคนอื่น	68 (22.7)	157 (52.3)	75 (25.0)	2.02	.691
14.*	ฉันไม่อยากยุ่งกับเรื่องของคนอื่น	106 (35.3)	147 (49.0)	47 (15.7)	1.80	.688
รวม(เฉลี่ย)					2.37	.309

* คำถามนิเสธ

ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิต ด้านความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับปกติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.26 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเองซึ่งมีทั้งสิ้น 14 ข้อ พบว่า นักศึกษาศาสตร ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิต ด้านความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ 1 ข้อ คือ การได้รับความวิจารณ์จากผู้อื่นเป็นโอกาสที่จะพัฒนาตัวเอง ($\bar{x} = 2.56$) ส่วนข้อคำถามอีก 13 ข้อ นักศึกษาศาสตร ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มีทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเองในระดับปกติ เรียงตามลำดับดังนี้ (ตารางที่ 10)

ไม่รู้สึกว่าตัวเองไร้ค่า ($\bar{x} = 2.48$) พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ ($\bar{x} = 2.45$) ชื่นชมกับความสำเร็จของตัวเอง ($\bar{x} = 2.42$) มีความรู้สึกที่ดีต่อตัวเอง ($\bar{x} = 2.40$) รู้ว่าตัวเองมีค่าไม่น้อยไปกว่าคนอื่น ($\bar{x} = 2.39$) รับผิดชอบต่อผลที่เกิดจากการตัดสินใจ ($\bar{x} = 2.37$) เชื่อว่าตัวเองมีความสามารถ ($\bar{x} = 2.33$) รู้สึกเป็นตัวของตัวเอง ($\bar{x} = 2.31$) สามารถเอาชนะอุปสรรคได้ ($\bar{x} = 2.20$) กล้าแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ ($\bar{x} = 2.19$) มักจะไม่คล้อยตามความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ ($\bar{x} = 2.01$) ไม่ได้ทำอะไร ๆ เพื่อให้คนอื่นยอมรับ ($\bar{x} = 1.84$) และเมื่อทำผิดพลาดจะไม่ขาดความมั่นใจ ($\bar{x} = 1.69$)

ตารางที่ 10 ทักษะชีวิต ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง

(n=300)

ลำดับที่	ความภาคภูมิใจในตนเอง	จริง	ค่อนข้างจริง	ไม่จริง	$\bar{X}$	SD.
1.	การได้รับความวิจารณ์จากผู้อื่นเป็นโอกาสที่จะพัฒนาตัวเอง	174 (58.0)	120 (40.0)	6 (2.0)	2.56	.536
2.*	ฉันรู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองไร้ค่า	37 (12.3)	82 (27.3)	181 (60.3)	2.48	.706
3.	ฉันพอใจในสิ่งที่ฉันมีอยู่	159 (53.0)	118 (39.3)	23 (7.7)	2.45	.634
4.	ฉันชื่นชมกับความสำเร็จของตัวเอง	144 (48.0)	139 (46.3)	17 (5.7)	2.42	.599
5.	ฉันมีความรู้สึกที่ดีต่อตัวเอง	136 (45.3)	147 (49.0)	17 (5.7)	2.40	.595
6.	ฉันรู้ว่าตัวเองมีคุณค่าไม่น้อยไปกว่าคนอื่น	140 (46.7)	138 (46.0)	22 (7.3)	2.39	.622
7.	ฉันรับผิดชอบต่อผลที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจของฉัน	115 (38.3)	180 (60.0)	5 (1.7)	2.37	.516
8.	ฉันเชื่อว่าตัวเองมีความสามารถ	110 (36.7)	178 (59.3)	12 (4.0)	2.33	.549
9.*	ฉันรู้สึกไม่เป็นตัวของตัวเอง	46 (15.3)	114 (38.0)	140 (46.7)	2.31	.724
10.	ฉันสามารถเอาชนะอุปสรรคในชีวิตได้	76 (25.3)	208 (69.3)	16 (5.3)	2.20	.517
11.	ฉันกล้าแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ	80 (26.7)	198 (66.0)	22 (7.3)	2.19	.551
12.*	ฉันมักจะคล้อยตามความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ	48 (16.0)	201 (67.0)	51 (17.0)	2.01	.575
13.*	ฉันจะทำสิ่งใดก็ต่อเมื่อคนอื่นยอมรับ	78 (26.0)	192 (64.0)	30 (10.0)	1.84	.579
14.*	เมื่อฉันทำผิดพลาดฉันจะขาดความมั่นใจ	110 (36.7)	172 (57.3)	18 (6.0)	1.69	.578
รวม(เฉลี่ย)					2.26	.269

* คำถามนิเสธ

ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคมอยู่ในระดับปกติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.38 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคมซึ่งมีทั้งสิ้น 14 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคมอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ 3 ข้อ เรียงตามลำดับ ดังนี้ (ตารางที่ 11)

รู้สึกผิดเมื่องานส่วนรวมไม่สำเร็จ ($\bar{x} = 2.59$) รู้สึกผิดเมื่อแสดงความเห็นแก่ตัว ($\bar{x} = 2.55$) และรู้สึกไม่สบายใจหากคนอื่นเดือดร้อนจากการกระทำของตน ($\bar{x} = 2.53$)

ส่วนข้อคำถามอีก 11 ข้อ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเองในระดับปกติ 11 ข้อ เรียงตามลำดับดังนี้ (ตารางที่ 11)

เต็มใจร่วมมือกับกลุ่มเพื่อให้งานสำเร็จ ($\bar{x} = 2.50$) ยินดีรับผิดชอบหากคนอื่นเดือดร้อนจากการกระทำของตน ($\bar{x} = 2.50$) การปฏิบัติตามกฎระเบียบไม่ใช่สิ่งที่เสียเวลา ($\bar{x} = 2.43$) ไม่คิดว่าการรับผิดชอบต่อสังคมเป็นเรื่องไกลตัว ($\bar{x} = 2.43$) และยินดีให้ความร่วมมือกับส่วนรวม ($\bar{x} = 2.39$) ยินดีเสียสละหากทำให้สังคมดีขึ้น ($\bar{x} = 2.34$) ไม่คิดว่าการรับผิดชอบต่อสังคมไม่ใช่เรื่องของเด็ก ($\bar{x} = 2.28$) เป็นคนตรงต่อเวลา ($\bar{x} = 2.27$) รู้สึกผิดถ้าทิ้งขยะไม่เป็นที่เป็นทาง ($\bar{x} = 2.26$) เป็นคนมีวินัยในตนเอง ($\bar{x} = 2.20$) และกฎระเบียบไม่ใช่สิ่งที่ฝ่าฝืนได้ ($\bar{x} = 2.14$)

ตารางที่ 11 ทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคม

(n=300)						
ลำดับที่	ความรับผิดชอบต่อสังคม	จริง	ค่อนข้างจริง	ไม่จริง	$\bar{X}$	SD.
1.	ฉันรู้สึกผิดเมื่องานส่วนรวมไม่สำเร็จ	183 (61.0)	112 (37.3)	5 (1.7)	2.59	.525
2.	ฉันรู้สึกผิดเมื่อแสดงความเห็นแก่ตัว	181 (60.3)	102 (34.0)	17 (5.7)	2.55	.602
3.	ฉันรู้สึกไม่สบายใจหากคนอื่นเดือดร้อนจากการกระทำของฉัน	171 (57.0)	116 (38.7)	13 (4.3)	2.53	.581
4.	ฉันเต็มใจร่วมมือกับกลุ่มเพื่อให้งานสำเร็จ	160 (53.3)	131 (43.7)	9 (3.0)	2.50	.558
5.	ฉันยินดีรับผิดชอบหากคนอื่นเดือดร้อนจากการกระทำของฉัน	163 (54.3)	123 (41.0)	14 (4.7)	2.50	.587
6.*	การปฏิบัติตามกฎระเบียบเป็นสิ่งที่เสียเวลา	27 (9.0)	118 (39.3)	155 (51.7)	2.43	.653
7.*	ฉันคิดว่าการรับผิดชอบต่อสังคมเป็นเรื่องไกลตัว	31 (10.3)	110 (36.7)	159 (53.0)	2.43	.673
8.	ฉันยินดีให้ความร่วมมือกับส่วนรวม	130 (43.3)	157 (52.3)	13 (4.3)	2.39	.571
9.	ฉันยินดีเสียสละหากทำให้สังคมดีขึ้น	112 (37.3)	178 (59.3)	10 (3.3)	2.34	.540
10.*	ฉันคิดว่าการรับผิดชอบต่อสังคมไม่ใช่เรื่องของเด็ก	50 (16.7)	115 (38.3)	135 (45.0)	2.28	.734
11.	ฉันเป็นคนตรงต่อเวลา	107 (35.7)	167 (55.7)	26 (8.7)	2.27	.610
12.	ฉันรู้สึกผิดถ้าทิ้งขยะไม่เป็นที่เป็นทาง	112 (37.3)	153 (51.0)	35 (11.7)	2.26	.652
13.	ฉันเป็นคนมีวินัยในตนเอง	89 (29.7)	183 (61.0)	28 (9.3)	2.20	.591
14.*	กฎระเบียบเป็นสิ่งที่ฝ่าฝืนได้	65 (21.7)	127 (42.3)	108 (36.0)	2.14	.747
รวม(เฉลี่ย)					2.38	.317

* คำถามนิเสธ

ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิต ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารอยู่ในระดับปกติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.15 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารซึ่งมีทั้งสิ้น 17 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ 2 ข้อ คือ เป็นคนจริงใจกับคนอื่น ($\bar{x} = 2.52$) และมีความเป็นกันเองกับทุกคน ($\bar{x} = 2.51$)

ส่วนข้อคำถามอีก 15 ข้อ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารในระดับปกติ เรียงตามลำดับดังนี้ (ตารางที่ 12)

คนอื่นไม่ได้บอกว่าคุณเป็นคนหยิ่ง ($\bar{x} = 2.34$) อยากรู้จักคนอื่น ($\bar{x} = 2.31$) ไม่ชอบมองโลกในแง่ร้ายไว้ก่อน ($\bar{x} = 2.25$) เพื่อนส่วนมากชอบตน ($\bar{x} = 2.21$) ปฏิเสธคนอื่นไม่เป็น ($\bar{x} = 2.20$) ชอบทำงานร่วมกับผู้อื่น ($\bar{x} = 2.20$) ไม่รู้สึกลำบากใจเมื่อต้องคุยกับคนไม่รู้จัก ($\bar{x} = 2.15$) รู้สึกว่าเป็นที่ไว้วางใจของเพื่อน ๆ ($\bar{x} = 2.15$) เมื่อมีความขัดแย้งจะไม่หลบหน้าไป ($\bar{x} = 2.08$) หากทำงานร่วมกับผู้อื่นตนมักทำได้ดี ($\bar{x} = 2.07$) สามารถฟังและจับใจความได้ดี ($\bar{x} = 2.00$) ไม่กังวลเมื่อต้องไปพบปะคนที่ไม่รู้จัก ($\bar{x} = 1.98$) คนอื่นมักเห็นคล้อยตามในสิ่งที่ตนพูด ($\bar{x} = 1.89$) คนอื่นมักบอกว่าตนพูดเข้าใจง่าย ชัดเจน ($\bar{x} = 1.88$) และเวลาจะติดต่อกับผู้อื่น เพื่อน ๆ มักให้ตนเป็นผู้นำ ($\bar{x} = 1.86$)

ตารางที่ 12 ทักษะชีวิต ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร

(n=300)					
ลำดับที่	การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร	จริง	ค่อนข้างจริง	ไม่จริง	$\bar{X}$ SD.
1.	ฉันเป็นคนจริงใจกับคนอื่น	166 (55.3)	125 (41.7)	9 (3.0)	2.52 .557
2.	ฉันมีความเป็นกันเองกับทุกคน	164 (54.7)	126 (42.0)	10 (3.3)	2.51 .564
3.*	คนอื่นมักบอกว่าฉันเป็นคนหยิ่ง	37 (12.3)	125 (41.7)	138 (46.0)	2.34 .687
4.*	ฉันไม่ค่อยอยากรู้จักคนอื่นมากนัก	27 (9.0)	154 (51.3)	119 (39.7)	2.31 .628
5.*	ฉันชอบมองโลกในแง่ร้ายไว้ก่อน	68 (14.2)	147 (30.6)	265 (55.2)	2.25 .742
6.	เพื่อนส่วนมากชอบฉัน	83 (27.7)	197 (65.7)	20 (6.7)	2.21 .548
7.	ฉันปฏิเสธคนอื่นไม่ค่อยเป็น	100 (33.3)	160 (53.3)	40 (13.3)	2.20 .654
8.	ฉันชอบทำงานร่วมกับผู้อื่น	83 (27.7)	195 (65.0)	22 (7.3)	2.20 .556
9.*	ฉันรู้สึกลำบากใจเมื่อต้องคุยกับคนไม่รู้จัก	59 (19.7)	137 (45.7)	104 (34.7)	2.15 .723
10.	ฉันรู้สึกว่าเป็นที่ไว้วางใจของเพื่อน ๆ	70 (23.3)	205 (68.3)	25 (8.3)	2.15 .543
11.*	เมื่อมีความขัดแย้งฉันมักหลบไปห่าง ๆ	62 (20.7)	151 (50.3)	87 (29.0)	2.08 .701
12.	หากทำงานร่วมกับผู้อื่นฉันมักทำได้ดี	52 (17.3)	216 (72.0)	32 (10.7)	2.07 .526
13.	ฉันสามารถฟังและจับใจความได้ดี	48 (16.0)	203 (67.7)	49 (16.3)	2.00 .570
14.*	ฉันมักกังวลเมื่อต้องไปพบปะคนที่ไม่รู้จัก	60 (20.0)	185 (61.7)	55 (18.3)	1.98 .620
15.	คนอื่นมักเห็นคล้อยตามในสิ่งที่ฉันพูด	20 (6.7)	227 (75.7)	53 (17.7)	1.89 .482
16.	คนอื่นมักบอกฉันพูดเข้าใจง่าย ชัดเจน	36 (12.0)	192 (64.0)	72 (24.0)	1.88 .589
17.	เวลาที่ฉันต้องติดต่อกับผู้อื่น เพื่อน ๆ มักให้ฉันเป็นผู้นำ	41 (13.7)	176 (58.7)	83 (27.7)	1.86 .629
รวม(เฉลี่ย)					2.15 .249

* คำถามนิเสธ

ด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหา

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิต ด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหาอยู่ในระดับปกติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.19 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหาซึ่งมีทั้งสิ้น 17 ข้อ พบว่า นักศึกษาศาสตรมหาวิทาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิต ด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหาอยู่ในระดับปกติทั้งหมด 17 ข้อ เรียงตามลำดับดังนี้ (ตารางที่ 13)

เชื่อว่าทุกปัญหามีทางออกเสมอ ($\bar{x} = 2.42$) และยอมรับผลที่จะเกิดจากการตัดสินใจของตน ($\bar{x} = 2.33$) ชอบมองอะไรหลาย ๆ มุม ($\bar{x} = 2.28$) เมื่อต้องทำอะไร อยากรู้ที่มาที่ไปของสิ่งนั้นก่อน ($\bar{x} = 2.26$) หากไม่มั่นใจมักปรึกษาคนอื่นก่อนตัดสินใจ ($\bar{x} = 2.25$) ไม่ชอบตัดสินใจเสี่ยง ๆ ($\bar{x} = 2.24$) ชอบคาดการณ์ล่วงหน้าในสิ่งที่จะลงมือทำ ($\bar{x} = 2.24$) ก่อนตัดสินใจมักคิดอย่างรอบคอบ ($\bar{x} = 2.23$) เมื่อต้องแก้ไขปัญหามักค้นหาทางเลือกหลาย ๆ ทาง ($\bar{x} = 2.21$) เมื่อทำอะไรแล้วเกิดปัญหาจะค้นหาสาเหตุให้พบ ($\bar{x} = 2.19$) ไม่ชอบแก้ปัญหาด้วยตัวเองโดยไม่ปรึกษาใคร ($\bar{x} = 2.18$) เมื่อทำอะไรแล้วเกิดปัญหาจะไม่เลิกทำสิ่งนั้น ($\bar{x} = 2.14$) สนใจผลที่จะเกิดจากการตัดสินใจ ($\bar{x} = 2.11$) ไม่ชอบทำงานตามคำสั่งมากกว่าให้ตัดสินใจเอง ($\bar{x} = 2.08$) สามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี ($\bar{x} = 2.05$) ไม่ชอบตัดสินใจตามเพื่อน ๆ หรือตามคนส่วนใหญ่ ($\bar{x} = 2.03$) และไม่ชอบการตัดสินใจที่ฉับไวที่หากมีปัญหาค่อยแก้ไขช้า ๆ ($\bar{x} = 2.03$)

ตารางที่ 13 ทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหา

ลำดับที่	การตัดสินใจและการแก้ปัญหา	* คำถามนิเสธ (n=300)			$\bar{X}$	SD.
		จริง	ค่อนข้างจริง	ไม่จริง		
1.	ฉันเชื่อว่าทุกปัญหามีทางออกเสมอ	143 (47.6)	140 (46.7)	17 (5.7)	2.42	.598
2.	ฉันยอมรับผลที่จะเกิดจากการตัดสินใจของฉัน	110 (36.7)	178 (59.3)	12 (4.0)	2.33	.549
3.	ฉันชอบมองอะไรหลาย ๆ มุม	102 (34.0)	180 (60.0)	18 (6.0)	2.28	.568
4.	เมื่อต้องทำอะไร ฉันอยากรู้ที่มาที่ไปของสิ่งนั้นก่อน	94 (31.3)	190 (63.3)	16 (5.3)	2.26	.548
5.	หากไม่มั่นใจ ฉันมักปรึกษาคนอื่นก่อนตัดสินใจ	103 (34.3)	170 (56.7)	27 (9.0)	2.25	.609
6.*	ฉันชอบตัดสินใจเสี่ยง ๆ เพื่อให้เกิดความตื่นเต้น	40 (13.3)	147 (49.0)	113 (37.7)	2.24	.673
7.	ฉันชอบคาดการณ์ล่วงหน้าในสิ่งที่ฉันจะทำ	96 (32.0)	179 (59.7)	25 (8.3)	2.24	.590
8.	ก่อนตัดสินใจฉันมักคิดอย่างรอบคอบ	94 (31.3)	180 (60.0)	26 (8.7)	2.23	.591
9.	เมื่อต้องแก้ปัญหา ฉันมักค้นหาทางเลือกหลาย ๆ ทาง	82 (27.3)	198 (66.0)	20 (6.7)	2.21	.541
10.	เมื่อทำสิ่งใดแล้วเกิดปัญหา ฉันจะค้นหาสาเหตุให้พบ	81 (27.0)	195 (65.0)	24 (8.0)	2.19	.561
11.*	ฉันชอบแก้ปัญหาด้วยตัวเองไม่ต้องปรึกษาใคร	45 (15.0)	155 (51.7)	100 (33.3)	2.18	.672
12.*	เมื่อทำสิ่งใดแล้วเกิดปัญหา ฉันจะเลิกทำสิ่งนั้น	54 (18.0)	151 (50.3)	95 (31.7)	2.14	.693
13.*	เมื่อฉันตัดสินใจแล้ว ผลจะเกิดอย่างไรฉันไม่สนใจ	56 (18.7)	156 (52.0)	88 (29.3)	2.11	.686
14.*	ฉันชอบทำงานตามคำสั่งมากกว่าให้ตัดสินใจเอง	50 (16.7)	175 (58.3)	75 (25.0)	2.08	.641
15.	ฉันสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี	53 (17.7)	209 (69.7)	38 (12.7)	2.05	.549
16.*	ฉันชอบตัดสินใจตามเพื่อน ๆ หรือตามคนส่วนใหญ่	46 (15.3)	198 (66.0)	56 (18.7)	2.03	.583
17.*	ฉันชอบการตัดสินใจที่ฉับไว หากมีปัญหาค่อยแก้ไขข้างหน้า	54 (18.0)	184 (61.3)	62 (20.7)	2.03	.622
รวม(เฉลี่ย)					2.19	.226

ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิต ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดอยู่ในระดับปกติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.06 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดซึ่งมีทั้งสิ้น 12 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิต ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดอยู่ในระดับปกติ ทั้ง 12 ข้อ เรียงตามลำดับดังนี้ (ตารางที่ 14)

คนอื่นมักบอกว่าตนจืดเป็นคนร่าเริง อารมณ์ดี ($\bar{x} = 2.37$) เมื่อรู้สึกเครียดมักหากิจกรรมอื่นทำ ($\bar{x} = 2.25$) กล้าเผชิญหน้ากับความผิดหวังหรือเสียใจ ($\bar{x} = 2.19$) เมื่ออยู่ในภาวะตึงเครียดสามารถหาทางออกได้ ($\bar{x} = 2.11$) ไม่เป็นคนแครงเครียด และจริงจังกับทุกเรื่อง ($\bar{x} = 2.11$) เป็นคนไม่จมอยู่กับอดีต ($\bar{x} = 2.08$) แสดงออกอย่างเหมาะสมเมื่อมีอารมณ์โกรธ ($\bar{x} = 2.07$) เป็นคนใจเย็นไม่โกรธใครง่ายๆ ($\bar{x} = 2.06$) คนอื่นมักบอกว่าตนเก็บอารมณ์ได้ดี ($\bar{x} = 1.93$) เป็นคนอารมณ์มั่นคง ไม่เปลี่ยนแปลงง่าย ($\bar{x} = 1.89$) เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจจะไม่อยู่คนเดียว ($\bar{x} = 1.87$) และเป็นคนไม่กลัวความผิดหวัง ($\bar{x} = 1.84$)

ตารางที่ 14 ทักษะชีวิต ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด

(n=300)						
ลำดับที่	การจัดการกับอารมณ์และความเครียด	จริง	ค่อนข้างจริง	ไม่จริง	$\bar{x}$	S.D.
1.	คนอื่นมักบอกว่าฉันเป็นคนร่าเริง อารมณ์ดี	125 (41.7)	160 (53.3)	15 (5.0)	2.37	.577
2.	เมื่อรู้สึกเครียดฉันมักหากิจกรรมอื่นทำ	97 (32.3)	180 (60.0)	23 (7.7)	2.25	.583
3.*	ฉันไม่กล้าเผชิญหน้ากับความผิดหวังหรือความเสียใจ	46 (15.3)	150 (50.0)	104 (34.7)	2.19	.681
4.	เมื่ออยู่ในภาวะตึงเครียดฉันสามารถหาทางออกได้	65 (21.7)	203 (67.7)	32 (10.7)	2.11	.559
5.*	ฉันเป็นคนเคร่งเครียด และจริงจังกับทุกเรื่อง	56 (18.7)	154 (51.3)	90 (30.0)	2.11	.689
6.	ฉันเป็นคนไม่จมอยู่กับอดีต	82 (27.3)	161 (53.7)	57 (19.0)	2.08	.677
7.	ฉันแสดงออกอย่างเหมาะสมเมื่อมีอารมณ์โกรธ	59 (19.7)	203 (67.7)	38 (12.7)	2.07	.565
8.	ฉันเป็นคนใจเย็น ไม่โกรธใครง่าย ๆ	78 (26.0)	161 (53.7)	61 (20.3)	2.06	.679
9.	คนอื่นมักบอกว่าฉันเป็นคนเก็บอารมณ์ได้ดี	59 (19.7)	160 (53.3)	81 (27.0)	1.93	.680
10.	ฉันเป็นคนอารมณ์มั่นคง ไม่เปลี่ยนแปลงง่าย	49 (16.3)	169 (56.3)	82 (27.3)	1.89	.653
11.*	เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจฉันมักอยู่คนเดียว	97 (32.3)	145 (48.3)	58 (19.3)	1.87	.708
12.	ฉันเป็นคนไม่กลัวความผิดหวัง	54 (18.0)	143 (47.7)	103 (34.3)	1.84	.706
รวม(เฉลี่ย)					2.06	.277

* คำถามนิเสธ

ตอนที่ 3 คุณภาพชีวิตในครอบครัว

การวิเคราะห์คุณภาพชีวิตในครอบครัว เป็นการวิเคราะห์รายบุคคลและ การวิเคราะห์รายด้าน ดังนี้

การวิเคราะห์คุณภาพชีวิตในครอบครัวรายบุคคล

การวิเคราะห์คุณภาพชีวิตรายคน โดยพิจารณาระดับคุณภาพชีวิตจากผลรวมของคะแนนคุณภาพชีวิตแต่ละด้านทั้ง 4 ด้าน และพิจารณาคุณภาพชีวิตโดยภาพรวม โดยแบ่งเกณฑ์ในการประเมินระดับคุณภาพชีวิตออกเป็น 3 ระดับ คือ การมีคุณภาพชีวิตระดับที่ดี การมีคุณภาพชีวิตระดับปานกลาง การมีคุณภาพชีวิตระดับที่ไม่ดี ตามหลักเกณฑ์การประเมินคุณภาพชีวิตของ สุวัฒน์ และคณะ (2545) ดังระบุในบทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังนี้ (ตารางที่ 15)

คุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านสุขภาพกาย พบว่า นักศึกษาเกือบสามในสี่ (74.6%) มีคุณภาพชีวิต ด้านสุขภาพกาย ระดับปานกลาง รองลงมาร้อยละ 23.5 มีคุณภาพชีวิต ด้านสุขภาพกาย อยู่ในระดับที่ดี มีเพียงร้อยละ 1.9 เท่านั้น ที่มีคุณภาพชีวิต ด้านสุขภาพกาย อยู่ในระดับที่ไม่ดี

คุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านจิตใจ พบว่า นักศึกษาเกือบทั้งหมด (98.1%) มีคุณภาพชีวิต ด้านจิตใจ ระดับปานกลาง มีเพียงร้อยละ 1.9 เท่านั้น ที่มีคุณภาพชีวิต ด้านจิตใจ อยู่ในระดับที่ไม่ดี

คุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านสัมพันธภาพทางสังคม พบว่า นักศึกษาเกือบสองในสาม (65.2%) มีคุณภาพชีวิต ด้านสัมพันธภาพทางสังคม ระดับปานกลาง ร้อยละ 30.8 มีคุณภาพชีวิต ด้านสัมพันธภาพทางสังคม อยู่ในระดับที่ดี มีเพียงร้อยละ 4.0 เท่านั้น ที่มีคุณภาพชีวิต ด้านสัมพันธภาพทางสังคม อยู่ในระดับที่ไม่ดี

คุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อม พบว่า นักศึกษาเกือบสามในสี่ (72.9%) มีคุณภาพชีวิต ด้านสิ่งแวดล้อม ระดับปานกลาง อีกเกือบหนึ่งในสี่ (24.2%) มีคุณภาพชีวิต ด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับที่ดี มีเพียงร้อยละ 2.9 เท่านั้น ที่มีคุณภาพชีวิต ด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับที่ไม่ดี

คุณภาพชีวิต โดยภาพรวม พบว่า นักศึกษาเกือบสามในสี่ (71.3%) มีคุณภาพชีวิต โดยภาพรวม ระดับปานกลาง ร้อยละ 27.9 มีคุณภาพชีวิตโดยภาพรวมอยู่ในระดับที่ดี มีเพียงร้อยละ 0.8 เท่านั้น ที่มีคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับที่ไม่ดี

ตารางที่ 15 คุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล
กรุงเทพ พิจารณาเป็นรายบุคคล

(n = 300)			
ผลรวมข้อ	คุณภาพชีวิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
2 – 4,10 –12, 24	ด้านสุขภาพกาย		
	- การมีคุณภาพชีวิตที่ไม่ดี (ช่วงคะแนน 7 – 16)	6	1.9
	- การมีคุณภาพชีวิตปานกลาง (ช่วงคะแนน 17 - 26)	223	74.6
	- การมีคุณภาพชีวิตที่ดี (ช่วงคะแนน 27 - 35)	71	23.5
	รวม	300	100.0
5 – 9, 23	ด้านจิตใจ		
	- การมีคุณภาพชีวิตที่ไม่ดี (ช่วงคะแนน 6 – 14)	6	1.9
	- การมีคุณภาพชีวิตปานกลาง (ช่วงคะแนน 15 - 22)	294	98.1
	- การมีคุณภาพชีวิตที่ดี (ช่วงคะแนน 23 - 30)	-	-
	รวม	300	100.0
13, 14, 25	ด้านสัมพันธภาพทางสังคม		
	- การมีคุณภาพชีวิตที่ไม่ดี (ช่วงคะแนน 3 – 7)	12	4.0
	- การมีคุณภาพชีวิตปานกลาง (ช่วงคะแนน 8 - 11)	195	65.2
	- การมีคุณภาพชีวิตที่ดี (ช่วงคะแนน 12 - 15)	93	30.8
	รวม	300	100.0
15 – 22	ด้านสิ่งแวดล้อม		
	- การมีคุณภาพชีวิตที่ไม่ดี (ช่วงคะแนน 8 – 18)	9	2.9
	- การมีคุณภาพชีวิตปานกลาง (ช่วงคะแนน 19 - 29)	219	72.9
	- การมีคุณภาพชีวิตที่ดี (ช่วงคะแนน 30 - 40)	72	24.2
	รวม	300	100.0
1 – 26	คุณภาพชีวิตโดยภาพรวม		
	- การมีคุณภาพชีวิตที่ไม่ดี (ช่วงคะแนน 26 – 60)	2	0.8
	- การมีคุณภาพชีวิตปานกลาง (ช่วงคะแนน 61 - 95)	214	71.3
	- การมีคุณภาพชีวิตที่ดี (ช่วงคะแนน 96 - 130)	84	27.9
	รวม	300	100.0

การวิเคราะห์รายละเอียดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตในครอบครัว

ผลการวิเคราะห์รายละเอียดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตในครอบครัวตามสาระของคุณภาพชีวิต พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในระดับปานกลาง โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 3.33 จาก 5 ระดับคะแนน รายละเอียดคุณภาพชีวิตในแต่ละด้านมีรายละเอียด ดังนี้ (ตารางที่ 16)

เมื่อพิจารณาคูณภาพชีวิตรายด้าน พบว่าคุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ อยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน คือ คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม ด้านสุขภาพกาย และด้านสิ่งแวดล้อม ($\bar{x}$ = 3.46, 3.42, 3.35 และ 3.17 เรียงตามลำดับ)

ตารางที่ 16 คุณภาพชีวิตโดยภาพรวม

(n = 300)			
ลำดับที่	คุณภาพชีวิต	$\bar{x}$	SD.
1.	ด้านจิตใจ	3.46	.611
2.	ด้านสัมพันธภาพทางสังคม	3.42	.662
3.	ด้านสุขภาพกาย	3.35	.466
4.	ด้านสิ่งแวดล้อม	3.17	.527
คุณภาพชีวิต โดยภาพรวม		3.33	.448

ด้านสุขภาพกาย

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านสุขภาพกาย อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 3.35 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกายซึ่งมีทั้งสิ้น 7 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มีคุณภาพชีวิตในครอบครัวด้านสุขภาพกาย อยู่ในระดับดี 2 ข้อ คือ มีกำลังพอที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละวัน ($\bar{x}$ = 3.55) และสามารถไปไหนมาไหนด้วยตนเอง ($\bar{x}$ = 3.53)

ส่วนข้อคำถามอีก 5 ข้อ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มีคุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านสุขภาพกายในระดับปานกลาง เรียงตามลำดับดังนี้ (ตารางที่ 17)

ไม่จำเป็นต้องไปรักษาพยาบาลเพื่อที่จะทำงานหรือมีชีวิตอยู่ไปได้ในแต่ละวัน ($\bar{x}$ = 3.44)

รู้สึกพอใจที่สามารถทำอะไร ๆ ผ่านไปได้ในแต่ละวัน ($\bar{x}$ = 3.40) พอใจกับความสามารถในการทำงาน ได้อย่างที่เคยทำมา ($\bar{x}$ = 3.36) พอใจกับการนอนหลับของตน ($\bar{x}$ = 3.15) และการไม่เจ็บปวดตามร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัวที่จะทำให้ไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการ ($\bar{x}$ = 3.04)

ตารางที่ 17 คุณภาพชีวิตในครอบครัวด้านสุขภาพกาย

(n=300)								
ลำดับ ที่	ด้านสุขภาพกาย	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	เล็กน้อย	ไม่เลย	$\bar{x}$	S.D
1.	ท่านมีกำลังเพียงพอที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละวันใหม่ (ทั้งเรื่องงาน หรือการดำเนินชีวิตประจำวัน)	41 (13.7)	112 (37.7)	125 (41.7)	14 (4.7)	8 (2.7)	3.55	.882
2.	ท่านสามารถไปไหนมาไหนด้วยตนเองได้ดีเพียงใด	50 (16.7)	87 (29.0)	142 (47.3)	15 (5.0)	6 (2.0)	3.53	.897
3.*	ท่านจำเป็นต้องไปรับการรักษาพยาบาลมากน้อยเพียงใด เพื่อที่จะทำงานหรือมีชีวิตอยู่ไปได้ในแต่ละวัน	9 (3.0)	30 (10.0)	133 (44.3)	76 (25.3)	52 (17.3)	3.44	.988
4.	ท่านรู้สึกพอใจมากน้อยแค่ไหนที่สามารถทำอะไร ๆ ผ่านไปได้ในแต่ละวัน	25 (8.3)	105 (35.0)	143 (47.7)	19 (6.3)	8 (2.7)	3.40	.834
5.	ท่านพอใจกับความสามารถในการทำงานได้อย่างที่เคยทำมามากน้อยเพียงใด	21 (7.0)	93 (31.0)	163 (54.3)	19 (6.3)	4 (1.3)	3.36	.761
6.	ท่านพอใจกับการนอนหลับของท่านมากน้อยเพียงใด	33 (11.0)	76 (25.3)	122 (40.7)	42 (14.0)	27 (9.0)	3.15	1.08
7.*	การเจ็บปวดตามร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้องปวดตามตัว ทำให้ท่านไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการมากน้อยเพียงใด	18 (6.0)	47 (15.7)	155 (51.7)	64 (21.3)	16 (5.3)	3.04	.908
รวม(เฉลี่ย)							3.35	.466

* คำถามนิเสธ

ด้านจิตใจ

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านจิตใจ อยู่ในระดับดี โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 3.51 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ ซึ่งมีทั้งสิ้น 6 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในครอบครัวอยู่ในระดับดี 2 ข้อ คือ รู้สึกว่าชีวิตมีความหมาย ($\bar{x} = 3.72$) และพอใจในชีวิต เช่น มีความสุข ความสงบ และความหวัง ($\bar{x} = 3.62$)

ส่วนข้อคำถามอีก 4 ข้อ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านจิตใจ ในระดับปานกลาง เรียงตามลำดับดังนี้ (ตารางที่ 18)

รู้สึกพอใจในตนเอง ($\bar{x} = 3.49$) การยอมรับรูปร่างหน้าตาของตนเอง ($\bar{x} = 3.44$) การมีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ ($\bar{x} = 3.30$) และไม่มีความรู้สึกไม่ดี เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล ($\bar{x} = 3.19$)



ตารางที่ 18 คุณภาพชีวิตในครอบครัวด้านจิตใจ

(n=300)

ลำดับ ที่	ด้านจิตใจ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	เล็ก น้อย	ไม่เลย	$\bar{x}$	S.D
1.	ท่านรู้สึกว่าชีวิตท่านมีความหมายมาก น้อยแค่ไหน	83 (27.7)	77 (25.7)	116 (38.7)	21 (7.0)	3 (1.0)	3.72	.979
2.	ท่านรู้สึกพอใจในชีวิต (เช่นมีความสุข ความสงบ มีความหวัง) มากน้อย เพียงใด	59 (19.7)	101 (33.7)	115 (38.3)	18 (6.0)	7 (2.3)	3.62	.944
3.	ท่านรู้สึกพอใจในตนเองมากน้อยแค่ไหน	38 (12.7)	106 (35.3)	130 (43.3)	17 (5.7)	9 (3.0)	3.49	.894
4.	ท่านยอมรับรูปร่างหน้าตาของตัวเอง ได้ไหม	38 (12.7)	96 (32.0)	136 (45.3)	20 (6.7)	10 (3.3)	3.44	.914
5.	ท่านมีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ ดี เพียงใด	14 (4.7)	96 (32.0)	161 (53.0)	23 (7.7)	6 (2.0)	3.30	.760
6.*	ท่านมีความรู้สึกไม่ดี เช่นรู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล บ่อยแค่ไหน	13 (4.3)	143 (47.7)	136 (45.3)	89 (29.7)	19 (6.3)	3.19	.912
รวม(เฉลี่ย)							3.46	.611

* คำถามนิเสธ

ด้านสัมพันธภาพทางสังคม

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาทหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านสัมพันธภาพทางสังคม อยู่ในระดับดี โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 3.42 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบคุณภาพชีวิตในครอบครัวด้านสัมพันธภาพทางสังคมซึ่งมีทั้งสิ้น 3 ข้อ พบว่า นักศึกษาทหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านสัมพันธภาพทางสังคมอยู่ในระดับดี 2 ข้อ คือ พอใจกับความช่วยเหลือที่เคยได้รับจากเพื่อน ๆ ($\bar{x}$ = 3.67) และพอใจต่อการผูกมิตรหรือเข้ากับคนอื่น อย่างที่ผ่านมา ($\bar{x}$ = 3.60)

ส่วนข้อคำถามที่เหลือ 1 ข้อ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล
กรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในกรอบคว้วด้านสัมพันธภาพทางสังคม ในระดับปานกลาง คือ ความพอใจใน
ชีวิตทางเพศ ($\bar{x}$ = 3.02)

ตารางที่ 19 คุณภาพชีวิตในกรอบคว้ว ด้านสัมพันธภาพทางสังคม

(n=300)								
ลำดับ ที่	ด้านสัมพันธภาพทางสังคม	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	เล็กน้อย	ไม่เลย	$\bar{x}$	S.D
1.	ท่านพอใจกับความช่วยเหลือที่เคย ได้รับจากเพื่อน ๆ ไ้ไหน	52 (17.3)	113 (37.7)	121 (40.3)	11 (3.7)	3 (1.0)	3.67	.839
2.	ท่านพอใจต่อการผูกมิตรหรือเข้ากับ คนอื่น อย่างที่ผ่านมานี้ไ้ไหน	39 (13.0)	127 (42.3)	115 (38.3)	13 (4.3)	6 (2.0)	3.60	.842
3.	ท่านพอใจในชีวิตทางเพศของท่านไ้ ไหน? (ชีวิตทางเพศ หมายถึง เมื่อเกิด ความรู้สึกทางเพศขึ้นแล้วท่านมีวิธี จัดการทำให้ผ่อนคลายลงได้ รวมถึง การช่วยตัวเอง หรือการมีเพศสัมพันธ์)	31 (10.3)	46 (15.3)	150 (50.0)	44 (14.7)	29 (9.7)	3.02	1.05
รวม(เฉลี่ย)							3.42	.662

ด้านสิ่งแวดล้อม

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมี
คุณภาพชีวิตในกรอบคว้วด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 3.17 เมื่อ
พิจารณาองค์ประกอบคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีทั้งสิ้น 8 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในกรอบคว้วด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับดี
1 ข้อ คือ พอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ตอนนี้ ($\bar{x}$ = 3.51)

ส่วนข้อคำถามอีก 7 ข้อ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมี
คุณภาพชีวิตในกรอบคว้วด้านสิ่งแวดล้อม ในระดับปานกลาง เรียงตามลำดับดังนี้ (ตารางที่ 20)

คุณภาพชีวิตในครอบครัว และสุขภาพโดยรวม

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตโดยรวม ในระดับดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 3.52 และมีสุขภาพโดยรวม ในระดับปานกลาง โดยมีคะแนนเฉลี่ย 3.19 (ตารางที่ 21)

ตารางที่ 21 คุณภาพชีวิต และสุขภาพโดยรวม

(n=300)								
ลำดับ ที่	คุณภาพชีวิตและสุขภาพโดยรวม	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	เล็ก น้อย	ไม่เลย	$\bar{X}$	S.D
1.	ท่านคิดว่าท่านมีคุณภาพชีวิต (ชีวิตความเป็นอยู่) ระดับใด	46 (15.3)	89 (29.7)	145 (48.3)	16 (5.3)	4 (1.3)	3.52	.863
2.	ท่านพอใจกับสุขภาพของท่านในระดับ ใด	29 (9.7)	72 (24.0)	147 (49.0)	32 (10.7)	20 (6.7)	3.19	.983

ตอนที่ 4 การเปรียบเทียบทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตในครอบครัว

การเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวมกับสาขาวิชาที่เรียน

จากการศึกษาการเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวม และองค์ประกอบของทักษะชีวิตกับสาขาวิชาที่เรียนของนักศึกษาโดยภาพรวมพบว่า มีองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่มีความแตกต่างกับกลุ่มสาขาวิชาที่เรียนของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ด้วย F-test พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($F = 4.506, p = .012$) คือ กลุ่มสาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายมีความแตกต่างกับกลุ่มสาขาวิชาทางด้านคหกรรมศาสตร์ ใน 3 ด้าน คือความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม และการตัดสินใจและการแก้ปัญหา (ตารางที่ 23) และเมื่อทำการเปรียบเทียบภายหลังด้วยวิธีการของ Scheffe' พบว่านักศึกษา กลุ่มสาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายมีระดับทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มสาขาวิชาทางด้านคหกรรมศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 23)

ตารางที่ 22 ผลการเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวม กับสาขาวิชาที่เรียนจำแนกตามกลุ่ม

แหล่งของความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p
ระหว่างกลุ่ม	.317	2	.158	4.506*	.012
ภายในกลุ่ม	10.446	297	.035		
รวม	10.763	299			

*p < .05

ตารางที่ 23 ผลการเปรียบเทียบภายหลังทักษะชีวิตโดยภาพรวม กับสาขาวิชาที่เรียนจำแนกตามกลุ่ม

การเปรียบเทียบระหว่าง	ความแตกต่าง ของค่าเฉลี่ย	ความคลาดเคลื่อน มาตรฐาน	p
กลุ่มสาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย	.0793*	.026	.012
กลุ่มสาขาวิชาทางด้านอาหารและโภชนาการ	.0463	.026	.220
กลุ่มสาขาวิชาทางด้านคหกรรมศาสตร์	.3300	.026	.143

*p < .05

การเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวมกับคะแนนเฉลี่ยสะสม

จากการศึกษาการเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวม และองค์ประกอบของทักษะชีวิตกับคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาโดยภาพรวมพบว่า มีองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่มีความแตกต่างกับคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ คือ กลุ่มคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 กลุ่มคะแนนเฉลี่ย 2.01-3.00 และกลุ่มคะแนนเฉลี่ย 3.01-4.00 ด้วย F-test พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($F = 6.100, p = .003$) ใน 5 ด้าน คือ ทัศนคติในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม ความเห็นใจผู้อื่น การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร และการคิดวิเคราะห์ (ตารางที่ 24) และเมื่อทำการเปรียบเทียบภายหลังด้วยวิธีการของ Scheffe พบว่า นักศึกษากลุ่มคะแนนเฉลี่ย 3.01-4.00 มีระดับทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 25)

ตารางที่ 24 ผลการเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวม กับคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษา

แหล่งของความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p
ระหว่างกลุ่ม	.045	2	.212	6.100*	.003
ภายในกลุ่ม	10.338	297	.035		
รวม	10.763	299			

*p < .05

ตารางที่ 25 ผลการเปรียบเทียบภายหลังทักษะชีวิตโดยภาพรวม กับคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษา

การเปรียบเทียบระหว่าง	ความแตกต่าง ของค่าเฉลี่ย	ความคลาดเคลื่อน มาตรฐาน	p
กลุ่มคะแนนเฉลี่ยสะสมต่ำกว่า 2.00	.0496	.026	.071
กลุ่มคะแนนเฉลี่ยสะสม 2.01-3.00	.0474	.025	.186
กลุ่มคะแนนเฉลี่ยสะสม 3.01-4.00	.0969*	.027	.003

*p < .05

การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในครอบครัวกับสาขาวิชาที่เรียน

จากการทดสอบความแตกต่างของคุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวม จำแนกตามกลุ่มสาขาวิชาที่เรียนของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ คือ กลุ่มสาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย กลุ่มสาขาวิชาทางด้านอาหารและโภชนาการ และกลุ่มสาขาวิชาทางด้านคหกรรมศาสตร์ด้วย F-test พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (F = 2.857, p = .059) (ตารางที่ 26)

ตารางที่ 26 ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวม กับสาขาวิชาที่เรียน

แหล่งของความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p
ระหว่างกลุ่ม	1.137	2	.569	2.857	.059
ภายในกลุ่ม	59.109	297	.199		
รวม	60.246	299			

การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวมกับคะแนนเฉลี่ยสะสม

จากการศึกษาการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวม และองค์ประกอบของ
คุณภาพชีวิตในครอบครัวกับคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาโดยภาพรวมพบว่า มีองค์ประกอบของ
คุณภาพชีวิตในครอบครัวที่มีความแตกต่างกับคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ คือ กลุ่มคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 กลุ่มคะแนนเฉลี่ย
2.01-3.00 และกลุ่มคะแนนเฉลี่ย 3.01-4.00 ด้วย F-test พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติที่ระดับ .05 ($F = 2.837, p = .060$) (ตารางที่ 27)

ตารางที่ 27 ผลการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวมกับคะแนนเฉลี่ยสะสมของ
นักศึกษา

แหล่งของความแปรปรวน	SS	df	MS	F	p
ระหว่างกลุ่ม	1.129	2	.565	2.837	.060
ภายในกลุ่ม	59.117	297	.199		
รวม	60.246	299			

ข้อวิจารณ์

จากการศึกษาเรื่อง การเปรียบเทียบทักษะชีวิตกับคุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาคห-
กรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มีข้อวิจารณ์ ในประเด็นเกี่ยวกับทักษะชีวิตกับ
คุณภาพชีวิต ในครอบครัวของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ใน
ด้านต่าง ๆ ได้แก่ การคิดวิเคราะห์ ความคิดสร้างสรรค์ การตระหนักรู้ในตน ความเห็นใจผู้อื่น ความ
ภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร การตัดสินใจและ
การแก้ปัญหา และการจัดการอารมณ์และความเครียด และคุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาคห-
กรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ในด้านต่าง ๆ ได้แก่ ด้านสุขภาพกาย ด้าน
จิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม ตลอดจนการศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิต กับ
คุณภาพชีวิตในครอบครัว ของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ใน
แต่ละด้าน ดังนี้

ทักษะชีวิต

นักศึกษาเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ประมาณสองในสาม (65.9%) มีทักษะชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับปกติและสูงกว่าปกติ ซึ่งนักศึกษาส่วนใหญ่มีบิดามารดาที่สถานภาพสมรสยังอยู่ร่วมกัน (ตารางที่ 3) เป็นผลให้นักศึกษามีทักษะชีวิตสูง สอดคล้องกับการศึกษาของ ยุพยงค์ (2543ก) ที่พบว่าการส่งเสริมให้ครอบครัวระยะมีบุตรวัยรุ่น มีการปฏิบัติพัฒนกิจที่ดีและเหมาะสม จะช่วยให้วัยรุ่นมีทักษะชีวิตพื้นฐานที่ดีด้วย ซึ่งทักษะชีวิตจะทำให้วัยรุ่นเข้มแข็ง และเป็นภูมิคุ้มกันต่อปัญหาต่าง ๆ รอบตัวได้เป็นอย่างดี

เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าประเด็นที่น่าสนใจ คือ ทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์ ด้านความคิดสร้างสรรค์ ด้านการตระหนักรู้ในตน ด้านความเห็นใจผู้อื่น ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร ด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหา และด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด

ด้านการคิดวิเคราะห์

นักศึกษาประมาณสองในสาม (65.2%) มีทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์อยู่ในระดับปกติและสูงกว่าปกติ ซึ่งนักศึกษามากกว่าครึ่งเล็กน้อยมีผลการเรียนอยู่ในระดับปานกลางถึงดีมาก (คะแนนเฉลี่ยสะสม 3.00 ขึ้นไป) เป็นผลให้นักศึกษาสามารถพัฒนาทักษะชีวิต ด้านการคิดวิเคราะห์ได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ ยุพดี (2542) ที่พบว่า การส่งเสริมให้มีการฝึกการคิดวิเคราะห์ จะทำให้นักศึกษามีระดับการคิดอย่างมีวิจารณญาณสูงขึ้น

ด้านความคิดสร้างสรรค์

นักศึกษามีทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ ในประเด็น ที่ชอบเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ พบว่าอยู่อันดับแรก ในระดับปกติ ($\bar{x} = 2.33$) สอดคล้องกับการศึกษาของ Ruggiero (1984: 82-92) พบว่าผู้ที่มีความคิดสร้างสรรค์มีลักษณะ เป็นผู้ไม่หยุดนิ่ง คือ มีความอยากรู้อยากเห็น สนุกสนาน ชอบประสบการณ์แปลกใหม่ และชอบเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ

ด้านการตระหนักรู้ในตน

นักศึกษามีทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตน อยู่ในระดับปกติ คือ ยินดีที่จะรับฟังคำวิจารณ์ของผู้อื่น ($\bar{x}=2.49$) และรู้ตนเองเสมอว่ามีอารมณ์อย่างไร ($\bar{x} = 2.47$) แสดงว่านักศึกษามีความเข้าใจตนเอง รู้ว่าตนเองกำลังคิดอะไร รู้สึกอย่างไร กำลังทำอะไรกับตนเอง ตนเองมีข้อบกพร่องอย่างไร และการรับฟังความคิดเห็นจากผู้อื่นจะก่อให้เกิดการปรับปรุงและพัฒนาตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ สติต (2540: 202-203) ที่กล่าวว่า การที่คนเราจะรู้จักตนเองได้ จะต้องวิเคราะห์ตนเองด้วยใจเป็นธรรม ทำใจเป็นกลาง และรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

ด้านความเห็นใจผู้อื่น

นักศึกษาคหกรรมศาสตร์มีทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่น อยู่ในระดับสูงกว่าปกติ ใน 8 ประเด็น คือ ขอมริบว่าคนเรามีความแตกต่างกัน ($\bar{x} = 2.67$) ขอมริบว่าผู้อื่นมีความแตกต่างจากตน ($\bar{x} = 2.62$) อยากเห็นผู้อื่นมีความสุข ($\bar{x} = 2.61$) ยินดีรับฟังความทุกข์ร้อนของเพื่อน ($\bar{x} = 2.57$) ชื่นชมกับความสำเร็จของเพื่อน ($\bar{x} = 2.55$) สนใจกับความรู้สึกของคนรอบข้าง ($\bar{x} = 2.53$) รู้สึกเห็นใจผู้อื่นที่กำลังเดือดร้อน ($\bar{x} = 2.52$) และสามารถสังเกตอารมณ์ผู้อื่นจากสีหน้าและแววตา ($\bar{x} = 2.51$) แสดงว่า นักศึกษาขอมริบว่าบุคคลมีความแตกต่างกัน สนใจในความรู้สึกของคนรอบข้าง ใส่ใจกับความต้องการของผู้อื่น ยินดีรับฟังความทุกข์ร้อนของเพื่อน อยากเห็นผู้อื่นมีความสุข เห็นใจผู้ที่กำลังเดือดร้อน ชื่นชมกับความสำเร็จของเพื่อน สังเกตอารมณ์ของผู้อื่นจากสีหน้าและแววตาได้ และช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อมีโอกา ส สอดคล้องกับแนวความคิดของ World Health Organization (1994a: 1) ที่กล่าวว่า ความเห็นใจผู้อื่น เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกและความเห็นใจบุคคลที่แตกต่างจากเราแม้ว่าเราจะไม่คุ้นเคย ซึ่งจะช่วยให้เราเข้าใจและขอมริบความแตกต่างของบุคคลอื่น ทำให้เกิดความสามัคคี และมีความสัมพันธ์อันดีงามทางสังคม

ด้านความภาคภูมิใจในตนเอง

นักศึกษา มีทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเอง อยู่ในระดับสูงกว่าปกติ ใน 1 ประเด็น คือ การได้รับคำวิจารณ์จากผู้อื่นเป็นโอกาสที่จะพัฒนาตน ($\bar{x} = 2.56$) แสดงว่า นักศึกษารู้สึกว่าตนมีคุณค่า คำวิจารณ์จากผู้อื่นจะช่วยให้เกิดการพัฒนาตนเอง ชื่นชมในความสำเร็จของตนเอง รับผิดชอบ

ต่อผลที่เกิดจากการตัดสินใจ รู้สึกเป็นตัวของตัวเอง และเชื่อว่าตนเองมีความสามารถ สอดคล้องกับแนวคิดของ Maslow (1987 อ้างถึงในยุพพงศ์, 2543ก: 26-27) กล่าวถึงความต้องการของมนุษย์ 5 ขั้น ซึ่งความภาคภูมิใจในตนเองจัดว่าเป็นความต้องการขั้นที่ 4 คือ ความต้องการที่จะมีชื่อเสียง และความต้องการได้รับความยกย่องและความนับถือ สอดคล้องกับแนวคิดของยุพพงศ์ (2543ก: 26-27) กล่าวว่า บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง จะทำให้รู้สึกว่าเป็นคนที่มีคุณค่า มีความสามารถ และรู้สึกว่าชีวิตมีประโยชน์ มักจะประสบความสำเร็จในชีวิต การเรียน และการทำงาน หากบุคคลใดขาดความภาคภูมิใจในตนเองจะทำให้ตนเองในแง่ลบ คุกคามความสามารถของตนเอง ซึ่งจะมีอิทธิพลต่อความรู้สึกนึกคิด อารมณ์ การตัดสินใจ และพฤติกรรมต่าง ๆ อาจก่อให้เกิดปัญหาในการปรับตัว และปัญหาต่าง ๆ ตามมาได้

ด้านความรับผิดชอบต่อสังคม

นักศึกษาศึกษาศาสตร์มีทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคม อยู่ในระดับสูงกว่าปกติ ใน 3 ประเด็น คือ รู้สึกผิดเมื่องานส่วนรวมไม่สำเร็จ ($\bar{x} = 2.59$) รู้สึกผิดเมื่อแสดงความเห็นแก่ตัว ($\bar{x} = 2.55$) และรู้สึกไม่สบายใจหากคนอื่นเดือดร้อนจากการกระทำของตน ($\bar{x} = 2.53$) แสดงว่า นักศึกษามีความรู้สึกไม่สบายใจและยินดีแสดงความรับผิดชอบเมื่อมีผู้อื่นเดือดร้อนจากการกระทำ คิดว่าการปฏิบัติตามกฎระเบียบเป็นเรื่องที่ดี มีความเต็มใจร่วมมือกับกลุ่มเพื่อให้งานสำเร็จ เมื่อแสดงความเห็นแก่ตัวจะรู้สึกผิด คิดว่าการรับผิดชอบต่อสังคมเป็นเรื่องของตน และหากงานส่วนรวมไม่สำเร็จจะรู้สึกผิด การที่บุคคลมีความรู้สึกที่ดีต่อสังคม พร้อมที่จะเป็นกำลังปกป้องและแก้ไขปัญหาสังคมตามบทบาทหน้าที่ที่แต่ละคนพึงมี สอดคล้องกับแนวความคิดของ ไชยรัตน์ (2531 อ้างถึงใน ประวิตร และนุชานา, 2544ข: 16) กล่าวถึงองค์ประกอบของความรับผิดชอบต่อสังคม ได้แก่ ความรับผิดชอบต่อหน้าที่ พลเมือง ความรับผิดชอบต่อครอบครัว ความรับผิดชอบต่อโรงเรียน และความรับผิดชอบต่อเพื่อน

ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร

นักศึกษา มีทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร อยู่ในระดับสูงกว่าปกติ ใน 2 ประเด็น คือ เป็นคนจริงใจกับคนอื่น และ มีความเป็นกันเองกับทุกคน ($\bar{x} = 2.52, 2.51$) แสดงว่า นักศึกษามีความจริงใจกับผู้อื่นและมีความเป็นกันเองกับทุกคน สอดคล้องกับแนวความคิดของ ชิตาภา (2546ก: 165-166) และยุพพงศ์ (2543ก: 28) กล่าวถึงหลักการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ได้แก่ การยิ้มแย้ม

แจ่มใส รู้จักฟังมากกว่าพูด มีทัศนคติที่ดีต่อคนทั่วไป ศึกษาจุดดีจุดด้อยเพื่อจะได้ปรับตัวเข้าหากัน ให้ความสำคัญแก่ผู้อื่น ปฏิบัติต่อทุกคนเท่าเทียมกัน สร้างมิตรภาพที่ดีด้วยความรัก มีความจริงใจต่อผู้อื่น วางตัวให้ถูกกาลเทศะและ บุคคล สร้างความประทับใจในการพูด มีอารมณ์ขัน รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และแสวงหาจุดร่วม สงวนจุดต่าง ซึ่งบุคคลที่มีสัมพันธภาพและการสื่อสารที่ดี จะทำให้สามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมในสังคม

ด้านการตัดสินใจและแก้ปัญหา

นักศึกษา มีทักษะชีวิต ด้านการตัดสินใจและแก้ปัญหาอยู่ในระดับปกติทุกประเด็น คือ เชื่อว่าทุกปัญหามีทางออกเสมอ ($\bar{x} = 2.42$) และยอมรับผลที่จะเกิดจากการตัดสินใจของตน ($\bar{x} = 2.33$) ชอบมองอะไรหลาย ๆ มุม ($\bar{x} = 2.28$) เมื่อต้องทำอะไรสักอย่าง อยากรู้ที่มาที่ไปของสิ่งนั้นก่อน ($\bar{x} = 2.26$) หากไม่มั่นใจมักปรึกษาคนอื่นก่อนตัดสินใจ ($\bar{x} = 2.25$) ไม่ชอบตัดสินใจเสี่ยง ๆ ($\bar{x} = 2.24$) ชอบคาดการณ์ล่วงหน้าในสิ่งที่จะลงมือทำ ($\bar{x} = 2.24$) ก่อนตัดสินใจมักคิดอย่างรอบคอบ ($\bar{x} = 2.23$) เมื่อต้องแก้ปัญหา มักค้นหาทางเลือกหลาย ๆ ทาง ($\bar{x} = 2.21$) เมื่อทำอะไรแล้วเกิดปัญหาจะค้นหาสาเหตุให้พบ ($\bar{x} = 2.19$) ไม่ชอบแก้ปัญหาด้วยตัวเองโดยไม่ปรึกษาใคร ($\bar{x} = 2.18$) เมื่อทำอะไรแล้วเกิดปัญหา จะไม่เลิกทำสิ่งนั้น ($\bar{x} = 2.14$) สนใจผลที่จะเกิดจากการตัดสินใจ ($\bar{x} = 2.11$) ไม่ชอบทำงานตามคำสั่งมากกว่าให้ตัดสินใจเอง ($\bar{x} = 2.08$) สามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี ($\bar{x} = 2.05$) ไม่ชอบตัดสินใจตามเพื่อน ๆ หรือตามคนส่วนใหญ่ ($\bar{x} = 2.03$) และไม่ชอบการตัดสินใจที่รีบไว ที่หากมีปัญหาค่อยแก้ไขอย่างช้า ๆ ($\bar{x} = 2.03$) แสดงว่านักศึกษาเชื่อว่าทุกปัญหามีทางออกเสมอ และยอมรับผลที่เกิดจากการตัดสินใจ สอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับการตัดสินใจแก้ปัญหาที่มีประสิทธิภาพของ Bloom (1956 อ้างถึงใน กันยา, 2538: 119) กล่าวถึงลักษณะของการตัดสินใจแก้ปัญหาที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ การเข้าใจถึงตัวปัญหาอย่างถ่องแท้ มีข้อมูลและความรู้เพียงพอสำหรับการแก้ปัญหา มีความพร้อมและวิธีการแก้ปัญหาที่ดี เชื่อมั่นในตัวเอง มั่นใจว่าทุกปัญหามีทางออก และสามารถแก้ปัญหานั้นได้ พร้อมยอมรับผลที่เกิดจากการตัดสินใจและการกระทำ

ด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด

นักศึกษา มีทักษะชีวิตด้านการจัดการอารมณ์และความเครียดอยู่ในระดับปกติ ใน 12 ประเด็น คือ คนอื่นมักบอกว่าตนนั้นเป็นคนร่าเริง อารมณ์ดี ($\bar{x} = 2.37$) เมื่อรู้สึกเครียดมักหากิจกรรมอื่นทำ

($\bar{x} = 2.25$) กล้าเผชิญหน้ากับความผิดหวังหรือเสียใจ ($\bar{x} = 2.19$) เมื่ออยู่ในภาวะตึงเครียดสามารถหาทางออกได้ ($\bar{x} = 2.11$) ไม่เป็นคนเคร่งเครียด และจริงจังกับทุกเรื่อง ($\bar{x} = 2.11$) เป็นคนไม่จมอยู่กับอดีต ($\bar{x} = 2.08$) แสดงออกอย่างเหมาะสมเมื่อมีอารมณ์โกรธ ($\bar{x} = 2.07$) เป็นคนใจเย็นไม่โกรธใครง่าย ๆ ($\bar{x} = 2.06$) คนอื่นมักบอกว่าตนเก็บอารมณ์ได้ดี ($\bar{x} = 1.93$) เป็นคนอารมณ์มั่นคง ไม่เปลี่ยนแปลงง่าย ($\bar{x} = 1.89$) เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจจะไม่อยู่คนเดียว ($\bar{x} = 1.87$) และเป็นคนไม่กลัวความผิดหวัง ($\bar{x} = 1.84$) ซึ่งนักศึกษามากกว่าครึ่งเล็กน้อยมีผลการเรียนอยู่ในระดับปานกลางถึงดีมาก สอดคล้องกับผลการวิจัยของชุดิมา (2547) พบว่า นักศึกษาที่มีความสามารถในการจัดการอารมณ์และความเครียดสูง จะมีความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนสูงด้วย ส่งผลให้นักศึกษาประสบความสำเร็จในด้านการเรียน

คุณภาพชีวิตในครอบครัว

นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพเกือบสามในสี่ (71.3%) มีคุณภาพชีวิตโดยภาพรวมระดับปานกลาง เมื่อแยกพิจารณารายด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพกาย พบว่า นักศึกษาเกือบสามในสี่ (74.6%) มีคุณภาพชีวิตระดับปานกลาง ด้านจิตใจ พบว่านักศึกษเกือบทั้งหมด (98.1%) มีคุณภาพชีวิตระดับปานกลาง ด้านสัมพันธภาพทางสังคม พบว่านักศึกษเกือบสองในสาม (65.2%) มีคุณภาพชีวิตระดับปานกลาง และด้านสิ่งแวดล้อม พบว่า นักศึกษาเกือบสามในสี่ (72.9%) มีคุณภาพชีวิตระดับปานกลาง สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (สำนักงานคณะกรรมการการพัฒนาศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ: 2545) ที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนไทยทุกคนให้มีคุณภาพ มีสุขภาพแข็งแรง เป็นคนเก่ง คนดี มีระเบียบวินัย รู้หน้าที่ มีความซื่อสัตย์ สุจริต รับผิดชอบต่อสังคมส่วนรวมและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น การเสริมสร้างความเข้มแข็งของกลไกทางสังคมทุกระดับ โดยเฉพาะสถาบันครอบครัว องค์กรทางศาสนา องค์กรส่วนท้องถิ่น ภาคเอกชน สื่อมวลชนและประชาชน เพื่อให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาพลังปัญญา ศีลธรรมและวัฒนธรรมของคนไทย

การเปรียบเทียบทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตในครอบครัว

การเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวมกับสาขาวิชาที่เรียน จากการศึกษารเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวม และองค์ประกอบของทักษะชีวิตกับสาขาวิชาที่เรียนของนักศึกษาโดยภาพรวม พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ กลุ่มสาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้า

และเครื่องแต่งกายมีความแตกต่างกับกลุ่มสาขาวิชาทางด้านเกษตรศาสตร์ ใน 3 ด้าน คือความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม และการตัดสินใจและการแก้ปัญหา และเมื่อทำการเปรียบเทียบภายหลังด้วยวิธีการของ Scheffe' พบว่านักศึกษาในกลุ่มสาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายมีระดับทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มสาขาวิชาทางด้านเกษตรศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวมกับคะแนนเฉลี่ยสะสม จากการศึกษาการเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวม และองค์ประกอบของทักษะชีวิตกับคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาโดยภาพรวมพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ใน 5 ด้าน คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม ความเห็นใจผู้อื่น การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร และการคิดวิเคราะห์ และเมื่อทำการเปรียบเทียบภายหลังด้วยวิธีการของ Scheffe' พบว่านักศึกษาในกลุ่มคะแนนเฉลี่ย 3.01-4.00 มีระดับทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ชมพูนุช (2539) ที่พบว่า นักศึกษาที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงจะมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงด้วย ทำให้มีความสุขในการทำงานและการดำเนินชีวิตต่อไป และรุ่งนภา (2543) ที่พบว่า บุคคลที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกอย่างเหมาะสม จะมีพฤติกรรมการแสดงออกอย่างเหมาะสมและสัมพันธภาพระหว่างบุคคล มากกว่าบุคคลที่ทำงานตามปกติ ทำให้สามารถดำเนินชีวิตร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีความสุข

การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในครอบครัวกับสาขาวิชาที่เรียน จากการศึกษาทดสอบความแตกต่างของคุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวม จำแนกตามกลุ่มสาขาวิชาที่เรียน พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวมกับคะแนนเฉลี่ยสะสม จากการศึกษาการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวม กับคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาโดยภาพรวมพบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 ($F = 2.837, p = .060$) (ตารางที่ 27)

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การเปรียบเทียบทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาเกษตรกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ทักษะชีวิต คุณภาพชีวิตในครอบครัว และการเปรียบเทียบทักษะชีวิต และคุณภาพชีวิตในครอบครัวกับสาขาวิชาที่เรียนและคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักศึกษาเกษตรกรรมศาสตร์ระดับปริญญาตรี คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ซึ่งมีอยู่ 2 พื้นที่ ได้แก่ พื้นที่เทคนิคกรุงเทพฯ และพื้นที่พระนครใต้ จำนวน 300 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือแบบสอบถาม ซึ่งแบ่งเป็น 3 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 ลักษณะทั่วไปของนักศึกษา ตอนที่ 2 แบบประเมินทักษะชีวิต ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข และ ตอนที่ 3 เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตในครอบครัวของสุวัฒน์ และคณะ สถิติที่ใช้ได้แก่ ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์เปรียบเทียบใช้การวิเคราะห์ One way ANOVA (F-test) ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

ลักษณะทั่วไปของนักศึกษาเกษตรกรรมศาสตร์

นักศึกษาเกษตรกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ที่ได้รับเลือกมาเป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดนี้เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย 258 คน กล่าวคือ เกือบทั้งหมดเป็นผู้หญิง คือ ร้อยละ 86.0 ที่เหลือประมาณ 42 คนเป็นเพศชาย คือ ร้อยละ 14.0 มีอายุตั้งแต่ 16-28 ปี อายุเฉลี่ย 19.94 ปี นักศึกษาเกือบครึ่งมีอายุระหว่าง 20-21 ปี คือ 138 คน ร้อยละ 46.0 รองลงมามีอายุน้อยกว่า 19 ปี คือ 75 คน ร้อยละ 41.7 ที่เหลืออีก 37 คน ร้อยละ 12.3 มีอายุ 22 ปีขึ้นไป บิดามารดาของนักศึกษาส่วนใหญ่อยู่ร่วมกัน คือ 214 คน ร้อยละ 71.3 รองลงมาบิดาถึงแก่กรรมและ บิดาและมารดาหย่าร้างกัน ในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน คือ 24, 23 คน คิดเป็นร้อยละ 8.0 และ ร้อยละ 7.7 ที่เหลือบิดาและมารดาถึงแก่กรรม บิดามารดาแยกกันอยู่โดยมิได้หย่าร้างกัน และ มารดาถึงแก่กรรมในสัดส่วนลดหลั่น

กัน คือ 18, 15, 6 คน คิดเป็นร้อยละ 6.0, 5.0 และร้อยละ 2.0 ตามลำดับ มีผลการเรียนเฉลี่ยตั้งแต่ 1.75 – 4.00 ค่าเฉลี่ยของผลการเรียนเฉลี่ย คือ 2.78 นักศึกษา 103 คน ประมาณหนึ่งในสามมีผลการเรียนอยู่ในระดับปานกลางถึงดี เฉลี่ย 2.50 – 2.99 ร้อยละ 34.3 โดยนักศึกษากำหนดจำนวน 84 คน ร้อยละ 28.0 มีผลการเรียนอยู่ในระดับดีเฉลี่ย 3.00 – 3.49 และนักศึกษากำหนดจำนวน 81 คน ร้อยละ 27.0 มีผลการเรียนอยู่ในระดับปานกลางเฉลี่ยระหว่าง 2.00 – 2.49 ถัดมานักศึกษากำหนดจำนวน 26 คน ร้อยละ 8.7 มีผลการเรียนอยู่ในระดับดีมากเฉลี่ยมากกว่า 3.5 ขึ้นไป และนอกจากนี้เมื่อนักศึกษาเพียงร้อยละ 2.0 จำนวน 6 คน มีผลการเรียนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 ในแต่ละชั้นปีมีสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน โดยศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 3 ชั้นปีที่ 1 และ ชั้นปีที่ 4 จำนวน 87, 74, 70, 69 คน คือ ร้อยละ 29.0, 24.7, 23.3 และร้อยละ 23.0 ตามลำดับ โดยแบ่งออกเป็นกลุ่มสาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย กลุ่มสาขาวิชาทางด้านอาหารและโภชนาการ และกลุ่มสาขาวิชาทางด้านคหกรรมศาสตร์จำนวนสาขาวิชาละ 100 คน รวม 300 คน คือ ร้อยละ 33.3 ในแต่ละสาขาวิชา

ทักษะชีวิต

ในการศึกษาทักษะชีวิตของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ได้ศึกษาทักษะชีวิต 9 ด้านได้แก่ การคิดวิเคราะห์ ความคิดสร้างสรรค์ การตระหนักรู้ในตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น ความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม การสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร การตัดสินใจและการแก้ปัญหา และการจัดการอารมณ์และความเครียด รายละเอียดของทักษะชีวิตแต่ละด้านมีดังนี้

ทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์ พบว่า นักศึกษาเกือบครึ่ง (48.3%) มีทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์อยู่ในระดับปกติ รองลงมา (34.8%) มีทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ และอีกเพียงร้อยละ 16.9 ทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์อยู่ในระดับสูงกว่าปกติโดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.15 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์ซึ่งมีทั้งสิ้น 10 ประเด็น พบว่ามีทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์ในระดับปกติทั้ง 10 ประเด็น เรียงตามลำดับดังนี้

ชอบคิดวางแผนก่อนที่จะทำสิ่งใด บอกได้ว่าการกระทำดีหรือไม่ดี ชอบคิดคาดการณ์สิ่งต่าง ๆ ล่วงหน้า เมื่อพบปัญหาจะพยายามคิดหาสาเหตุ มักจะมองอะไรหลาย ๆ แง่มุม ไม่ค่อยตามสิ่งที่เพื่อน บอก ไม่ได้สรุปสิ่งใด ๆ โดยใช้เหตุผลส่วนตัว ไม่เชื่ออะไรง่าย ๆ ใช้เหตุผลมากกว่าความเคยชิน และเลือกสิ่งที่เป็นประโยชน์มากกว่าสิ่งที่ชอบ

ทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ พบว่า นักศึกษามากกว่าสามในห้าเล็กน้อย (61.0%) มีทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์อยู่ในระดับสูงกว่าปกติ รองลงมาร้อยละ 35.2 มีทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์อยู่ในระดับปกติ ส่วนนักศึกษาที่มีทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติมีเพียงร้อยละ 3.8 โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.08 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์ซึ่งมีทั้งสิ้น 10 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านความคิดสร้างสรรค์อยู่ในระดับปกติ เรียงตามลำดับดังนี้

ชอบเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ไม่ชอบทำตามสิ่งที่ผู้อื่นทำมาก่อน ชอบเสนอความคิดใหม่ ๆ ไม่ชอบคิดต่อจากสิ่งที่คนอื่นคิดไว้ ชอบค้นหาวิธีการใหม่ ๆ ไม่กลัวการเปลี่ยนแปลง คิดอย่างรอบคอบก่อนทำ ชอบคิดแตกต่างจากคนอื่น สามารถขยายความคิดได้มากมาย และไม่ชอบสภาพแวดล้อมที่มีระเบียบแบบแผน

ทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตน พบว่า ครึ่งหนึ่งของนักศึกษา (50.0%) มีทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนอยู่ในระดับปกติ รองลงมานักศึกษาหนึ่งในสี่ (25.4%) มีทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ และเกือบหนึ่งในสี่ (24.6%) มีทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.29 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนซึ่งมีทั้งสิ้น 12 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนอยู่ในระดับปกติ เรียงตามลำดับดังนี้

ยินดีที่จะรับฟังคำวิจารณ์ของคนอื่น รู้ตัวเสมอว่ากำลังมีอารมณ์อย่างไร รู้สาเหตุที่ทำให้ผิดหวังหรือเสียใจ บอกความรู้สึกที่แท้จริงได้ว่าชอบอะไร ไม่ชอบอะไร มีจุดที่ต้องปรับปรุง บอกได้ว่าสิ่งที่ทำได้ดีหรือไม่ดี รู้ความสามารถตัวเอง เอาใจใส่ในการหาจุดบกพร่องและปรับปรุงตนเองเสมอ ปรับ

อารมณ์ให้เป็นปกติโดยเร็ว หากมีคนโต้แย้งจะไม่แสดงอาการ ไม่พอใจ มีจุดเด่นในตัวเอง และมักทำในสิ่งที่ตรงกับความสามารถ

ทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่น พบว่า นักศึกษาเกือบสองในสาม (62.3%) มีทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่นอยู่ในระดับปกติ รองลงมาร้อยละ 26.0 มีทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่นอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ ส่วนนักศึกษาที่มีทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่นอยู่ในระดับสูงกว่าปกติมีเพียงร้อยละ 11.7 โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.37 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่นซึ่งมีทั้งสิ้น 14 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่นอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ 8 ข้อ เรียงตามลำดับดังนี้

ยอมรับว่าคนเรามีความแตกต่างกัน ยอมรับว่าผู้อื่นมีความแตกต่างจากตน อยากเห็นผู้อื่นมีความสุข ยินดีรับฟังความทุกข์ร้อนของเพื่อน ชื่นชมกับความสำเร็จของเพื่อน สนใจกับความรู้สึกของคนรอบข้าง รู้สึกเห็นใจผู้อื่นที่กำลังเดือดร้อน และสามารถสังเกตอารมณ์ผู้อื่นจากสีหน้าและแววตา

นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่นอยู่ในระดับปกติ 6 ข้อ เรียงตามลำดับดังนี้

ช่วยเหลือคนอื่นเมื่อมีโอกาส ใส่ใจกับความต้องการผู้อื่น รู้สึกไม่สบายใจเมื่อเพื่อนมีปัญหา เป็นที่พึ่งของเพื่อน ๆ ได้ ไม่รู้สึกเป็นภาระเมื่อต้องรับผิดชอบงานของคนอื่น และชอบยุ่งเรื่องของคนอื่น

ทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเอง พบว่า นักศึกษาสองในห้า (40.8%) มีทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับปกติ รองลงมาอีกหนึ่งในสาม (33.6%) มีทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ และนักศึกษาประมาณหนึ่งในสี่ (25.6%) มีทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.26 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเองซึ่งมีทั้งสิ้น 14 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ 1 ข้อ คือ การได้รับคำวิจารณ์จากผู้อื่นเป็นโอกาสที่จะพัฒนาตัวเอง ส่วนข้อคำถามอีก 13 ข้อ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มีทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเองในระดับปกติ เรียงตามลำดับดังนี้

ไม่รู้สีกว่าตัวเองไร้ค่า พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ ชื่นชมกับความสำเร็จของตัวเอง มีความรู้สึกที่ดีต่อตัวเอง รู้ว่าตัวเองมีค่าไม่น้อยไปกว่าคนอื่น รับผิดชอบต่อผลที่เกิดจากการตัดสินใจ เชื่อว่าตัวเองมีความสามารถ รู้สึกเป็นตัวของตัวเอง สามารถเอาชนะอุปสรรคได้ กล้าแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ มักจะไม่คล้อยตามความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ ไม่ได้ทำอะไร ๆ เพื่อให้คนอื่นยอมรับ และเมื่อทำผิดพลาดจะไม่ขาดความมั่นใจ

ทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคม พบว่า นักศึกษาร้อยละ 47.7 มีทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคมอยู่ในระดับปกติ รองลงมาร้อยละ 44.2 มีทักษะชีวิต ด้านความรับผิดชอบต่อสังคมอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ ส่วนนักศึกษาที่มีทักษะชีวิต ด้านความรับผิดชอบต่อสังคมอยู่ในระดับสูงกว่าปกติมีเพียงร้อยละ 8.1 โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.38 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคมซึ่งมีทั้งสิ้น 14 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคมอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ 3 ข้อ เรียงตามลำดับดังนี้ รู้สึกผิดเมื่องานส่วนรวมไม่สำเร็จ รู้สึกผิดเมื่อแสดงความเห็นแก่ตัว และรู้สึกไม่สบายใจหากคนอื่นเดือดร้อนจากการกระทำของตน

ส่วนข้อคำถามอีก 11 ข้อ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มีทักษะชีวิตด้านความภูมิใจในตนเองในระดับปกติ 11 ข้อ เรียงตามลำดับดังนี้ เต็มใจร่วมมือกับกลุ่ม เพื่อให้งานสำเร็จ ยินดีรับผิดชอบหากคนอื่นเดือดร้อนจากการกระทำของตนเอง การปฏิบัติตามกฎระเบียบ ไม่ใช่สิ่งที่เสียเวลา ไม่คิดว่าการรับผิดชอบต่อสังคมเป็นเรื่องไกลตัว และยินดีให้ความร่วมมือกับส่วนรวม ยินดีเสียสละหากทำให้สังคมดีขึ้น ไม่คิดว่าการรับผิดชอบต่อสังคมไม่ใช่เรื่องของเด็ก เป็นคนตรงต่อเวลา รู้สึกผิดถ้าทิ้งขยะ ไม่เป็นที่เป็นทาง เป็นคนมีวินัยในตนเอง และกฎระเบียบ ไม่ใช่สิ่งที่ฝ่าฝืนได้

ทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร พบว่า นักศึกษามากกว่าครึ่งเล็กน้อย (55.0%) มีทักษะชีวิต ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารอยู่ในระดับปกติ รองลงมาร้อยละ 26.9 มีทักษะชีวิต ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ ส่วนนักศึกษาที่มีทักษะชีวิต ด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารอยู่ในระดับสูงกว่าปกติมีเพียงร้อยละ 18.1 โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.15 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารซึ่งมีทั้งสิ้น 17 พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้าน

การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ 2 ข้อ คือ เป็นคนจริงใจกับคนอื่น และ มีความเป็นกันเองกับทุกคน

ส่วนข้อคำถามอีก 15 ข้อ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารในระดับปกติ เรียงตามลำดับดังนี้ คนอื่นไม่ได้บอกว่าตนเป็นคนหึง อายากรู้จักคนอื่น ไม่ชอบมองโลกในแง่ร้ายไว้ก่อน เพื่อนส่วนมากชอบตน ปฏิเสธคนอื่นไม่เป็น ชอบทำงานร่วมกับผู้อื่น ไม่รู้สึกลำบากใจเมื่อต้องคุยกับคนไม่รู้จัก รู้สึกว่าเป็นที่ไว้วางใจของเพื่อนๆ เมื่อมีความขัดแย้งจะไม่หลบหน้าไป หากทำงานร่วมกับผู้อื่นตนมักทำได้ดี สามารถฟังและจับใจความได้ดี ไม่กังวลเมื่อต้องไปพบปะคนที่ไม่รู้จัก คนอื่นมักเห็นคล้อยตามในสิ่งที่ตนพูด คนอื่นมักบอกว่าตนพูดเข้าใจง่าย ชัดเจน และเวลาจะติดต่อกับผู้อื่น เพื่อนๆ มักให้ตนเป็นผู้นำ

ทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจและแก้ปัญหา พบว่า นักศึกษามากกว่าครึ่งเล็กน้อย (55.8%) มีทักษะชีวิต ด้านการตัดสินใจและแก้ปัญหา อยู่ในระดับปกติ รองลงมาเกือบหนึ่งในสาม (31.9%) มีทักษะชีวิต ด้านการตัดสินใจและแก้ปัญหา อยู่ในระดับสูงกว่าปกติ และอีกเพียงร้อยละ 12.3 ที่มีทักษะชีวิต ด้านการตัดสินใจและแก้ปัญหา อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.19 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหาซึ่งมีทั้งสิ้น 17 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านการตัดสินใจและการแก้ปัญหาอยู่ในระดับปกติทั้งหมด 17 ข้อ เรียงตามลำดับดังนี้

เชื่อว่าทุกปัญหามีทางออกเสมอ และยอมรับผลที่จะเกิดจากการตัดสินใจของตน ชอบมองอะไรหลายๆ มุม เมื่อต้องทำอะไร อายากรู้ที่มาที่ไปของสิ่งนั้นก่อน หากไม่มั่นใจมักปรึกษาคนอื่นก่อนตัดสินใจ ไม่ชอบตัดสินใจเสี่ยง ๆ ชอบคาดการณ์ล่วงหน้าในสิ่งที่จะลงมือทำ ก่อนตัดสินใจมักคิดอย่างรอบคอบ เมื่อต้องแก้ไขปัญหามักค้นหาทางเลือกหลายๆ ทาง เมื่อทำอะไรแล้วเกิดปัญหา จะค้นหาสาเหตุให้พบ ไม่ชอบแก้ปัญหาด้วยตัวเองโดยไม่ปรึกษาใคร เมื่อทำอะไรแล้วเกิดปัญหา จะไม่เลิกทำสิ่งนั้น สนใจผลที่จะเกิดจากการตัดสินใจ ไม่ชอบทำงานตามคำสั่งมากกว่าให้ตัดสินใจเอง สามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี ไม่ชอบตัดสินใจตามเพื่อนๆ หรือตามคนส่วนใหญ่ และไม่ชอบการตัดสินใจที่ฉับไว ที่หากมีปัญหาค่อยแก้ไขช้าๆ

ทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด พบว่า นักศึกษาเกือบสองในห้า (58.3%) มีทักษะชีวิต ด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด อยู่ในระดับปกติ รองลงมาร้อยละ 23.1 มีทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ และอีกร้อยละ 18.6 ที่มีทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 2.06 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดซึ่งมีทั้งสิ้น 12 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียดอยู่ในระดับปกติ ทั้ง 12 ข้อ เรียงตามลำดับดังนี้

คนอื่นมักบอกว่าตนเป็นคนร่าเริง อารมณ์ดี เมื่อรู้สึกเครียดมักหากิจกรรมอื่นทำ กล้าเผชิญหน้ากับความผิดหวังหรือเสียใจ เมื่ออยู่ในภาวะตึงเครียดสามารถหาทางออกได้ ไม่เป็นคนเคร่งเครียด และจริงจังกับทุกเรื่อง เป็นคนไม่จมอยู่กับอดีต แสดงออกอย่างเหมาะสมเมื่อมีอารมณ์โกรธ เป็นคนใจเย็น ไม่โกรธใครง่าย ๆ คนอื่นมักบอกว่าตนเก็บอารมณ์ได้ดี เป็นคนอารมณ์มั่นคง ไม่เปลี่ยนแปลงง่าย เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจจะไม่อยู่คนเดียว และเป็นคนไม่กลัวความผิดหวัง

ทักษะชีวิตโดยภาพรวม พบว่า นักศึกษาเกือบสองในสาม (61.9%) มีทักษะชีวิต โดยภาพรวม อยู่ในระดับปกติ รองลงมาประมาณหนึ่งในสาม (34.2%) มีทักษะชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ และอีกเพียงร้อยละ 3.9 ที่มีทักษะชีวิตโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ

คุณภาพชีวิตในครอบครัว

ในการศึกษาคุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตในครอบครัว 4 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม รายละเอียดของคุณภาพชีวิตในแต่ละด้านมีดังนี้

ด้านสุขภาพกาย

นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเกือบสามในสี่ (74.6%) มีคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกายในระดับปานกลาง โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 3.35 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกายซึ่งมีทั้งสิ้น 7 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มีคุณภาพชีวิตในครอบครัวด้านสุขภาพกาย อยู่ในระดับดี 2 ข้อ คือ มีกำลังพอที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละวัน และสามารถไปไหนมาไหนด้วยตนเอง

ส่วนข้อคำถามอีก 5 ข้อ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มีคุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านสุขภาพกายในระดับปานกลาง เรียงตามลำดับดังนี้ ไม่จำเป็นต้องไปรักษาพยาบาลเพื่อที่จะทำงานหรือมีชีวิตรอยู่ไปได้ในแต่ละวัน รู้สึกพอใจที่สามารถทำอะไร ๆ ผ่านไปได้ในแต่ละวัน พอใจกับความสามารถในการทำงานได้อย่างที่เคยทำมา พอใจกับการนอนหลับของตน และการไม่เจ็บปวดตามร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัวที่จะทำให้ไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการ

ด้านจิตใจ

นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเกือบทั้งหมด (98.1%) มีคุณภาพชีวิตด้านจิตใจในระดับดี โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 3.51 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ ซึ่งมีทั้งสิ้น 6 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในครอบครัวอยู่ในระดับดี 2 ข้อ คือ รู้สึกว่าชีวิตมีความหมาย และพอใจในชีวิต เช่น มีความสุข ความสงบ และความหวัง

ส่วนข้อคำถามอีก 4 ข้อ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มีคุณภาพชีวิตในครอบครัว ด้านจิตใจ ในระดับปานกลาง เรียงตามลำดับดังนี้ รู้สึกพอใจในตนเอง การยอมรับรูปร่างหน้าตาของตนเอง การมีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ และไม่มีความรู้สึกไม่ดี เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล

ด้านสัมพันธภาพทางสังคม

นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเกือบสองในสาม (65.2%) มีคุณภาพชีวิต ด้านสัมพันธภาพทางสังคม ในระดับดี โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 3.42 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบคุณภาพชีวิตในกรอบกว้าง ด้านสัมพันธภาพทางสังคมซึ่งมีทั้งสิ้น 3 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในกรอบกว้าง ด้านสัมพันธภาพทางสังคมอยู่ในระดับดี 2 ข้อ คือ พอใจกับความช่วยเหลือที่เคยได้รับจากเพื่อน ๆ และพอใจต่อการผูกมิตรหรือเข้ากับคนอื่น อย่างที่ผ่านมา

ส่วนข้อคำถามที่เหลือ 1 ข้อ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในกรอบกว้างด้านสัมพันธภาพทางสังคม ในระดับปานกลาง คือ ความพอใจในชีวิตทางเพศ

ด้านสิ่งแวดล้อม

นิสิตนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเกือบสามในสี่ (72.9%) มีคุณภาพชีวิต ด้านสิ่งแวดล้อม ในระดับปานกลาง โดยมีคะแนนเฉลี่ยรวม 3.17 เมื่อพิจารณาองค์ประกอบคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีทั้งสิ้น 8 ข้อ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในกรอบกว้างด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับดี 1 ข้อ คือ พอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ตอนนี้

ส่วนข้อคำถามอีก 7 ข้อ นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตในกรอบกว้างด้านสิ่งแวดล้อม ในระดับปานกลาง เรียงตามลำดับดังนี้ รู้สึกว่าชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยในแต่ละวัน ได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตแต่ละวัน สภาพแวดล้อมดีต่อสุขภาพ มีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียด มีเงินพอใช้จ่ายตามความจำเป็น พอใจกับการเดินทางไปไหนมาไหน และพอใจที่จะสามารถไปใช้บริการสาธารณสุขได้ตามความจำเป็น

คุณภาพชีวิตในครอบครัว และสุขภาพโดยรวม

จากการศึกษาพบว่านักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีคุณภาพชีวิตโดยรวม ในระดับดี โดยมีคะแนนเฉลี่ย 3.52 และมีสุขภาพโดยรวม ในระดับปานกลาง โดยมีคะแนนเฉลี่ย 3.19

การเปรียบเทียบทักษะชีวิตและคุณภาพชีวิตในครอบครัว

การเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวมกับสาขาวิชาที่เรียน

จากการศึกษาการเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวม และองค์ประกอบของทักษะชีวิตกับสาขาวิชาที่เรียนของนักศึกษาโดยภาพรวมพบว่า มีองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่มีความแตกต่างกับกลุ่มสาขาวิชาที่เรียนของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ด้วย F-test พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($F = 4.506, p = .012$) คือ กลุ่มสาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายมีความแตกต่างกับกลุ่มสาขาวิชาทางด้านคหกรรมศาสตร์ ใน 3 ด้าน คือความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม และการตัดสินใจและการแก้ปัญหา และเมื่อทำการเปรียบเทียบภายหลังด้วยวิธีการของ Scheffe' พบว่านักศึกษากลุ่มสาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกายมีระดับทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มสาขาวิชาทางด้านคหกรรมศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวมกับคะแนนเฉลี่ยสะสม

จากการศึกษาการเปรียบเทียบทักษะชีวิตโดยภาพรวม และองค์ประกอบของทักษะชีวิตกับคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาโดยภาพรวมพบว่า มีองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่มีความแตกต่างกับคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ คือ กลุ่มคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 กลุ่มคะแนนเฉลี่ย 2.01-3.00 และกลุ่มคะแนนเฉลี่ย 3.01-4.00 ด้วย F-test พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ใน 5 ด้าน คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม ความเห็นใจผู้อื่น การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร และการคิดวิเคราะห์

และเมื่อทำการเปรียบเทียบภายหลังด้วยวิธีการของ Scheffe' พบว่านักศึกษาในกลุ่มคะแนนเฉลี่ย 3.01-4.00 มีระดับทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในครอบครัวกับสาขาวิชาที่เรียน

จากการทดสอบความแตกต่างของคุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวม จำแนกตามกลุ่มสาขาวิชาที่เรียนของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ คือ กลุ่มสาขาวิชาอุตสาหกรรมเสื้อผ้าและเครื่องแต่งกาย กลุ่มสาขาวิชาทางด้านอาหารและโภชนาการ และกลุ่มสาขาวิชาทางด้านคหกรรมศาสตร์ด้วย F-test พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวมกับคะแนนเฉลี่ยสะสม

จากการศึกษาการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตในครอบครัวโดยภาพรวม และองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตในครอบครัวกับคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาโดยภาพรวมพบว่า มีองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตในครอบครัวที่มีความแตกต่างกับคะแนนเฉลี่ยสะสมของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ คือ กลุ่มคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 กลุ่มคะแนนเฉลี่ย 2.01-3.00 และกลุ่มคะแนนเฉลี่ย 3.01-4.00 ด้วย F-test พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากการวิจัยเรื่องการเปรียบเทียบทักษะชีวิตกับคุณภาพชีวิตในครอบครัว ของนักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ผู้วิจัยได้พบประเด็นทักษะชีวิต ที่เป็นที่น่าสังเกตและน่าสนใจหลายประเด็นด้วยกัน เช่น เมื่อพิจารณารายบุคคล พบว่านักศึกษาคหกรรมศาสตร์มากกว่าหนึ่งในสามเล็กน้อย มีทักษะชีวิตโดยภาพรวมอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ และด้านความรับผิดชอบต่อสังคม พบว่า นักศึกษามากกว่าสองในห้าเล็กน้อย มีทักษะชีวิตอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะ สำหรับครอบครัว สถาบันการศึกษา นักศึกษา หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง สถาบันครอบครัว และหน่วยงานที่พัฒนาและส่งเสริมการมีคุณภาพชีวิตที่ดี เพื่อเป็นการพัฒนาทักษะชีวิตแก่นักศึกษา ให้สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้อย่างดี ดังนี้

1. บิดามารดา หรือผู้ปกครอง ควรเล็งเห็นถึงความสำคัญของทักษะชีวิต และควรมีบทบาทในการสร้างเสริมทักษะชีวิตด้านต่างๆ และเปิดโอกาสให้บุตรได้มีประสบการณ์ที่ดีในการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การเข้ารับการอบรม สัมมนา การได้วาที การแสดงความคิดเห็น และการแสดงความสามารถในด้านต่างๆ บิดามารดา หรือ ผู้ปกครองไม่ควรสกัดกั้นความคิดของบุตร และควรสนับสนุนให้บุตรได้คิดและทำในสิ่งที่ตนสนใจและถนัด เพื่อช่วยส่งเสริมและพัฒนาทักษะชีวิต เนื่องจากทักษะชีวิตทุกอย่างประกอบเป็นความสามารถ พื้นฐานที่บุคคลใช้ในการปรับตัวและเลือกทางในการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม และเป็นบุคลากรที่มีคุณภาพของประเทศชาติต่อไป

2. สถาบันการศึกษา และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร การจัด การเรียนการสอน และควรจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการพัฒนาทักษะชีวิตด้านต่าง ๆ แก่ นักศึกษา เช่น การจัดสถานที่สำหรับทำกิจกรรมภายในสถานศึกษา เพื่อให้ผู้เรียนจะได้มีโอกาส สังสรรค์หรือรวมกลุ่มกันในเวลาว่าง เพื่อทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ นอกจากนี้สถาบันการศึกษา ควรเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการออกแบบเสนอความคิดช่วยพัฒนาหรือเสียสละ เพื่อประโยชน์ส่วนรวม และควรจัดให้มีการอบรมสัมมนาเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะชีวิต เพื่อให้ นักศึกษามีทักษะในการปรับตัวและจัดการกับปัญหาชีวิต และสามารถให้ความช่วยเหลือแก่กันในยามที่เกิดปัญหา

จากผลการศึกษาพบว่า ทักษะชีวิตที่สถาบันครอบครัว และสถาบันการศึกษาระดับอุดมศึกษา จะต้องให้ความสนใจ หรือเน้นเป็นพิเศษ คือ

1) ทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคม พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ถึงร้อยละ 44.2 มีทักษะชีวิตด้านนี้อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ ซึ่งทักษะชีวิตด้านความรับผิดชอบต่อสังคม ครอบคลุมการฝ่าฝืนกฎระเบียบ วินัยในตนเอง การเสียสละเพื่อสังคม การรับผิดชอบต่อสังคม และการเห็นแก่ตัว

2) ทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์ พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพเกินหนึ่งในสาม (34.8%) มีทักษะชีวิตด้านนี้อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ ซึ่งทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์ ครอบคลุมการใช้เหตุผล ความเชื่อ และพิจารณาสิ่งต่างๆ

3) ทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพเกินหนึ่งในสี่ (26.9%) มีทักษะชีวิตด้านนี้อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ ซึ่งทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร ครอบคลุมการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น การทำงานร่วมกับผู้อื่น การฟังและจับใจความ การสร้างมนุษยสัมพันธ์ การมองโลกในแง่ร้าย และการได้รับความไว้วางใจ

4) ทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่น พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพเกินหนึ่งในสี่ (26%) มีทักษะชีวิตด้านนี้อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ ซึ่งทักษะชีวิตด้านความเห็นใจผู้อื่น ครอบคลุมการช่วยเหลือผู้อื่น ต้องการให้ผู้อื่นมีความสุข การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล การใส่ใจกับความรู้สึก และความต้องการของคนรอบข้าง

5) ทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเอง พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพหนึ่งในสี่ (25.6%) มีทักษะชีวิตด้านนี้อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ ซึ่งทักษะชีวิตด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ครอบคลุมความมั่นใจในตนเอง การเชื่อในความสามารถของตน

มีความรู้สึกดีต่อตนเอง การรู้สึกว่าตนมีคุณค่า การเอาชนะอุปสรรคในชีวิต และการรับคำวิจารณ์เพื่อการพัฒนาตนเอง

6) ทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตน พบว่า นักศึกษาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ เกือบหนึ่งในสี่ (24.6%) มีทักษะชีวิตด้านนี้อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ ซึ่งทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตน ครอบคลุมการรู้ความสามารถของตน รู้สาเหตุที่ผิดหวังหรือเสียใจ บอกได้ว่าสิ่งที่ดีหรือไม่ดี รู้จุดที่ตนต้องปรับปรุง และการปรับอารมณ์

3. สถาบันการศึกษาควรนำแบบประเมินทักษะชีวิต ของกรมสุขภาพจิต และเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตในครอบครัว ของนายแพทย์สุวัฒน์ มหัตนิรันดร์กุล และคณะ หรือเครื่องมือที่มีลักษณะใกล้เคียงกัน ไปใช้กับนักเรียนนักศึกษา เพื่อผู้เรียน ผู้สอน และผู้ปกครองจะได้รับรู้สภาพที่แท้จริงทั้งทักษะชีวิต และคุณภาพชีวิตในครอบครัว ของนักเรียนนักศึกษา ซึ่งเป็นวัยเริ่มต้นของการเป็นผู้ใหญ่

ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาค้างต่อไป

1. ควรศึกษาปัจจัยอื่นๆ ที่อาจมีความสัมพันธ์กับทักษะชีวิต และคุณภาพชีวิตในครอบครัว ของนักศึกษา เช่น สิ่งแวดล้อมและบรรยากาศในครอบครัวและในสังคมของนักศึกษา สัมพันธภาพระหว่างบุคคลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องหรือใกล้ชิดกับนักศึกษา เช่น พ่อแม่ ผู้ปกครอง เพื่อน และครูอาจารย์

2. ควรมีการศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น นักเรียนในระดับมัธยมศึกษาปลาย นักศึกษาสาขาวิชาอื่นๆ หรือในมหาวิทยาลัยของรัฐหรือเอกชน กลุ่มคนวัยทำงาน กลุ่มคนวัยสูงอายุ หรือประชาชนทั่วไป เพราะประชาชนแต่ละกลุ่มอาจจะมีทักษะชีวิต และคุณภาพชีวิตในครอบครัว ที่แตกต่างกันไป

3. ควรศึกษาเปรียบเทียบกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาในสถาบันการศึกษาของรัฐบาลกับนักศึกษาในสถาบันการศึกษาของเอกชน และนักศึกษาจากสถาบันการศึกษาของรัฐบาล ใน

กรุงเทพมหานคร กับนักศึกษาจากสถาบันการศึกษาของรัฐบาลในต่างจังหวัด เพื่อที่จะได้ข้อมูลที่กว้างขึ้น เนื่องจากนักศึกษาเหล่านี้ต่างก็อยู่ในวัยเดียวกัน แต่อาจอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกัน ซึ่งอาจส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตในครอบครัวและมีทักษะชีวิตแตกต่างกัน

4. ควรทำการศึกษาวิจัยเพิ่มเติม โดยการศึกษาในรูปแบบของงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้เครื่องมือและเทคนิคในการรวบรวมข้อมูลแบบอื่น ๆ ที่มีความหลากหลายมากขึ้น เช่น การสัมภาษณ์ การสังเกตการณ์ ประกอบการใช้แบบสอบถาม เพราะจะทำให้ได้ข้อมูลในเชิงลึกที่น่าสนใจขึ้น



เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต. 2541. คู่มือการสอนทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์กรมสุขภาพจิต.
- กรมสุขภาพจิต. 2543. คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันเอดส์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์สุขภาพจิต.
- กันยา สุวรรณแสง. 2538ก. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร: อักษรพิทยา.
- จรัส สุวรรณเวลา. 2545. อุดมศึกษาไทย. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เจก ณะศิริ. 2528. สัมภาษณ์คุณภาพชีวิต. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สายน้ำ.
- ชมพูนุท สิริพรหมภัทร. 2539. ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นในตนเอง ความภาคภูมิใจในตนเอง และความวิตกกังวลของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ประกาศนียบัตรสาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- นวนันท์ กิจทวี. 2541. ประสิทธิภาพของโปรแกรมสร้างเสริมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันยาบ้าในนักเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ผ่องพรรณ ทรัพย์มงคล และสุภาพ ฉัตรภรณ์. 2548. การออกแบบการวิจัย (พิมพ์ครั้งที่ห้า). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ประวิต เอราวรรณ์ และนุชนา เหลืออังกูร. 2544. รายงานการวิจัยเรื่อง การสร้างแบบประเมินทักษะชีวิต และผลการส่งเสริมทักษะชีวิตโดยการใช้โรงเรียนเป็นฐาน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์กรมสุขภาพจิต.

ประเสริฐ ต้นสกุล วีรสิทธิ์ สิทธิไตรย์ และคณะ. 2538. ยุทธศาสตร์ทักษะชีวิต เพื่อการพัฒนา
บุคลิกภาพเยาวชน. ในรายงานการประชุมสัมมนา เพื่อหาทางการนำยุทธศาสตร์ทักษะชีวิต
มาใช้ในการป้องกันยาเสพติด วันที่ 15-16 สิงหาคม 2538. กรุงเทพฯ : สำนักงาน ป.ป.ส.

มารีสา หาสมมาะ. 2540. ประสิทธิภาพของการจัดโครงการป้องกันการใช้ยาและสารเสพติดสำหรับ
นักเรียนกลุ่มวัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยมหิดล.

ยุพดี ไตรติลานนท์. 2542. ผลของการฝึกการคิดอย่างมีวิจารณญาณ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท,
มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ยุพงค์ โคตรพัฒนานนท์. 2543ก. ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติพัฒนกิจของครอบครัว
ระยะมีบุตรวัยรุ่นกับทักษะชีวิตพื้นฐานของวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท,
มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

รุ่งนภา ชื่นแจ่ม. 2543. ผลการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกอย่างเหมาะสมต่อพฤติกรรม
แสดงออกอย่างเหมาะสมและสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลในที่มสุขภาพของพยาบาล.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ศศิพร โลจายะ. 2545. ประสิทธิภาพของโปรแกรมสร้างเสริมทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
ร่วมเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดปทุมธานี. วิทยานิพนธ์
วท.ม.(สุขศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สิริพรรณ มิ่งวานิช. 2540. ประชากรกับคุณภาพชีวิต. เอกสารประกอบการบรรยายวิชาสังคม 356.

สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธ์. 2544. ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร:
เฟื่องฟ้า พรินติ้ง จำกัด.

สุนันท์ บุราณรัมย์ และคณะ. 2542. วิทยาศาสตร์เพื่อคุณภาพชีวิต. กรุงเทพฯ: เอิร์ดเวฟ เอ็ดดูเคชั่น.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2544. **แนวทางการปฏิรูปการศึกษาระดับอุดมศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542**. กรุงเทพมหานคร: หจก.วี.ที.ซี.คอมมิวนิเคชั่น.

สำนักงานคณะกรรมการการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2544. **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9** (Online). Available:
<http://www.nesdb.go.th/news/template/interestingdata/index.html>

Brown, L.B. 1998. "Academic and Vocational Integration". **Center on Education and Training for Employment**. Ohio: ERIC Clearinghouse on Adult, Career, and Vocational Education.

Brown, M. and B. Paolucci. 1978. **Home Economics: A Definition**. University of Minnesota and Michigan State University. (Mimeographed)

Havighurst, R.J. (1961). **Human development and education**. New York : Longmans, Green And Co. Laster, F.J. and R.E. Dohner. 1986a. **Vocational Home Economics Curriculum: State of the Field**. Illinois: Bennett & McKnight Publishing Co.

Parker, F.J. 1983. **Home Economics: An Introduction to a Dynamic Profession**. (2nd ed.) New York: Macmillan Publishing Co., Inc.

Phillips, V. 1962. **Home Economics Careers for You**. (2nd ed.) New York: Harper&Row Publishers, Inc.

Ruggiero, V. R. 1984. **The Art of Thinking**. New York: Parker and Row Publishers.

World Health Organization. 1994a. Division of Mental Health. **Life Skills Education for Children and Adolescents in Schools**. Geneva: World Health Organization.

ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

แบบสอบถาม



แบบสอบถามโครงการวิจัยเรื่อง
การเปรียบเทียบทักษะชีวิตกับคุณภาพชีวิตในครอบครัวของนักศึกษาเกษตรศาสตร์
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ

ตอนที่ 1

ลักษณะทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หน้าข้อความหรือเติมข้อความลงในช่องว่าง
ตามความเป็นจริง

1. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง

2. อายุ.....ปี

3. สถานภาพสมรสของบิดามารดา

- ☐ บิดาและมารดาอยู่ร่วมกัน
- ☐ บิดาถึงแก่กรรม
- ☐ บิดาและมารดาหย่าร้างกัน
- ☐ บิดาและมารดาถึงแก่กรรม
- ☐ บิดาถึงแก่กรรม
- ☐ บิดาและมารดาแยกกันอยู่โดยมิได้หย่าร้างกัน

4. ผลการเรียนเฉลี่ย.....

5. ชั้นปีที่กำลังศึกษา ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4

6. สาขาวิชา.....

ขอความกรุณา
ตอบด้วยนะคะ



ตอนที่ 2

ทักษะชีวิตของนักศึกษา

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องตามความเป็นจริงของท่านในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา

ทักษะชีวิต	ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง
1. ฉันมักจะมองอะไรหลาย ๆ อย่าง			
2. ฉันบอกได้ว่าการกระทำของฉันดีหรือไม่ดี			
3. เมื่อพบปัญหาฉันจะพยายามคิดหาสาเหตุ			
4. ฉันเป็นคนไม่เชื่ออะไรง่าย ๆ			
5. ถ้าเพื่อนบอกว่าดี ฉันก็เชื่อที่ดี			
6. ฉันเมื่อจะทำอะไรแล้วต้องมานั่งคิดวางแผน			
7. ฉันชอบคิดคาดการณ์สิ่งต่าง ๆ ล่วงหน้า			
8. ฉันคิดเลือกสิ่งที่เป็นประโยชน์มากกว่าสิ่งที่ชอบ			
9. ฉันคิดโดยใช้เหตุผลมากกว่าความเคยชิน			
10. ฉันมักจะสรุปสิ่งหนึ่งสิ่งใด โดยใช้เหตุผลส่วนตัว			
11. ฉันชอบเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ			
12. ฉันชอบเสนอความคิดใหม่ ๆ			
13. ฉันชอบทำตามสิ่งที่ผู้มีอำนาจก่อน			
14. ฉันไม่กลัวการเปลี่ยนแปลง			
15. ฉันชอบสภาพแวดล้อมที่มีระเบียบแบบแผน			
16. ฉันสามารถขยายความคิดได้มากมาย			
17. ฉันไม่ชอบคิดต่อจากสิ่งที่คนอื่นคิดไว้			
18. ฉันชอบคิดค้นหาวิธีการใหม่ ๆ			
19. ฉันชอบคิดแตกต่างจากคนอื่น			
20. ฉันคิดอย่างรอบคอบก่อนทำ			
21. ฉันบอกความรู้สึกที่แท้จริงได้ว่าชอบอะไรไม่ชอบอะไร			
22. ฉันรู้ตัวเสมอว่ากำลังมีอารมณ์อย่างไร			

ทักษะชีวิต	ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง
23. ฉันรู้สาเหตุที่ทำให้ผิดหวังหรือเสียใจ			
24. ฉันปรับอารมณ์ให้เป็นปกติได้เร็ว			
25. หากมีคนโต้แย้งฉันมักแสดงอาการไม่พอใจ			
26. ฉันมีจุดเด่นในตัวเอง			
27. ฉันมีจุดที่ต้องปรับปรุงตัวเอง			
28. ฉันใส่ใจในการหาจุดบกพร่องและปรับปรุงตนเองเสมอ			
29. ฉันรู้ความสามารถของตัวเอง			
30. ฉันมักทำในสิ่งที่ตรงกับความสามารถ			
31. ฉันบอกได้ว่าสิ่งที่ฉันทำได้ดีหรือไม่ดี			
32. ฉันยินดีจะรับฟังคำวิจารณ์ของคนอื่น			
33. ฉันยอมรับว่าคนเรามีความแตกต่างกัน			
34. ฉันยอมรับว่าผู้อื่นที่มีความแตกต่างจากฉัน			
35. ฉันสามารถสังเกตอารมณ์ผู้อื่นจากสีหน้าและแววตา			
36. ฉันไม่ใส่ใจกับความต้องการของผู้อื่น			
37. ฉันยินดีรับฟังความทุกข์ร้อนของเพื่อน			
38. ฉันรู้สึกไม่สบายใจเมื่อเพื่อนประสบปัญหา			
39. ฉันรู้สึกเห็นใจผู้ที่กำลังเดือดร้อน			
40. ฉันขอความช่วยเหลือคนอื่นเมื่อมีโอกาส			
41. ฉันรู้สึกเป็นภาระเมื่อต้องรับผิดชอบงานของคนอื่น			
42. ฉันชื่นชมกับความสำเร็จของเพื่อน			
43. ฉันไม่สนใจกับความรู้สึกของคนรอบข้าง			
44. ฉันเป็นที่พึ่งของเพื่อน ๆ ได้			
45. ฉันอยากเห็นผู้อื่นมีความสุข			
46. ฉันไม่อยากรู้เกี่ยวกับเรื่องของคนอื่น			
47. เมื่อฉันทำผิดพลาดฉันจะขาดความมั่นใจ			
48. ฉันชื่นชมกับความสำเร็จของตัวเอง			
49. ฉันรู้สึกว่าคุณค่า			

ทักษะชีวิต	ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง
50. ฉันพอใจในสิ่งที่ฉันมีอยู่			
51. ฉันรู้สึกไม่เป็นตัวของตัวเอง			
52. ฉันมีความรู้สึกดีต่อตัวเอง			
53. ฉันรู้ว่าตัวเองมีคุณค่าไม่น้อยไปกว่าคนอื่น			
54. การได้รับคำวิจารณ์จากผู้อื่นเป็น โอกาสที่จะพัฒนาตัวเอง			
55. ฉันเชื่อว่าตัวเองมีความสามารถ			
56. ฉันรับผิดชอบต่อผลที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจของฉัน			
57. ฉันสามารถเอาชนะอุปสรรคในชีวิตได้			
58. ฉันกล้าแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ			
59. ฉันมักจะคล้อยตามความคิดเห็นของคนอื่น			
60. ฉันจะทำสิ่งใดก็ตามเมื่อคนอื่นยอมรับ			
61. ฉันเป็นคนมีวินัยในตนเอง			
62. ฉันเป็นคนตรงต่อเวลา			
63. ฉันรู้สึกผิดถ้าทิ้งขยะไม่เป็นที่เป็นทาง			
64. กฎระเบียบเป็นสิ่งที่ฝ่าฝืนได้			
65. การปฏิบัติตามกฎระเบียบเป็นสิ่งที่เสียเวลา			
66. ฉันยินดีเสียสละหากทำให้สังคมดีขึ้น			
67. ฉันยินดีให้ให้ความร่วมมือกับส่วนรวม			
68. ฉันเต็มใจให้ความร่วมมือกับกลุ่มเพื่อให้งานสำเร็จ			
69. ฉันรู้สึกผิดเมื่อแสดงความเห็นแก่ตัว			
70. ฉันรู้สึกผิดเมื่องานส่วนรวมไม่สำเร็จ			
71. ฉันยินดีรับผิดชอบหากการกระทำของฉันมีผลกระทบต่อส่วนรวม			
72. ฉันรู้สึกไม่สบายใจหากคนอื่นเดือดร้อนจากการกระทำของฉัน			
73. ฉันคิดว่าการรับผิดชอบต่อสังคมเป็นเรื่องไกลตัว			
74. ฉันคิดว่าการรับผิดชอบต่อสังคมไม่ใช่เรื่องของเด็ก			
75. คนอื่นมักเห็นคล้อยตามในสิ่งที่ฉันพูด			

ทักษะชีวิต	ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง
76. เวลาที่จะต้องติดต่อกับผู้อื่นเพื่อน ๆ มักให้ฉันเป็นผู้นำ			
77. คนอื่นมักบอกว่าฉันพูดเข้าใจง่าย ชัดเจน			
78. ฉันสามารถฟังและจับใจความได้ดี			
79. ฉันชอบทำงานร่วมกับผู้อื่น			
80. หากทำงานร่วมกับผู้อื่นฉันมักทำได้ดี			
81. ฉันไม่ค่อยอยากรู้จักคนอื่นมากนัก			
82. คนอื่นมักบอกว่าฉันเป็นคนหยิ่ง			
83. ฉันมีความเป็นกันเองกับทุกคน			
84. ฉันรู้สึกลำบากใจเมื่อต้องคุยกับคนไม่รู้จัก			
85. ฉันปฏิเสธคนอื่นไม่ค่อยเป็น			
86. เมื่อมีความขัดแย้งฉันมักหลบไปห่าง ๆ			
87. ฉันมักกังวลเมื่อต้อง ไปพบปะคนที่ไม่รู้จัก			
88. ฉันรู้สึกว่าเป็นที่ไว้วางใจของเพื่อน ๆ			
89. ฉันชอบมองโลกในแง่ร้ายไว้ก่อน			
90. ฉันเป็นคนจริงใจกับคนอื่น			
91. เพื่อนส่วนมากชอบฉัน			
92. ก่อนตัดสินใจฉันมักคิดอย่างรอบคอบ			
93. ฉันชอบมองอะไรหลาย ๆ มุม			
94. ฉันชอบการตัดสินใจที่ฉับไวหากมีปัญหาค่อยแก้ไขข้างหน้า			
95. ฉันชอบตัดสินใจตามเพื่อน ๆ หรือตามคนส่วนใหญ่			
96. ฉันสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี			
97. ฉันชอบตัดสินใจเสี่ยง ๆ เพื่อให้เกิดความตื่นเต้น			
98. เมื่อต้องทำอะไร ฉันอยากรู้ที่มาที่ไปของสิ่งนั้นก่อน			
99. ฉันชอบทำงานตามคำสั่งมากกว่าให้ตัดสินใจเอง			
100. เมื่อทำอะไรแล้วเกิดปัญหา ฉันจะเลิกทำสิ่งนั้น			
101. เมื่อทำอะไรแล้วเกิดปัญหา ฉันจะค้นหาสาเหตุให้พบ			

ทักษะชีวิต	ไม่จริง	ค่อนข้างจริง	จริง
102. เมื่อต้องแก้ไขปัญหา ฉันมักค้นหาทางเลือกหลาย ๆ ทาง			
103. ฉันเชื่อว่าทุกปัญหามีทางออกเสมอ			
104. ฉันชอบแก้ปัญหาด้วยตัวเองไม่ต้องปรึกษาใคร			
105. หากไม่มั่นใจ ฉันมักปรึกษาคนอื่นก่อนตัดสินใจ			
106. เมื่อฉันตัดสินใจแล้ว ผลจะเกิดอย่างไรฉันไม่สนใจ			
107. ฉันชอบคาดการณ์ล่วงหน้าในสิ่งที่จะลงมือทำ			
108. ฉันยอมรับผลที่จะเกิดจากการตัดสินใจของฉัน			
109. ฉันเป็นคนใจเย็นไม่โกรธใครง่าย ๆ			
110. ฉันแสดงออกอย่างเหมาะสมเมื่อมีอารมณ์โกรธ			
111. คนอื่นมักบอกว่าฉันเป็นคนเก็บอารมณ์ได้ดี			
112. ฉันเป็นคนไม่กลัวความผิดหวัง			
113. ฉันเป็นคนไม่จมอยู่กับอดีต			
114. ฉันไม่กลัวเผชิญหน้ากับความผิดหวังหรือความเสียใจ			
115. เมื่อในภาวะตึงเครียดฉันมักหาทางออกได้			
116. เมื่อรู้สึกเครียดฉันมักหากิจกรรมอื่นทำ			
117. เมื่อมีเรื่องไม่สบายใจฉันมักอยู่คนเดียว			
118. ฉันเป็นคนอารมณ์มั่นคง ไม่เปลี่ยนแปลงง่าย			
119. คนอื่นมักบอกว่าฉันเป็นคนร่าเริง อารมณ์ดี			
120. ฉันเป็นคนเคร่งเครียดและจริงจังกับทุกเรื่อง			

ตอนที่ 3

คุณภาพชีวิตของนักศึกษา

คำชี้แจง ข้อคำถามต่อไปนี้จะถามถึงประสบการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งของท่าน ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา ให้ท่านสำรวจตัวของท่านเอง และประเมินเหตุการณ์หรือความรู้สึกของท่าน แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบที่เหมาะสมและเป็นจริงกับตัวท่านมากที่สุด โดยคำตอบมี 5 ตัวเลือก คือ

- ไม่เลย หมายถึง ท่านไม่มีความรู้สึกเช่นนั้นเลย รู้สึกไม่พอใจมาก หรือรู้สึกแย่มาก
- เล็กน้อย หมายถึง ท่านมีความรู้สึกเช่นนั้นนาน ๆ ครั้ง รู้สึกเช่นนั้นเล็กน้อย รู้สึกไม่พอใจ หรือรู้สึกแย่
- ปานกลาง หมายถึง ท่านมีความรู้สึกเช่นนั้นปานกลาง รู้สึกพอใจระดับกลางๆ หรือรู้สึกแยระดับกลาง ๆ
- มาก หมายถึง ท่านมีความรู้สึกเช่นนั้นบ่อย ๆ รู้สึกพอใจหรือรู้สึกดี
- มากที่สุด หมายถึง ท่านมีความรู้สึกเช่นนั้นเสมอ รู้สึกเช่นนั้นมากที่สุด หรือรู้สึกว่าสมบูรณ์แบบ รู้สึกพอใจมาก รู้สึกดีมาก

ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	ไม่เลย	เล็กน้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
1. ท่านพอใจกับสุขภาพของท่าน					
2. การเจ็บปวดตามร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัว ทำให้ท่านไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการมากนักน้อยเพียงใด					
3. ท่านมีกำลังเพียงพอที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละวันไหม (ทั้งเรื่องงาน หรือการดำเนินชีวิตประจำวัน)					
4. ท่านพอใจกับการนอนหลับของท่านมากนักน้อยเพียงใด					
5. ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิต (เช่น มีความสุข ความสงบ มีความหวัง) มากน้อยเพียงใด					
6. ท่านมีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ ดีเพียงใด					
7. ท่านรู้สึกพอใจในตนเองมากนักน้อยแค่ไหน					

ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	ไม่เคย	เล็กน้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
8. ท่านยอมรับรูปร่างหน้าตาของตัวเองได้ไหม					
9. ท่านมีความรู้สึกไม่ดี เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล บ่อยแค่ไหน					
10. ท่านรู้สึกพอใจมากน้อยแค่ไหนที่สามารถทำอะไรๆ ผ่านไปได้ในแต่ละวัน					
11. ท่านจำเป็นต้องไปรับการรักษาพยาบาลมากน้อย เพียงใด เพื่อที่จะทำงานหรือมีชีวิตอยู่ไปได้ในแต่ละ วัน					
12. ท่านพอใจกับความสามารถในการทำงานได้อย่างที่ เคยทำมามากน้อยเพียงใด					
13. ท่านพอใจต่อการผูกมิตรหรือเข้ากับคนอื่น อย่างที่ ผ่านมาแค่ไหน					
14. ท่านพอใจกับความช่วยเหลือที่เคยได้รับจากเพื่อนๆ แค่ไหน					
15. ท่านรู้สึกว่าชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยดีไหมใน แต่ละวัน					
16. ท่านพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ตอนนี้มากน้อย เพียงใด					
17. ท่านมีเงินพอใช้จ่ายตามความจำเป็นมากน้อย เพียงใด					
18. ท่านพอใจที่จะสามารถไปใช้บริการสาธารณสุขได้ ตามความจำเป็นเพียงใด					
19. ท่านได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตแต่ละวัน มากน้อยเพียงใด					
20. ท่านมีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียดมากน้อย เพียงใด					

ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	ไม่เคย	เล็กน้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
21. สภาพแวดล้อมดีต่อสุขภาพของท่านมากน้อยเพียงใด					
22. ท่านพอใจกับการเดินทางไปไหนมาไหนของท่าน (หมายถึงการคมนาคม) มากน้อยเพียงใด					
23. ท่านรู้สึกว่าคุณค่าชีวิตท่านมีความหมายมากน้อยแค่ไหน					
24. ท่านสามารถไปไหนมาไหนด้วยตนเองได้ดีเพียงใด					
25. ท่านพอใจในชีวิตทางเพศของท่านแค่ไหน? (ชีวิตทางเพศ หมายถึง เมื่อเกิดความรู้สึกทางเพศขึ้นแล้วท่านมีวิธีการทำให้ผ่อนคลายลงได้ รวมถึงการช่วยตัวเอง หรือการมีเพศสัมพันธ์)					
26. ท่านคิดว่า ท่านมีคุณภาพชีวิต (ชีวิตความเป็นอยู่) ในระดับใด					



ประวัติการศึกษาและการทำงาน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อมรรัตน์ อนันต์วรพงษ์

ตำแหน่งปัจจุบัน - ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ระดับ 7

ประจำสาขาวิชาการพัฒนาผลิตภัณฑ์ภูมิปัญญาไทย

หน่วยงาน

สาขาวิชาการพัฒนาผลิตภัณฑ์ภูมิปัญญาไทย คณะศิลปศาสตร์
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ เลขที่ 2 ถนนนางลิ้นจี่
แขวงทุ่งมหาเมฆ เขตสาทร กรุงเทพฯ 10120

โทรศัพท์ 0-2287-9679

E-mail dao517@hotmail.com

ประวัติการศึกษา

ปริญญาเอก ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต (อาชีวศึกษา) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2548

ปริญญาโท ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (คหกรรมศาสตรศึกษา)

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2540

ปริญญาตรี การศึกษามัธยมศึกษา (คหกรรมศาสตร์) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2536

ประวัติการศึกษาและการทำงาน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นนทลี พรธาดาวิทย์

ตำแหน่งปัจจุบัน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ระดับ 8

หน่วยงานและที่อยู่ติดต่อ

ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี

ถนนรังสิต-นครนายก อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี โทร. 02-549-3154

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี ศิลปศาสตรบัณฑิต(ศึกษาศาสตร์-คหกรรมศาสตร์) เกียรตินิยมอันดับ 2

จาก มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2524

ปริญญาโท วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (เกษตรศาสตร์) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2529

ปริญญาเอก ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต (อาชีวศึกษา) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2545

