

พฤติกรรมสุขภาพของเด็กและเยาวชนในโครงการขับเคลื่อนงาน ด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการ จังหวัดอุบลราชธานี

วัชร ศรีคำ¹ ทรงพล อินทเศียร² และศุภชัย ไตรไทยธีระ³

¹หลักสูตรการพัฒนาศักยภาพ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

²หลักสูตรภาษาอังกฤษและการสื่อสาร คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

³กรรมการผู้จัดการ บริษัท SILC จำกัด

Email: tik97@hotmail.com

Received: September 02, 2019

Revised: November 06, 2019

Accepted: November 07, 2019

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการ จังหวัดอุบลราชธานี เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามเด็กและเยาวชนจำนวน 190 คน การสนทนากลุ่ม และการสัมภาษณ์โค้ช พี่เลี้ยง และเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมสุขภาพของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการ อยู่ในระดับมาก พฤติกรรมสุขภาพรายด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ สุขภาวะทางจิตใจ รองลงมาคือ สุขภาวะทางสังคม สุขภาวะทางปัญญา และสุขภาวะทางกาย ค่าเฉลี่ยทั้งสี่ด้านอยู่ในระดับมาก

เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการเพศชายและหญิง ที่มีอายุต่างกัน มีระดับการศึกษาต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพโดยรวมไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า เด็กและเยาวชนเพศชายและหญิง ที่มีอายุต่างกัน มีพฤติกรรมสุขภาพทางกาย จิตใจ สังคม และปัญญาไม่แตกต่างกัน เด็กและเยาวชนที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีพฤติกรรมสุขภาพทางกายและทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: พฤติกรรมสุขภาพ เด็กและเยาวชน อุบลราชธานี

Well-being Behavior of Children and Youths in Integral Steering Tasks of Children and Youths, Ubon Ratchathani Province

Watcharee Srikham¹, Songpon Intasian², Supachai Traithaiteera³

¹Social Development Program, Faculty of Liberal Arts, Ubon Ratchathani University

²English and Communication Program, Faculty of Liberal Arts, Ubon Ratchathani University

³Managing Director, SILC Company Limited

Email: tik97@hotmail.com

Received: September 02, 2019

Revised: November 06, 2019

Accepted: November 07, 2019

Abstract

The research aims to study behavioral well-being practiced by the local children and youths who participated in the Integral Steering of Children and Youths at Provincial Level: Ubon Ratchathani Project. The data were collected by using questionnaires disseminated to 190 children and youths, group conversations, and interviews with their coaches, mentors, and officers of the local administrative organizations.

Results reveal that the well-being behaviors of the children and youths who participated in this project were ranked at high level by which means of each aspect of the behaviors has shown; mental well-being was ranked with the highest mean, then social, spiritual, and physical aspect of well-being, respectively. The means of all four aspects were at high level range.

The children and youths participating in this project consisted of male and female. They were different in terms of age and educational attainment; however, their general well-being behaviors were not found different. Concerning their ages, the male and female participants were not statically different in physical, mental, social, and spiritual well-being. Nevertheless, the children and youths who acquired different levels of education were different in terms of physical and social well-being with statistical significance ($P = .05$).

Keywords: Well-being Behavior, Children and Youths, Ubon Ratchathani

บทนำ

เด็กและเยาวชนไทยในปัจจุบัน ต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงที่มีผลกระทบโดยตรงต่อพัฒนาการ สิ่งแวดล้อมและชีวิต โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงและความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ที่ทำให้เด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมหน้าจอ ที่อาจส่งผลเสียโดยตรงต่อพัฒนาการตามช่วงวัยของเด็กและเยาวชนเป็นอย่างยิ่งหากใช้เวลาหน้าจอเกินกว่าระยะเวลาที่เหมาะสม (Tremblay et.al, 2010) การสร้างความตระหนักรู้ทางสุขภาพ (Health Conscious) การเปิดโอกาสให้นักเรียนได้เข้ามามีส่วนร่วมในการออกแบบกิจกรรมตามความสนใจ ตลอดจนกระบวนการสร้างการรับรู้เกี่ยวกับผลเสียของพฤติกรรมเนือยนิ่งที่มีต่อพัฒนาการของเด็กและวัยรุ่น ให้เกิดความตระหนัก และผลักดันให้เกิดเป็นนโยบายในระดับโรงเรียน สร้างกระบวนการที่สามารถใช้เพื่อการปรับลดพฤติกรรมเนือยนิ่งและพฤติกรรมหน้าจอในกลุ่มเด็กวัยรุ่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ (ปิยวัฒน์ เกตุวงศา และปัญญาชูเลิศ, 2560)

การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาวะของเด็กและเยาวชนจึงเป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยป้องกันและแก้ไขปัญหาสุขภาวะทางกายจิตใจ สังคม และสติปัญญา โดยการส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนเข้าร่วมกิจกรรมที่หลากหลาย สามารถตอบสนองความต้องการของเด็กและเยาวชน ครอบครัว รวมทั้งชุมชน เร่งสร้างภูมิคุ้มกันสื่อในตัวเด็กและพ่อแม่ สร้าง ระบบหรือกลไกการใช้และเข้าใจผลกระทบของเทคโนโลยีสื่อดิจิทัลและออนไลน์ที่กำลังส่งผลกระทบต่อกระบวนการเรียนรู้และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเด็ก Minkkinen (2013) เสนอเรื่องรูปแบบโครงสร้างของสุขภาวะสำหรับเด็ก ใน The Structural Model of Child Well-Being ว่า โครงสร้างของสุขภาวะสำหรับเด็ก มีพื้นฐานมาจากความคิดของบุคคลในมิติด้านร่างกาย จิตใจและสังคมที่มีชีวิตและกระทำในโลกแห่งวัตถุ การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้คนและสถาบันอื่นๆ ในสภาพแวดล้อมทางวัฒนธรรม สุขภาวะไม่ได้มีลักษณะที่ถาวร แต่เป็นสถานการณ์ที่ผันผวนขึ้นลงได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีของเด็ก เนื่องจากธรรมชาติของวัยเด็กทำให้เกิดการพัฒนาที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงสถานการณ์และความท้าทายในชีวิต ดังนั้น สุขภาวะเด็กจึงเป็นกระบวนการภายในตัวเองเนื่องจากส่วนใหญ่มาจากการเปลี่ยนแปลงของสภาวะแวดล้อมภายในและภายนอก นอกจากนี้ สุขภาวะยังเป็นผลจากกระบวนการต่างๆ เช่น การพัฒนาที่พิจารณาในกรอบของสุขภาวะ หรือสิ่งที่อาจส่งผลให้เกิดสุขภาวะขึ้น สุขภาวะของเด็กนั้นสามารถนิยามได้ว่า เป็นกระบวนการที่มีพลวัต ซึ่งสุขภาวะทางร่างกาย จิตใจ สังคมและวัตถุของบุคคลนั้น มักจะเป็นในเชิงบวกมากกว่าเชิงลบและเป็นผลมาจากกระบวนการภายในของมนุษย์ รวมทั้งการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสังคมและวัฒนธรรม

เด็กและเยาวชนในจังหวัดอุบลราชธานีเป็นกลุ่มหนึ่ง ที่ต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงที่มีผลกระทบต่อพัฒนาการ สิ่งแวดล้อมและชีวิตเช่นเดียวกัน ทั้งยังอยู่ในสภาพแวดล้อมที่อาจก่อให้เกิดปัญหา เช่น ปัญหายาเสพติด ปัญหาการทะเลาะวิวาท เป็นต้น โครงการศึกษาและพัฒนากลไกการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการระดับจังหวัด ซึ่งเป็นโครงการที่ร่วมกับภาคีเครือข่ายทั้งในระดับท้องถิ่นและจังหวัดในการพัฒนาเด็กและเยาวชนในระดับต่างๆ ทั้งในด้านการศึกษา การป้องกันและแก้ไขปัญหาด้านเพศ การส่งเสริมสุขภาพ การรณรงค์ต่อต้านการเสพยาเสพติด การหยุดเล่นพนัน และโดยเฉพาะในด้านการวิจัยที่ส่งเสริมการเรียนรู้ของเยาวชนอย่างมีส่วนร่วม โดยบูรณาการเข้ากับการเรียนการสอนและร่วมมือกับท้องถิ่น พัฒนาด้านการวิจัย จัดเก็บข้อมูล และการจัดพื้นที่สร้างสรรค์สำหรับเด็กและเยาวชน

การศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาวะของเด็กและเยาวชน ที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการระดับจังหวัดในระดับท้องถิ่นจำนวน 62 โครงการ เป็นการศึกษาที่เก็บข้อมูลจากการมีส่วนร่วมของท้องถิ่นและเยาวชนผู้เข้าร่วมโครงการ ตามแผนขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชน มุ่งเน้นผลที่เกิดขึ้นกับเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการ โดยเยาวชนเป็นผู้กำหนดกิจกรรมและความต้องการที่เร่งด่วนภายในชุมชนของตนเอง มีการศึกษาข้อมูลเบื้องต้นของชุมชนจากการมีส่วนร่วมของกลุ่มเยาวชนเยาวชนเป็นผู้วางแผน ดำเนินกิจกรรม และพัฒนาโอกาสที่จะสร้างประโยชน์จากโครงการเหล่านี้ เพื่อให้เกิดผลที่ยั่งยืนต่อเยาวชนและชุมชน โดยเก็บข้อมูลจาก 37 โครงการ

การศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาวะของเด็กและเยาวชนพิจารณาสุขภาวะแบบองค์รวมทั้ง 4 มิติ อันประกอบด้วยมิติทางด้านกาย ใจ สังคม และปัญญาจากการเข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการ ซึ่งผลการศึกษามีส่วนในการเพิ่มศักยภาพแกนนำเด็กและเยาวชน ผู้ที่ทำงานด้านเด็กและเยาวชนผู้บริหารท้องถิ่นและพี่เลี้ยง รวมทั้งมีส่วนในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สุขภาวะของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการ

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

งานวิจัยนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมสุขภาวะของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการ จังหวัดอุบลราชธานี

ขอบเขตการศึกษา

พื้นที่ในการศึกษาพฤติกรรมสุขภาวะของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการ คือ พื้นที่ในจังหวัดอุบลราชธานี เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามจากเด็กและเยาวชนจำนวน 190 คน ที่เข้าร่วมโครงการ จำนวน 37 โครงการ จากทั้งหมด 62 โครงการ ที่มาจาก 62 ตำบลและเทศบาล ใน 23 อำเภอ การสนทนากลุ่มและการสัมภาษณ์เด็กและเยาวชน โค้ช จำนวน 18 คน ซึ่งเป็นผู้ให้คำแนะนำ ช่วยเหลือพี่เลี้ยงให้รู้จักเด็ก อบรมและให้ความรู้เด็กและเยาวชนประสานงานเครือข่ายทั้งภายในและภายนอกชุมชน เสริมการทำงานของพี่เลี้ยง พี่เลี้ยง และเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในการจัดกิจกรรมโครงการ จัดหางบประมาณ ดูแลการใช้จ่ายงบประมาณ การจัดกิจกรรม ประสานงานและติดตามความคืบหน้าในการทำงาน จำนวน 37 คน

ผลการศึกษา

กลุ่มตัวอย่างเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 73.7 รองลงมาเป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 26.3 ส่วนใหญ่อายุระหว่าง 15-18 ปี คิดเป็นร้อยละ 54.2 รองลงมาคืออายุต่ำกว่า 15 คิดเป็นร้อยละ 33.2 และอายุมากกว่า 18 ปี คิดเป็นร้อยละ 12.6

กลุ่มตัวอย่างเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการเข้าร่วมทำกิจกรรมหลักของพื้นที่มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 97.7 รองลงมาคือ เข้าร่วมถอดบทเรียน/สรุปการเรียนรู้/การทำงานร่วมกัน คิดเป็นร้อยละ 88.9 และเข้าร่วมประชุมวางแผนทำกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 71.1 ส่วนกิจกรรมที่กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมน้อยที่สุด คือ การทำแผนที่ชุมชน คิดเป็นร้อยละ 44.2 การประเมินผลกิจกรรม คิดเป็นร้อยละ 50.5 และการสำรวจพื้นที่ คิดเป็นร้อยละ 55.3

พฤติกรรมสุขภาวะโดยรวมของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการ

ตารางที่ 1 ระดับพฤติกรรมสุขภาวะของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการโดยรวม

	สภาวะ	Mean	S.D.	ระดับ
1	กิจกรรมทำให้ได้ออกกำลังกาย เคลื่อนไหวร่างกาย และใช้แรงงาน	3.68	.820	มาก
2	ทำให้เห็นความสำคัญของการมีสุขภาพกายที่ดี	4.00	.803	มาก
3	ทำให้รู้แนวทางในการพัฒนาสุขภาพกายด้วยตนเอง	3.99	.780	มาก
4	ทำให้ร่างกายมีความพร้อมในการทำงานและทำกิจกรรม	4.13	.689	มาก
5	สิ่งแวดล้อมในการทำกิจกรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพ	4.03	.752	มาก
6	สามารถเล่นกีฬาสากลและกีฬาที่บ้านได้	3.73	1.037	มาก
	ค่าเฉลี่ยโดยรวมของสภาวะทางกาย	3.96	.619	มาก
7	มีความสุขในการทำกิจกรรม	4.39	.631	มาก
8	มีความพร้อมทางใจในการทำกิจกรรม	4.12	.713	มาก
9	รู้วิธีผ่อนคลายความเครียดจากการทำกิจกรรม	4.11	.712	มาก
10	กิจกรรมช่วยให้เข้าใจคนอื่นมากขึ้น	4.07	.817	มาก
11	กิจกรรมช่วยให้เห็นความสำคัญของการอยู่ร่วมกันในชุมชน	4.29	.711	มาก
	ค่าเฉลี่ยโดยรวมของสภาวะทางจิตใจ	4.20	.529	มาก
12	รู้และเข้าใจบทบาทหน้าที่ของตนเอง	4.23	.727	มาก
13	รู้และเข้าใจบทบาทหน้าที่ของผู้เกี่ยวข้องในการทำกิจกรรม	4.12	.668	มาก
14	รู้เทคนิควิธีการทำงานร่วมกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น	3.96	.693	มาก
15	รู้เทคนิควิธีการทำงานร่วมกับพี่เลี้ยงและโค้ช	4.12	.706	มาก
16	เข้าใจวิธีการทำงานให้ตอบสนองปัญหาของชุมชน	4.03	.766	มาก

17	มีทักษะในการสื่อสารระหว่างสมาชิกในทีมและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้อย่างมีประสิทธิภาพ	3.98	.752	มาก
18	สามารถถ่ายทอดแนวทางการปฏิบัติงานและแบ่งงานให้กับสมาชิกหรือผู้เกี่ยวข้องได้	3.97	.708	มาก
19	มีทัศนคติที่ดีต่อการร่วมกันวางแผนและแบ่งงาน	4.03	.658	มาก
20	สามารถขอความเห็นและความร่วมมือในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นจากการดำเนินกิจกรรมได้	4.01	.686	มาก
21	สามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ	4.16	.720	มาก
22	กล้าแสดงออกมากขึ้น	4.09	.802	มาก
23	เข้าใจระบบการทำงานร่วมกัน	4.14	.732	มาก
24	ครอบครัวสนับสนุนให้ทำกิจกรรม	4.11	.711	มาก
25	กิจกรรมสอดคล้องกับเรื่องที่ชุมชนสนใจ	3.98	.783	มาก
26	กิจกรรมช่วยเสริมให้มีทักษะทางอาชีพ	4.01	.861	มาก
27	กิจกรรมทำให้เห็นความสำคัญของสิ่งแวดล้อมในชุมชน	4.23	.680	มาก
28	ทำให้เห็นความสำคัญของการพัฒนาชุมชน เช่น แหล่งท่องเที่ยว สนามกีฬา พื้นที่สร้างสรรค์	4.15	.772	มาก
29	มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการพึ่งตนเอง เช่น การทำเกษตร อินทรีย์ การจัดการขยะ การทำสมุนไพร	3.97	.866	มาก
30	ทำให้มีจิตอาสาในการทำงานเพื่อผู้อื่นและเพื่อส่วนรวม	4.24	.652	มาก
31	กิจกรรมมีส่วนในการอนุรักษ์และสืบทอดภูมิปัญญาพื้นบ้าน	4.05	.895	มาก
32	กิจกรรมทำให้เข้าใจปัญหาของชุมชน	4.16	.710	มาก
33	กิจกรรมทำให้เกิดความภาคภูมิใจที่มีส่วนช่วยแก้ปัญหาของชุมชน	4.17	.744	มาก

34	เด็กสามารถพัฒนาและเปลี่ยนแปลงชุมชนให้น่าอยู่	4.09	.764	มาก
35	ทำให้เรียนรู้วิธีทำกิจกรรมที่หลากหลายเพิ่มขึ้น	4.17	.788	มาก
ค่าเฉลี่ยโดยรวมของสุขภาวะทางสังคม		4.09	.477	มาก
36	มีความคิดริเริ่มในการทำกิจกรรม	4.14	.750	มาก
37	เข้าใจวัตถุประสงค์ของการทำกิจกรรม	4.08	.705	มาก
38	สามารถวางแผนการทำกิจกรรมได้อย่างเหมาะสม	3.96	.715	มาก
39	ทำกิจกรรมตามแผนที่วางไว้ได้บรรลุตามวัตถุประสงค์	4.03	.731	มาก
40	สามารถแก้ไขปัญหาหรือสถานการณ์เฉพาะหน้าได้	3.95	.768	มาก
41	สามารถวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นจากการดำเนินกิจกรรมได้	3.95	.740	มาก
42	นำความรู้และประสบการณ์ในการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้	4.13	.731	มาก
43	กิจกรรมทำให้เข้าใจปัญหาและรู้เท่าทันสิ่งเสพติด	4.07	.873	มาก
44	ทำให้รู้เท่าทันสื่อ	4.11	.803	มาก
45	ทำสื่อและใช้สื่อได้อย่างเหมาะสมกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรม	4.09	.740	มาก
46	เข้าใจระบบความเชื่อมโยงของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อชุมชน	4.05	.818	มาก
ค่าเฉลี่ยโดยรวมของสุขภาวะทางปัญญา		4.05	.529	มาก
ค่าเฉลี่ยโดยรวมพฤติกรรมสุขภาวะ		4.07	.468	มาก

จากตารางที่ 1 พบว่า พฤติกรรมสุขภาวะของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการ อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.07$) พฤติกรรมสุขภาวะรายด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ สุขภาวะทางจิตใจ อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.20$) รองลงมาคือ สุขภาวะทางสังคม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.09$) สุขภาวะทางปัญญา อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.05$) และสุขภาวะทางกาย อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=3.96$)

ด้านพฤติกรรมสุขภาวะทางจิตใจ การทำกิจกรรมทำให้มีความสุขมีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.39$) รองลงมาคือ กิจกรรมช่วยให้เห็นความสำคัญของการอยู่ร่วมกันในชุมชน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.29$) และทำให้มีความพร้อมทางใจในการทำกิจกรรม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.12$)

ด้านพฤติกรรมสุขภาวะทางสังคม การทำกิจกรรมทำให้มีจิตอาสาในการทำงานเพื่อผู้อื่นและเพื่อส่วนรวมมีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.24$) รองลงมาคือ กิจกรรมช่วยให้รู้และเข้าใจบทบาทหน้าที่ของตนเอง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.23$) และกิจกรรมทำให้เห็นความสำคัญของสิ่งแวดล้อมในชุมชน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.23$)

ด้านพฤติกรรมสุขภาวะทางปัญญา การทำกิจกรรมทำให้มีความคิดริเริ่มในการทำกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.14$) รองลงมาคือ กิจกรรมช่วยให้นำความรู้และประสบการณ์ในการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.13$) และทำให้รู้เท่าทันสื่อ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.11$)

ด้านพฤติกรรมสุขภาวะทางกาย การทำกิจกรรมทำให้ร่างกายมีความพร้อมในการทำงานและทำกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.13$) รองลงมาคือ สิ่งแวดล้อมในการทำกิจกรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.03$) และทำให้เห็นความสำคัญของการมีสุขภาพกายที่ดี มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.00$)

การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นสุขภาวะรายด้านและโดยรวม จำแนกตามเพศ

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นสุขภาวะรายด้านและโดยรวมจำแนกตามเพศ

สุขภาวะ	เพศ	N	Mean	S.D.	t	p
สุขภาวะทางกาย	ชาย	50	4.02	0.58	.792	.329
	หญิง	140	3.93	0.63		
สุขภาวะทางจิตใจ	ชาย	50	4.25	0.55	.874	.214
	หญิง	140	4.18	0.52		
สุขภาวะทางสังคม	ชาย	50	4.12	0.47	.503	.940
	หญิง	140	4.08	0.47		
สุขภาวะทางปัญญา	ชาย	50	4.09	0.53	.682	.427
	หญิง	140	4.03	.52		
พฤติกรรมสุขภาวะ	ชาย	50	4.12	.47	.832	.540
	หญิง	140	4.06	.46		

จากตารางที่ 2 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นสุขภาวะโดยรวมจำแนกตามเพศ พบว่า เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการเพศชายและหญิงมีพฤติกรรมสุขภาวะโดยรวมไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า เด็กและเยาวชนเพศชายและหญิงมีพฤติกรรมสุขภาวะทางกาย จิตใจ สังคม และปัญญาไม่แตกต่างกัน

การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นต่อพฤติกรรมสุขภาวะรายด้านและโดยรวมจำแนกตามอายุ

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นต่อพฤติกรรมสุขภาวะรายด้านและโดยรวมจำแนกตามอายุ

สุขภาวะ	แหล่งความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	P
สุขภาวะทางกาย	ระหว่างกลุ่ม	.986	2	.493	1.288	.278
	ภายในกลุ่ม	71.580	187	.383		
	รวม	72.566	189			

สุขภาวะทางจิตใจ	ระหว่างกลุ่ม	.040	2	.020	.070	.932
	ภายในกลุ่ม	52.917	187	.283		
	รวม	52.957	189			
สุขภาวะทางสังคม	ระหว่างกลุ่ม	1.069	2	.534	2.375	.096
	ภายในกลุ่ม	42.070	187	.225		
	รวม	43.139	189			
สุขภาวะทางปัญญา	ระหว่างกลุ่ม	.666	2	.333	1.190	.306
	ภายในกลุ่ม	52.320	187	.280		
	รวม	52.985	189			
พฤติกรรมสุขภาวะ	ระหว่างกลุ่ม	.519	2	.259	1.188	.307
	ภายในกลุ่ม	40.813	187	.218		
	รวม	41.331	189			

จากตารางที่ 3 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นสุขภาวะโดยรวมจำแนกตามอายุพบว่า เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการที่มีอายุต่างกันมีพฤติกรรมสุขภาวะโดยรวมไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า เด็กและเยาวชนที่มีอายุต่างกันมีพฤติกรรม สุขภาวะทางกาย จิตใจ สังคมและปัญญาไม่แตกต่างกัน

การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นพฤติกรรมสุขภาวะรายด้านและโดยรวมจำแนกตามระดับการศึกษา

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นพฤติกรรมสุขภาวะรายด้านและโดยรวมจำแนกตามระดับการศึกษา

สุขภาวะ	แหล่งความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	P
สุขภาวะทางกาย	ระหว่างกลุ่ม	4.275	5	.855	2.304	.046*
	ภายในกลุ่ม	68.290	184	.371		
	รวม	72.566	189			

สุขภาวะทางจิตใจ	ระหว่างกลุ่ม	2.460	5	.492	1.793	.116
	ภายในกลุ่ม	50.497	184	.274		
	รวม	52.957	189			
สุขภาวะทางสังคม	ระหว่างกลุ่ม	3.183	5	.637	2.931	.014*
	ภายในกลุ่ม	39.956	184	.217		
	รวม	43.139	189			
สุขภาวะทางปัญญา	ระหว่างกลุ่ม	1.282	5	.256	.913	.474
	ภายในกลุ่ม	51.703	184	.281		
	รวม	52.985	189			
พฤติกรรมสุขภาวะ	ระหว่างกลุ่ม	1.757	5	.351	1.634	.153
	ภายในกลุ่ม	39.574	184	.215		
	รวม	41.331	189			

* $p < .05$

จากตารางที่ 4 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นพฤติกรรมสุขภาวะโดยรวมจำแนกตามระดับการศึกษาพบว่า เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีพฤติกรรมสุขภาวะโดยรวมไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า เด็กและเยาวชนที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีพฤติกรรมสุขภาวะทางกายและทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนเด็กและเยาวชนที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีพฤติกรรมสุขภาวะทางจิตใจและปัญญาไม่แตกต่างกัน

การทํากิจกรรมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการในทัศนะของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการ

จากการสนทนากลุ่มและการสัมภาษณ์เด็กและเยาวชนที่ร่วมโครงการเกี่ยวกับการทํากิจกรรมและกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันของเด็กและเยาวชน สามารถจำแนกประเด็นต่างๆ ได้ดังนี้

1. การคัดเลือกแกนนำเยาวชนที่มาร่วมการทำงานร่วมกัน เด็กและเยาวชนเข้าร่วมโครงการมีวิธีดำเนินการแตกต่างกัน ดังนี้

1.1 เด็กและเยาวชนที่สนใจ สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง

1.2 แต่ละหมู่บ้านเชิญชวนนักเรียนและเยาวชนที่อยู่ในชุมชน เป็นตัวแทนมาเข้าร่วมกิจกรรม

1.3 ผู้นำแต่ละหมู่บ้านหรือสมาชิก อบต. คัดเลือกนักเรียนที่อยู่ในชุมชนหมู่บ้านละ 2 คน เป็นตัวแทนมาเข้าร่วมกิจกรรม โดยสังเกตและคัดเลือกเด็กและเยาวชนที่มีภาวะผู้นำ การกล้าคิด กล้าแสดงออก มีความรับผิดชอบเข้ามาทำงานเข้าร่วมกิจกรรมสม่ำเสมอ มีความคิดสร้างสรรค์และมีความขยันตั้งใจ

2. การรวมตัวของกลุ่ม และการขยายกลุ่มเยาวชนที่ร่วมทำงานให้มากขึ้นและมีความหลากหลาย เด็กและเยาวชนเข้าร่วมโครงการมีวิถีดำเนินการแตกต่างกัน ดังนี้

2.1 เด็กและเยาวชนรวมตัวกันเป็นกลุ่มแกนนำเยาวชนและเชิญชวนสมาชิกจากชุมชน และโรงเรียน มาร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาชุมชน มีการชักชวนเพื่อน และประชาสัมพันธ์เพื่อให้โอกาสน้องๆ เข้ามาทำกิจกรรมร่วมกัน มีการรวมตัวกันทำกิจกรรมต่างๆ อย่างสม่ำเสมอ นัดกันทำกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอผ่านสื่อสังคม เช่น ไลน์

2.2 มีการรวมตัวกันจากการประสานงานขององค์การบริหารส่วนตำบล ประชุมร่วมกับคนในหมู่บ้าน โดยมีการประชาสัมพันธ์ผ่านเสียงตามสาย เพื่อให้เข้าใจโครงการ/กิจกรรมที่จะทำโดยเด็กและเยาวชนในตำบล

2.3 ครูบังคับให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม

3. กระบวนการทำงาน แบ่งงาน หรือวางแผนในการทำงานร่วมกัน

3.1 มีการประชุมวางแผนการทำงาน และมีการแบ่งหน้าที่และความรับผิดชอบ

3.2 แบ่งหน้าที่ตามความถนัดของแต่ละบุคคล

3.3 แบ่งหน้าที่ตามความเหมาะสมและตรงกับประสบการณ์ที่เคยทำงานร่วมกัน รวมทั้งสังเกตพฤติกรรมการทำงานร่วมกัน การวางแผนร่วมกันระหว่างสภาเด็กและเยาวชนกับพี่เลี้ยงในองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

4. กระบวนการเรียนรู้ร่วมกันของเยาวชน

4.1 การทำงานร่วมกัน การทำงานเป็นทีม และทำตามกระบวนการที่วางไว้

4.2 มีวิทยากรมาให้คำแนะนำ และปราชญ์ชาวบ้านเข้ามาให้ความรู้ในกิจกรรมต่างๆ ทำให้เกิดการเรียนรู้การทำงานในชุมชนร่วมกัน

4.3 ตั้งใจฟังพี่เลี้ยงสั่งงาน หรือการเป็นผู้ฟังที่ดี และมีความตั้งใจ มุ่งมั่นในการทำงาน เพื่อให้ผลงานออกมาดี เรียนรู้นิสัยใจคอซึ่งกันและกัน และมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และทำหน้าที่ของตนเองให้เสร็จตามที่ได้รับมอบหมาย

4.4 มีการสำรวจพื้นที่ เมื่อพบปัญหา กลุ่มเด็กได้มีการนำปัญหาเหล่านั้น มาปรึกษาหารือ มีการวางแผนและแก้ไขปัญหาของแต่ละชุมชน เรียนรู้ร่วมกันผ่านการ แสดงความคิดเห็น วางแผน และแบ่งหน้าที่ร่วมกัน ฝึกการทำงานเป็นทีมโดยมีพี่เลี้ยงจาก องค์การบริหารส่วนตำบลและโค้ชให้คำแนะนำและเป็นที่ปรึกษาอย่างใกล้ชิด

5. วิธีการสร้างความต่อเนื่องในการทำงาน โดยเฉพาะเยาวชนกลุ่มเดิมกับการสาน งานต่อกลุ่มใหม่ และปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดความต่อเนื่องหรือไม่ต่อเนื่องในการทำงาน มีดังนี้

5.1 มีการทำงานต่อเนื่องด้วยวิธีการทำงานกับรุ่นต่อไปและมีการ ส่งต่อภาระงาน รวมถึงการต่อยอดกิจกรรมที่อยู่ในพื้นที่ การสอนวิธีการทำงาน การวาง แผนงานอย่างเป็นระบบ นำสิ่งเดิมที่เป็นต้นทุนในชุมชนมาต่อยอดให้ดียิ่งขึ้น ค้นหาปัจจัย ที่เหมาะสมที่จะนำไปสู่การทำงานของเด็กและเยาวชน

5.2 กลุ่มแกนนำรุ่นเก่าที่เคยมีประสบการณ์ในการทำงาน ได้มีการ แบ่งปันความรู้ให้กับคนรุ่นใหม่ ชักชวนน้องๆ มาร่วมทำกิจกรรมด้วยอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้ น้องๆ ได้มีความรู้เพิ่มมากขึ้น มีการถ่ายทอดองค์ความรู้ และการทำงานในรูปแบบ “พี่สอนน้อง”

5.3 มีการพูดคุยกัน ประชุมวางแผนร่วมกันอย่างสม่ำเสมอ ด้วยความ เข้าใจ และร่วมกันทำงานอย่างสามัคคี ปัจจัยที่จะทำให้โครงการไม่ต่อเนื่อง คือ ความคิด เห็นที่ไม่ตรงกัน อาจทำให้กิจกรรมชะงักและไม่ต่อเนื่อง และปัจจัยเรื่องงบประมาณ เด็ก ในชุมชนออกไปศึกษาต่อนอกชุมชน ต้องมีเวลาว่างที่ตรงกัน จึงต้องพูดคุย ประชุม วางแผน และทำงานให้เป็นระบบ จัดทำรายรับ รายจ่ายในการบริหารด้านการเงิน เพื่อที่จะทำให้ เห็นทุนเห็นกำไร เพื่อให้โครงการเกิดความต่อเนื่อง

5.4 การขยายฐานสมาชิกผ่านกลุ่มแกนนำเดิม และนำพวกเขา来做 กิจกรรมร่วมกัน เพื่อเป็นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกลุ่มเก่าและเด็กกลุ่มใหม่ ความ ต่อเนื่องมีปัจจัยมาจากการที่การติดต่อกันบ่อย เมื่อมีโครงการใหม่ๆ เข้ามา ก็สามารถรวม กลุ่มได้ทันที

5.5 มีการติดต่อสื่อสารกันเป็นระยะอย่างสม่ำเสมอแม้ไม่มีกิจกรรมก็ตาม

5.6 จัดกิจกรรมต่อเนื่องและจัดการฝึกอบรมเกี่ยวกับกิจกรรมเป็นประจำ มีการศึกษาบทเรียนการทำงานจากกลุ่มสภาเด็กและเยาวชนเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน ตามแผนงบประมาณและภารกิจที่กำหนดไว้ โดยมีปัจจัยด้านงบประมาณ คน พื้นที่ชุมชน และความร่วมมือเอื้อให้การดำเนินกิจกรรมเกิดขึ้นได้ กิจกรรมส่งเสริมพัฒนาศักยภาพเด็ก และผู้นำในการแสดงออก กล้าพูด กล้าทำ กล้าตัดสินใจ และมีทักษะในการทำงาน

5.7 ชุมชนให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมด้านเด็กและเยาวชน แต่อาจมีผู้ใหญ่บางคนยังไม่เข้าใจกระบวนการทำงานด้านเด็กและเยาวชนจึงไม่ส่งเสริมการทำกิจกรรม

5.8 มีการรายงานผลการดำเนินกิจกรรมให้กับสมาชิกฟังอย่างต่อเนื่อง

5.9 สร้างกิจกรรมที่ทำให้น้องเกิดสำนึกเชิงบวกต่อการทำงาน จัดทำกิจกรรมที่น้อยๆ เสนอ และสอดแทรกการเรียนรู้ และการฝึกความกล้าแสดงออก การพูดในที่สาธารณะ และการฝึกทักษะในการทำงาน เปิดพื้นที่ในการลงมือปฏิบัติการจริง โดยคำนึงถึงความหลากหลาย เนื่องจากมีทั้งสมาชิกที่ศึกษาระดับประถมศึกษาตอนปลาย มัธยมศึกษาตอนต้น และมัธยมศึกษาตอนปลาย

ทักษะของโค้ชต่อพฤติกรรมสุขภาพของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการระดับจังหวัด

โค้ชมีบทบาทสำคัญในการทำงาน โดยเป็นกลุ่มหลักที่รับผิดชอบในการประสานงานการทำกิจกรรมโครงการร่วมกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น รวมทั้งเด็กและเยาวชนในพื้นที่ โค้ชเป็นทีมงานร่วมกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ทำความเข้าใจเงื่อนไข ข้อจำกัดของพื้นที่หรือองค์กร ให้คำปรึกษา ให้คำแนะนำอย่างเข้าใจ จัดเวทีปรึกษาหารือ เพื่อหนุนเสริมการทำงาน การพิจารณาโครงการร่วมกัน ให้ความรู้เกี่ยวกับการบริหารจัดการ ทักษะการคิด วิเคราะห์ การวางแผนและออกแบบกระบวนการแก้ปัญหา เด็กและเยาวชน ดำเนินกิจกรรม ติดตาม หนุนเสริม รวมทั้งการถอดบทเรียนภายหลังการทำกิจกรรม

คิด แก้วคำชาติ (2561) ระบุว่า โค้ชต้องเป็นผู้ที่ชวนคิด ชวนคุยเพื่อตั้งศักยภาพทางความคิดของผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมหรือพื้นที่ออกมาให้เขารับรู้ และนำไปสู่การทำแผนปฏิบัติการ ซึ่งมีเทคนิคและกระบวนการที่หลากหลาย เช่น การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างโค้ชกับกลุ่มเป้าหมาย กระตุ้นให้เกิดการคุยกันเป็นกลุ่ม ให้เครื่องมือเพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนแนวคิดและประสบการณ์ รายงานหรือเล่าสู่กันฟัง เพื่อกระตุ้นการแสดงออก และฝึกทักษะการพูด การถาม-ตอบ เพื่อให้เกิดการคิดและแลกเปลี่ยนคำตอบ จับประเด็นสิ่งที่เด็กพูดและเสริมเติมแต่งข้อมูลได้เพื่อให้เขาเข้าใจสิ่งที่นำเสนอได้ชัดเจนขึ้น การทำกิจกรรมไม่ควรเน้นวิชาการหรือเป็นทางการ ให้เด็กลงพื้นที่จริง การออกไปสำรวจสถานที่จริง ดึงสิ่งที่เขาได้รับบอกมาว่าเห็นอะไร รู้สึกอย่างไร ประทับใจอะไร การสรุปสิ่งที่เขาได้ หรือสิ่งที่เขานำเสนอ สามารถสรุปสิ่งที่ได้ๆ นำเสนอ เพื่อต่อยอดข้อมูล ทบทวนหรือให้ข้อมูลย้อนกลับ ตรวจสอบอารมณ์ ความรู้สึก ก่อนจบกิจกรรม นัดหมายกิจกรรมครั้งต่อไป การทำกิจกรรมต้องดึงพี่เลี้ยงในพื้นที่ให้เข้ามามีบทบาทและมีส่วนร่วมด้วย เพื่อให้รู้ความต้องการหรือแผนกิจกรรมของเด็กๆ

ในทัศนะของโค้ช โค้ชส่วนใหญ่ ร้อยละ 50 เห็นว่า หลังจากการทำกิจกรรมโครงการแล้ว เด็กและเยาวชนพัฒนาการพฤติกรรมสุขภาวะทางด้านจิตใจเป็นอันดับหนึ่ง รองลงมา ร้อยละ 47.05 เห็นว่า เด็กและเยาวชนมีการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาวะทางด้านร่างกาย ร้อยละ 38.23 เห็นว่า เด็กและเยาวชนมีการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาวะทางด้านปัญญา และร้อยละ 29.44 เห็นว่า เด็กและเยาวชนมีการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาวะทางด้านสังคม

การเปลี่ยนแปลงของเด็กและเยาวชนหลังการทำกิจกรรม โค้ชพบว่า มีทั้งการที่เด็กและเยาวชนได้เกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับชุมชนของตนเอง มีการรวมกลุ่มกันทำกิจกรรมในพื้นที่อย่างต่อเนื่อง เสนอให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นสนับสนุนการทำกิจกรรม เด็กและเยาวชนมีการพัฒนาทักษะและความสามารถ เช่น การเป็นวิทยากร กล้าแสดงออก กล้าทำงานหรือกิจกรรมใหม่ๆ มีทักษะในการผลิตสื่อ เป็นแกนนำในการทำกิจกรรม มีทักษะในการทำงานเป็นทีม รู้จักการเลือกรับสื่อ ทำงานตามกระบวนการได้ เข้าใจปัญหา และสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ จัดลำดับความสำคัญของงาน ร่วมมือในการทำงาน เข้าใจบทบาทและหน้าที่ของตน มีความรับผิดชอบ เรียนรู้การบริหารจัดการโครงการ มีวิสัยทัศน์ที่กว้างขึ้น มองประโยชน์ส่วนรวม เข้าใจคุณค่าของวัฒนธรรมและชุมชน เรียนรู้การฝึกอาชีพและหารายได้ มีจิตอาสา วิเคราะห์ข้อมูลและนำมาใช้ในการเปลี่ยนแปลงตนเองและชุมชนได้

สิ่งที่โค้ชเห็นว่า เด็กและเยาวชนควรได้รับพัฒนาเพิ่มเติม คือ พัฒนาการด้านสังคม ความรับผิดชอบต่อสังคมการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น เน้นความรับผิดชอบในการทำงาน ความกล้าแสดงออก จิตอาสา การกำหนดเป้าหมายในชีวิต การรู้เท่าทันสื่อ การใช้เครื่องมือศึกษาชุมชน การออกแบบกิจกรรม ออกแบบกระบวนการเรียนรู้อย่างสร้างสรรค์ การติดตามผลการทำกิจกรรม ความรู้ทางด้านเกษตร มัคคุเทศก์ การฝึกอาชีพ ทักษะการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล การเป็นผู้นำ และทักษะการพูด

ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาสุขภาวะของเด็กและเยาวชน โค้ชเห็นว่า ควรสร้างความต่อเนื่องในการประสานงานกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สร้างความรู้ความเข้าใจให้พี่เลี้ยงที่เป็นเจ้าหน้าที่ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในพื้นที่ในการหนุนเสริมและกระตุ้นให้เด็กและเยาวชนสามารถพัฒนาสุขภาวะด้านต่างๆ ได้อย่างต่อเนื่องตามความต้องการของเด็กและเยาวชน นำข้อมูลจากเด็กและเยาวชนในพื้นที่มาร่วมกำหนดนโยบายการพัฒนาชุมชน เด็กและเยาวชน ติดตามผลการทำกิจกรรมอย่างใกล้ชิด สร้างพื้นที่และโอกาสในการทำกิจกรรมร่วมกัน เปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนมีบทบาทในการบริหารจัดการโครงการและการทำกิจกรรมมากขึ้น ส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนศึกษาดูงานนอกพื้นที่

อภิปรายผลการศึกษา

พฤติกรรมสุขภาวะของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชนแบบบูรณาการที่มีผลการศึกษาพฤติกรรมสุขภาวะหลังการทำกิจกรรมอยู่ในระดับมาก รวมทั้งพฤติกรรมสุขภาวะรายด้านคือ สุขภาวะทางจิตใจ สุขภาวะทางสังคม สุขภาวะทางปัญญา และสุขภาวะทางกายอยู่ในระดับมาก สะท้อนให้เห็นถึงผลของการพัฒนาความฉลาดทางสุขภาวะ (Health Literacy) ที่ทำให้เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการมีการพัฒนาสุขภาวะทุกด้านในระดับที่น่าพอใจ สามารถคิด วิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาวะของตนเองและชุมชน รวมทั้งสามารถสื่อสารข่าวสารความรู้ด้านสุขภาวะได้

พฤติกรรมสุขภาวะทางสังคมของเด็กและเยาวชนที่เห็นว่า การทำกิจกรรมทำให้มีจิตอาสาในการทำงานเพื่อผู้อื่นและเพื่อส่วนรวม ช่วยให้รู้และเข้าใจบทบาทหน้าที่ของตนเอง ทำให้เห็นความสำคัญของสิ่งแวดล้อมในชุมชน รวมทั้งพฤติกรรมสุขภาวะทางปัญญาที่เห็นว่า การทำกิจกรรมทำให้มีความคิดริเริ่มในการทำกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ช่วยให้นำความรู้และประสบการณ์ในการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ และทำให้รู้เท่าทันสื่อ สอดคล้องกับผลการศึกษาของกัลยาณี สิทธิวุฒิ (2558) ที่พบว่า การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและกระบวนการกลุ่มเพื่อสร้างสุขภาวะทางสังคมทำให้นักเรียนมีทัศนคติทางบวกต่อการอยู่ร่วมกันเพิ่มขึ้น มีความกล้าที่จะแสดงความคิดเห็น ชื่นชมกัน ทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองมากขึ้น มีความพึงพอใจทำกิจกรรมกลุ่มด้วยความสุข สนุกสนานและตั้งใจทำงานด้วยความสามัคคีกัน ปรับตัวเข้ากับเพื่อนเข้ากับสถานการณ์ปัจจุบันได้ด้วยความสุข และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของปิยวัฒน์ เกตุวงศา และปัญญา ชูเลิศ (2560) ว่า การสร้างความตระหนักรู้ทางสุขภาวะ โดยเปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนได้เข้ามามีส่วนร่วมในการออกแบบกิจกรรมตามความสนใจ ผ่านกระบวนการสร้างการรับรู้เกี่ยวกับผลเสียของพฤติกรรม มีผลต่อการพัฒนาสุขภาวะของเด็กและเยาวชน

พฤติกรรมสุขภาวะทางจิตใจของเด็กและเยาวชนที่เห็นว่า การทำกิจกรรมทำให้มีความสุข ช่วยให้เห็นความสำคัญของการอยู่ร่วมกันในชุมชน และทำให้มีความพร้อมทางใจในการทำกิจกรรม สอดคล้องกับแนวคิดของสุรียเดว ทริปาตี (2551) ที่กล่าวว่า การที่ได้เด็กและเยาวชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมของเด็กและเยาวชน ครอบครัวและชุมชนในกิจกรรมสาธารณะ ส่งเสริมการรวมกลุ่มเพื่อนที่เป็น “กัลยาณมิตร” ปัจจัยเสี่ยงก็จะลดลง การสร้างกลุ่มเพื่อนที่เป็นตัวอย่างที่ดี เป็นแกนนำเยาวชนท้องถิ่น และการกระจายกิจกรรมทางเลือกให้สังคมมากขึ้น การทำกิจกรรมดีๆ ที่มาจากความคิดของเยาวชน มีผู้ใหญ่ช่วยชี้แนะหรือเป็นที่ปรึกษา รวมทั้งการสร้างกลไกการมีส่วนร่วมอย่างมีคุณค่าของเด็กและเยาวชนสามารถพัฒนาสุขภาวะของเด็กและเยาวชนได้ดี

การสร้างเครือข่ายทั้งภายในพื้นที่และนอกพื้นที่ รวมทั้งการจัดตั้งศูนย์ข้อมูลเพื่อการพัฒนาเด็ก ศูนย์วิชาการและนวัตกรรมเพื่อการพัฒนาเด็กในระดับจังหวัด ยังทำให้เกิดการพัฒนาเด็กและเยาวชนอย่างบูรณาการและต่อเนื่อง สอดคล้องกับผลการศึกษาของ อัญมณี บุรณกานนท์ และคณะ (2560) ที่สรุปว่า การพัฒนาเด็กเป็นกระบวนการที่ต่อเนื่อง มีการเชื่อมโยงระหว่างพันธูกรรม สิ่งแวดล้อมและการเลี้ยงดูอบรม ที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาอย่างเป็นพลวัต การเสริมสร้างให้เด็กและเยาวชนได้พัฒนาเต็มศักยภาพ เอื้อให้เด็กและเยาวชนมีวุฒิภาวะสามารถพึ่งพาตนเองทางสังคม เศรษฐกิจและการปกครองตนเองได้ ดังนั้น สถาบันการศึกษา องค์กรปกครอง ส่วนท้องถิ่น ภาครัฐ ภาคเอกชน ควรให้การสนับสนุนงบประมาณและสถานที่แก่เด็กเยาวชน และครอบครัว (สุริยเดว ทรีปาตี, 2551) พร้อมทั้งช่วยพัฒนาเจ้าหน้าที่ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้มีความรู้ ความชำนาญ มีทักษะ ประสบการณ์ และเทคนิควิธีการที่จะช่วยในการพัฒนาเด็กและเยาวชน โดยสามารถนำแนวทางการพัฒนาสมรรถนะคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของที่ปรึกษา บุคลากร พี่เลี้ยงของสภาเด็กและเยาวชนของสมพงษ์ จิตระดับ และสุรศักดิ์ เก้าเอี้ยน (2556) ในการสร้างสมรรถภาพ 10 ด้าน ประกอบด้วย การฟังเสียงเด็กเป็น การมีส่วนร่วม จัดประชุมปรึกษาหารือ ติดตามข่าวสารข้อมูล ตีชม ให้กำลังใจ ยกย่องผลงานเด็ก ให้โอกาส เพิ่มพื้นที่ และรู้จักเด็กเป็นรายบุคคล รวมทั้งส่งเสริมทัศนคติ ค่านิยม 7 ด้าน คือ เข้าใจรักผูกพัน ห่มเทเอาใจใส่ ลูกหลานในชุมชน อดทนให้อภัย เสียสละอุทิศตน มีความรับผิดชอบและความซื่อสัตย์ นำมาใช้เป็นแนวทางในการทำงานต่อไป

ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาวะเด็กและเยาวชน

1. การทำกิจกรรมพัฒนาสุขภาวะเด็กและเยาวชนควรคำนึงถึงการกำหนดเวลาในการทำงานร่วมกันระหว่างเด็กและเยาวชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เนื่องจากเด็กและเยาวชนส่วนใหญ่ยังอยู่ในวัยเรียน มีเวลาว่างไม่ตรงกัน การกำหนดแผนการทำกิจกรรมล่วงหน้า ช่วยให้เด็กและเยาวชนจัดเวลาของตนให้สอดคล้องกับการทำกิจกรรม

2. เจ้าหน้าที่และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องนอกจากการประสานงาน ช่วยเหลือเด็กและเยาวชนในการทำกิจกรรมพัฒนาสุขภาวะแล้ว ยังควรวิเคราะห์ปัญหา รวมทั้งมีการเตรียมเด็กและเยาวชนล่วงหน้าในการรับมือกับปัญหาที่เกิดขึ้นในระหว่างการทำกิจกรรม

3. เด็กและเยาวชนยังขาดประสบการณ์ในการวางแผน การบริหารโครงการ การทำงานงบประมาณและการทำบัญชีรายรับ รายจ่าย โดยเฉพาะกิจกรรมที่มีผลผลิต มีการจำหน่ายผลผลิตหรือมีการให้บริการที่เกิดรายได้ ดังนั้น จึงควรมีการเสริมความรู้แก่เด็กและเยาวชนในด้านการเงิน การบัญชี และการบริหารโครงการ

4. การทำกิจกรรมพัฒนาสุขภาวะเด็กและเยาวชนในพื้นที่ควรมีการต่อยอด หรือ ทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดความยั่งยืนในการพัฒนาสุขภาวะเด็กและเยาวชน พัฒนาให้เกิดศูนย์การเรียนรู้ในชุมชน โดยมีเด็กและเยาวชนเป็นแกนนำในการขับเคลื่อน ศูนย์การเรียนรู้อย่างต่อเนื่องจากรุ่นสู่รุ่น จะทำให้เกิดการเรียนรู้สร้างสรรค์และยั่งยืน ในชุมชนได้

เอกสารอ้างอิง

- กัลยาณี สิทธีวฑูติ. (2558). การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและกระบวนการ กลุ่มเพื่อสร้างสุขภาวะทางสังคมให้กับนักเรียนโรงเรียนบ้านน้ำไค้ง อำเภอเมือง จังหวัดน่าน. *Journal of Buddhist Studies*, 6(1): 30-43.
- ปิยวัฒน์ เกตุวงศา และปัญญา ชูเลิศ. (2560). ประสิทธิภาพของต้นแบบการลดพฤติกรรม เหนื่อยง่าย และพฤติกรรมหน้าจอในวัยรุ่น. *วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร*, 6(2) กรกฎาคม-ธันวาคม: 124-137.
- สมพงษ์ จิตระดับ และสุรศักดิ์ เก้าเอี้ยน. (2556). รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์ โครงการ พัฒนาสมรรถนะระบบที่ปรึกษา ให้สถานเด็กและเยาวชนในประเทศไทย. กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- สุริยเดว ทรีปาตี. (2551). สุขภาวะของเด็กและเยาวชน. *กุมารเวชสาร*, 15(2): 141-144.
- อัญมณี บุรณกานนท์ มาติ ลิมสกุล และศิรินทร รัตน์ทองปาน. (2560). สถานการณ์เด็ก และเยาวชน: ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย. [ออนไลน์] ได้จาก <http://www.nicfd.cf.mahidol.ac.th/th/images/policy/policy1.pdf>. [สืบค้นเมื่อ 20 สิงหาคม 2561].
- Minkinen, J. (2013). The Structural Model of Child Well-Being. *Child Indicators Research*, 6(3): 547-558.
- Tremblay, M.S., Colley, R.C., Saunders, T.J., Healy, G.N., and Owen, N. (2010). Physiological and health implications of a sedentary lifestyle. *Appl. Physiol. Nutr. Metab*, 35(6): 725-740.

การสัมภาษณ์

คิด แก้วคำชาติ (2561). (23 สิงหาคม 2561). สัมภาษณ์. สถาบันพัฒนาเยาวชนสืบสาน ภูมิปัญญา. อุบลราชธานี.

.....