

## บทที่ 5

### สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงเปรียบเทียบ (Comparative Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อ

1. ศึกษาระดับการมีจิตอาสา ความสุข การเห็นคุณค่าในตนเองและทักษะทางสังคมในเยาวชนจังหวัดเชียงใหม่ 2. ศึกษาเปรียบเทียบความสุข การเห็นคุณค่าในตนเองและทักษะทางสังคมของเยาวชนจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับของจิตอาสาต่างกัน

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ เยาวชนจังหวัดเชียงใหม่ ที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 34 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ มีจำนวน 394 คน ซึ่งการเลือกกลุ่มตัวอย่างได้ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (multi-stage sampling)

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ จิตอาสา ความสุข การเห็นคุณค่าในตนเอง และทักษะทางสังคม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 5 ตอน ประกอบไปด้วย

**ตอนที่ 1** เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

**ตอนที่ 2** แบบวัดจิตอาสา เป็นแบบวัดจิตอาสาของฉัฐนิชากร ศรีบริบูรณ์ (2550) มาใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง มีเนื้อหาครอบคลุมองค์ประกอบหลัก 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การช่วยเหลือผู้อื่น การเสียสละต่อสังคม และความมุ่งมั่นพัฒนา

สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ ใช้เกณฑ์การประเมินแบ่งผู้ที่มีระดับจิตอาสาสูงและระดับจิตอาสาต่ำ โดยใช้คะแนนจากแบบวัดจิตอาสาของกลุ่มตัวอย่างที่ตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 และ 27 โดยที่ผู้ที่มีคะแนนสูงกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 ถือว่าเป็นผู้ที่มีระดับจิตอาสาสูง หากต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 27 ถือว่าเป็นผู้ที่มีระดับจิตอาสาต่ำ

**ตอนที่ 3** แบบวัดความสุข เป็นแบบวัดความสุขของสทรรฐ เจตม โนรมย์ (2546) ซึ่งพัฒนามาจาก The Oxford Happiness Questionnaire) มาใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง

**ตอนที่ 4** แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้วิจัยได้นำแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ อรุณา พุ่มสวัสดิ์ (2539) มาใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง

**ตอนที่ 5** แบบวัดทักษะทางสังคม ผู้วิจัยทำการดัดแปลงแบบวัดดังกล่าวจากแบบสอบถามเพื่อวัดทักษะทางสังคมของสมศักดิ์ สินธุระเวชญ์ (2544) โดยผู้วิจัยดัดแปลงแบบวัดดังกล่าวให้สอดคล้องกับองค์ประกอบทักษะทางสังคมต่างๆ ตามที่อรพรรณ พรสีมา (2540) อูมาพร ตรังคสมบัติ (2544) และคาราวรรณ กล่อมเกลี้ยง (2546) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบและการพัฒนาทักษะ

ทางสังคมในด้านต่างๆไว้ โดยผู้วิจัยจึงได้จำแนกทักษะทางสังคมออกเป็น 3 ด้าน คือ ด้านการติดต่อสื่อสารและมนุษยสัมพันธ์ ด้านการอยู่ร่วมกันและการทำงานเป็นกลุ่ม และด้านความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น ให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยใช้แบบสอบถามทั้งหมด จำนวน 400 ชุด และได้แบบสอบถามที่มีความถูกต้องสมบูรณ์จำนวน 394 ชุด ใช้ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล 1 เดือน คือ เดือนกันยายน 2554

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล หลังจากเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับจิตอาสา ความสุข การเห็นคุณค่าในตนเอง และทักษะทางสังคม แล้วนำมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติดังต่อไปนี้

1. ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เพื่อใช้บรรยายลักษณะส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา เช่น ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นต้น
2. ใช้สถิติ  $t$ -test เพื่อทดสอบสมมติฐานที่ 1-3

### สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยสามารถสรุปได้ดังต่อไปนี้

#### 1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้ ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีเพศหญิง และเพศชาย จำนวนเท่ากัน คือ 197 คน เมื่อพิจารณาระดับชั้นเรียน ผู้ให้ข้อมูลที่ศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีจำนวน 130 คน ส่วนผู้ให้ข้อมูลที่ศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และ 6 มีจำนวนเท่ากัน คือ 132 คน สำหรับโรงเรียนที่ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล พบว่า โรงเรียนยุพราชวิทยาลัย มีจำนวนกลุ่มตัวอย่างมากที่สุด คือ 160 คน รองลงมาคือโรงเรียนสันป่าตองวิทยาคม จำนวน 97 คน และโรงเรียนวัดโนนทัยพายัพ จำนวน 91 คน ส่วนโรงเรียนที่มีกลุ่มตัวอย่างน้อยที่สุด ได้แก่ โรงเรียนทางดงรัฐราษฎร์อุปถัมภ์ มีจำนวน 46 คน

#### 2. ผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 1 พบว่าเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาสูงมีความสุขสูงกว่าเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งแปลไป

ตามสมมติฐาน (ตารางที่ 6)

สมมติฐานที่ 2 พบว่า □ 1 เยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาสูงมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำกว่าเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน (ตารางที่ 7)

สมมติฐานที่ 3 พบว่า □ 1 เยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาสูงมีทักษะทางสังคมสูงกว่าเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน (ตารางที่ 8)

## อภิปรายผล

จากผลการวิจัยดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจะได้อภิปรายผลการวิจัยในหัวข้อต่อไปนี้

### 1. จิตอาสากับความสุข

จากผลการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขของเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาสูงและต่ำ มีค่าเฉลี่ยรวม เท่ากับ 118.74 และ 109.50 ตามลำดับ เมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนทั้ง 2 กลุ่ม โดยการทดสอบค่าที (*t-test*) พบว่า เยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาสูงมีความสุขสูงกว่าเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งแสดงว่าจิตอาสาอาจนำมาซึ่งความสุข เพราะได้ทำสิ่งดีเพื่อผู้อื่น และสังคม โดยการมีจิตอาสาทำให้จิตใจของเราได้พบกับความสุขจากการได้เป็นผู้ให้ เป็นความสุขสงบภายในตนเอง สอดคล้องกับพระไพศาล วิสาโล (2550) ที่ได้กล่าวไว้ว่า “จิตอาสา” เป็นจิตใจที่พร้อมจะสละเวลา แรงกายและสติปัญญา เพื่อสาธารณประโยชน์ เป็นจิตที่ไม่นิ่งดูเฉยเมื่อพบเห็นปัญหาหรือทุกข์ยากเกิดกับผู้อื่น เป็นจิตที่มีความสุขเมื่อได้ทำความดี และเห็นน้ำตาเปลี่ยนเป็นรอยยิ้ม เป็นจิตที่เปี่ยมด้วยบุญ คือความสงบและพลังแห่งความดี ซึ่งเป็นความสุขที่ไม่ได้เกิดจากการเสพหรือเอาเข้าตัวเท่านั้น ความเอื้อเพื่อเกื้อกูลหรือการให้ก็เป็นบ่อเกิดแห่งความสุขอย่างหนึ่ง สุขเพราะเห็นผู้ทุกข์ยากได้กลับยิ้มเห็น โลกที่หดหู่แห่งแล้งกลับสดใสสวยงาม สุขเพราะได้ทำสิ่งที่มีความหมายต่อชีวิต ดังนั้นจึงทำให้ชีวิตมีความหมายยิ่งกว่าเดิม การที่บุคคลมีจิตอาสา รู้จักการให้ เราก็จะรับด้วยในเวลาเดียวกัน หนึ่งในสิ่งที่เราได้รับคือความสุข ยิ่งการให้นั้นเต็ม ไปด้วยความปรารถนาดี ความสุขและความภาคภูมิใจก็ยิ่งทับทวี รวมทั้งยังเป็นการทำให้ชีวิตมีพลังในการสร้างสรรค์สิ่งดี ๆ ให้กับสังคมอีกด้วย ดังที่ทรรณิกา มาโน (2554) ได้ทำการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพเกี่ยวกับความหมายจิตอาสาและความหมายในชีวิตของผู้ที่ทำกิจกรรมจิตอาสา ผลการวิจัยพบว่าการทำกิจกรรมจิตอาสาก่อให้เกิดความสุขใจจากการได้เป็นผู้ให้โดยไม่หวังผลตอบแทน ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงการก้าวพ้นจากการยึดตนเองเป็นศูนย์กลางไปสู่เห็นแก่ส่วนรวมด้วยการให้ผู้อื่น

ความสุขที่ได้รับกลับมาจากสิ่งที่ทำลงไปคือพลังศรัทธาที่เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลทำกิจกรรมจิตอาสาอย่างต่อเนื่อง

จะเห็นได้ว่า การที่บุคคลมีจิตใจที่มี “จิตอาสา” นั้น จะช่วยลดทอนความเห็นแก่ตัวลงและคำนึงถึงประโยชน์หรือผลกระทบที่มีต่อคนอื่นมากยิ่งขึ้น โดยการมีจิตอาสาจะนำไปสู่การอุทิศตนให้เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นและสังคม ซึ่งสิ่งที่ได้รับกลับมาก็คือ การมีความปีติสุขจากการได้เป็นผู้ให้อย่างแท้จริง

## 2. จิตอาสากับการเห็นคุณค่าในตนเอง

จากผลการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาสูงและต่ำ มีค่าเฉลี่ยรวม เท่ากับ 8.73 และ 11.68 ตามลำดับ เมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนทั้ง 2 กลุ่ม โดยการทดสอบค่าที ( $t$ -test) พบว่า เยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาต่ำมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 2 ที่ว่า เยาวชนจังหวัดเชียงใหม่ที่มีจิตอาสาสูง มีการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าเยาวชนที่มีจิตอาสาต่ำ ทั้งนี้การที่เยาวชนที่มีจิตอาสาสูง มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำอาจเป็นเพราะความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนกลุ่มนี้มีความสัมพันธ์กับการยอมรับนับถือตนเอง มากกว่าจะสัมพันธ์กับการได้ช่วยเหลือสังคมผ่านงานจิตอาสา ดังที่ Barry & Morgan (1985) อธิบายว่าการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นความรู้สึกของบุคคลที่เกิดจากการยอมรับตนเอง และการมองตนเองในด้านบวก ซึ่งอาจไม่ได้มาจากการช่วยเหลือผู้อื่นหรือสังคม จนเกิดความรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่าที่ได้รับการยอมรับจากผู้อื่นก็ได้ หากบุคคลนั้นไม่เกิดความเข้าใจหรือยอมรับในความสามารถของตนเองก่อน แต่ที่จริงแล้วคนเรานั้น มีการเห็นคุณค่าในตนเองหรือความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ 2 รูปแบบ ได้แก่ แบบส่วนตัว (Private Self-esteem) ที่มาจากการการเข้าใจ ยอมรับความสามารถของตนเอง มีความคิดเชิงบวกเกี่ยวกับตนเอง สามารถทำตามการตัดสินใจที่ดีที่สุดของตนเองได้ และแบบสาธารณะ (Public Self-esteem) ซึ่งเป็นการเห็นคุณค่าในตนเองที่มาจากการทำตามความเห็นชอบของผู้อื่นมากกว่าความต้องการของตนเอง มีแนวโน้มที่อยากจะดูดีในสายตาผู้อื่น (นพมาศ ธีรเวคิน, 2553) ดังเช่นที่ ธนารัฐ มีสวอย (2553) ได้ทำการศึกษาลักษณะของการเห็นคุณค่าแท้ในตนเอง พบว่า นักศึกษาที่มีความต้องการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับมาก และพยายามเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเพื่อให้ตนเองได้รับการยอมรับนับถือ ได้รับเกียรติ ศักดิ์ศรี และการยกย่อง เป็นลักษณะของการเห็นคุณค่าเทียมในตนเอง (Pseudo Self-esteem) ไม่ใช่การเห็นคุณค่าแท้ในตนเอง (Authentic Self-esteem) (Branden, 1981 อ้างถึงใน ธนารัฐ มีสวอย, 2553 ) โดย Branden ได้กล่าวว่า การเห็น

คุณค่าที่ไข่มในตนเองนี้เป็นความรู้สึกที่เกิดจากการได้รับสิ่งเร้าจากภายนอก เช่น การได้รับการยอมรับหรือความพึงพอใจจากผู้อื่น สถานภาพทางสังคม หรือลักษณะทางกายภาพที่ปรากฏ เพราะคุณค่าเหล่านี้ทำให้บุคคลหลีกเลี่ยงความรับผิดชอบที่จะได้มาซึ่งการเห็นคุณค่าแท้ในตนเอง ซึ่งประกอบด้วยความรู้สึกเชื่อมั่นในความสามารถที่จะเผชิญความจริงในชีวิต และการประสบกับคุณค่าแห่งความสุขในชีวิตได้ด้วยตนเอง จากผลการศึกษาพบว่า สาเหตุหลักที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าแท้ในตนเองคือ การยอมรับตนเองและการเคารพตนเอง ทั้งสองลักษณะนี้มีความสำคัญแตกต่างกันในตัวบุคคลและมีความต่อเนื่องกัน โดยการยอมรับตนเองเป็นความรู้สึกเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในความสามารถซึ่งเปรียบเสมือนรากฐานทางจิตใจที่มีความมั่นคง และพร้อมที่จะขยายขอบเขตของความสามารถในด้านต่างๆ ให้มีประสิทธิภาพได้ ในขณะที่การเคารพตนเองเป็นความรู้สึกเชื่อมั่นในคุณค่าที่เกี่ยวข้องกับความสามารถ ส่งผลให้บุคคลเกิดความพึงพอใจและความสุขในชีวิต ดังนั้น การที่บุคคลมีคุณสมบัติทั้งการยอมรับตนเองและการเคารพตนเอง จะทำให้มีภูมิคุ้มกันที่เปรียบเสมือนเกราะกำบังสองชั้นในการป้องกันและการรักษาไว้ซึ่งการเห็นคุณค่าแท้ในตนเองได้อย่างมั่นคงนั่นเอง

### 3. จิตอาสาภัยพิบัติทางสังคม

จากผลการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะทางสังคมของเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาสูงและต่ำ มีค่าเฉลี่ยรวม เท่ากับ 96.33 และ 86.46 ตามลำดับ เมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนทั้ง 2 กลุ่ม โดยการทดสอบค่าที (*t*-test) พบว่า เยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาสูงมีทักษะทางสังคมสูงกว่าเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีระดับจิตอาสาต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งหมายถึงว่าจิตอาสาที่มีความสัมพันธ์กับทักษะทางสังคมของเยาวชน ดังเช่นที่ นายเจตน์นิมิตร แก้วเกต นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนกุนนทีรุทธารามวิทยาคม เล่าว่า “เมื่อก่อนตนเองเป็นเด็กที่เกเร ไม่ชอบช่วยเหลือใคร ชีวิตอยู่กับการเรียนและการเดินบีบอย (Break-Boy) จนวันหนึ่งอาจารย์ได้ชวนไปทำกิจกรรมจิตอาสาที่บ้านเด็กอ่อนปากเกร็ด ไปบริจาคอาหารกลางวัน ร้องเพลง และเต้นให้เด็ก ๆ ดู เป็นการนำความสุขมาให้เด็ก ๆ จากเดิมที่ไม่ค่อยคุยกับใคร ก็เริ่มมีปฏิสัมพันธ์พูดคุยกับคนอื่นมากขึ้น” (มูลนิธิสยามกัมมาจล, ม.ป.ป.) ซึ่งสอดคล้องกับ วรรณิกา มาโน (2554) ที่ได้กล่าวถึงการเข้าใจความหมายของชีวิตในมุมมองการอยู่ร่วมกับผู้อื่นจากการเข้าร่วมกิจกรรมอาสา ทั้งผู้ที่ทำงานร่วมกันในกิจกรรมต่างๆ และผู้ที่อาศัยอยู่ร่วมในสังคมเดียวกัน ประสบการณ์ที่ได้รับทั้งแง่บวกและลบได้ก่อมเกล้าให้เกิดการตระหนักรู้ถึงการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น การเปิดใจที่จะยอมรับความต่าง ทั้งในแง่ของวิถีชีวิตและความคิด ซึ่งเป็นการมองเห็นผู้อื่นมากขึ้นจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน ส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลจิต



อาสาเกิดความเข้าใจมากขึ้นถึงการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในโลกของความจริง การมองเห็นความสัมพันธ์ระหว่างตัวเองกับคนรอบข้างในมุมมองของการอยู่ร่วมกัน ซึ่งในที่นี้จะเห็นได้ว่าการที่เยาวชนได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมอาสาในรูปแบบต่าง ๆ นั้น ล้วนนำไปสู่การสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันเชิงบวก ไม่ว่าจะเป็นความสามารถในการดำเนินกิจกรรมหรือทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข การสื่อสารเพื่อให้เกิดความเข้าใจ การรับฟัง และการพยายามเข้าใจและยอมรับบุคคลอื่น การรู้จักบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบของตนเอง รู้จักการเป็นผู้ให้ และผู้รับอย่างเหมาะสม อันเป็นเหตุที่นำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขของสังคมในส่วนรวมด้วย

#### 4. การวิเคราะห์ระดับของจิตอาสา ความสุข การเห็นคุณค่าในตนเอง และทักษะทางสังคม

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีจิตอาสา และความสุข อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X}M = 3.31$  และ 4.24 ตามลำดับ) ขณะที่มีการเห็นคุณค่าในตนเอง อยู่ในระดับต่ำ ( $\bar{X}M = 10.15$ ) และมีทักษะทางสังคม อยู่ในระดับสูง ( $\bar{X}M = 91.30$ ) สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

กลุ่มตัวอย่างมีจิตอาสาอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ณิชนิษฐากร ศรีบริบูรณ์ (2550) ที่ทำการศึกษาสภาพจิตอาสาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน พบว่ามีจิตอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน ซึ่งการที่กลุ่มตัวอย่างมีจิตอาสาอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะในจุดมุ่งหมายของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 ได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาผู้เรียนให้เป็นคนดี มีปัญญา มีคุณภาพชีวิตดี คุณลักษณะที่พึงประสงค์เหล่านี้ประกอบไปด้วย การรักษาดิน ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์ สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ อยู่อย่างพอเพียง มุ่งในการทำงาน รักความเป็นไทย และหนึ่งในนั้นก็คือการมีจิตอาสา ที่มุ่งทำประโยชน์และสร้างสิ่งที่ดีงามในสังคม และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข ดังนั้นสถานศึกษาในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จึงมุ่งให้ผู้เรียนพัฒนาตนเองตามศักยภาพ เสริมให้เป็นผู้มีศีลธรรม จริยธรรม ระเบียบวินัย สร้างจิตสำนึกของการทำประโยชน์เพื่อสังคม สามารถจัดการตนเองได้และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขจากการเสริมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 ซึ่งกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนจะมีอยู่ 3 ลักษณะ คือ กิจกรรมแนะแนว กิจกรรมนักเรียน และกิจกรรมพัฒนาสังคมและสาธารณะประโยชน์ (บุญวัฒนา บุญธรรม, 2553) ที่ถือว่าเป็นกิจกรรมที่ได้ส่งเสริมให้เยาวชนได้มีจิตอาสาด้วยนั่นเอง แต่ในขณะเดียวกัน เมื่อพิจารณาข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างกลุ่มนี้แล้ว พบว่ากลุ่มตัวอย่างกำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่อยู่ในช่วงเตรียมตัวสอบเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา ซึ่งในปัจจุบันมีการแข่งขันกันสูง

เพื่อให้ได้เข้าศึกษาในคณะหรือมหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียงหรือเป็นที่นิยม จะเห็นได้จากกิจกรรมหรือโครงการเพื่อส่งเสริมในด้านวิชาการของภาครัฐและเอกชนที่จัดขึ้นเพื่อให้นักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายได้เข้าร่วม เช่น โครงการทบทวนความรู้เพื่อเข้าสู่มหาวิทยาลัย (ภารกิจสานฝันสู่ความสำเร็จ, ม.ป.ป.) โครงการเตรียมสมองพร้อมสอบ (ม.ป.ป.) เป็นต้น จึงอาจทำให้กลุ่มตัวอย่างหันมาให้ความสนใจในด้านวิชาการมากกว่าการเข้าร่วมกิจกรรมอื่นๆ จึงอาจเป็นผลให้กลุ่มตัวอย่างมีจิตอาสาอยู่ในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณาเกี่ยวกับความสุขของกลุ่มตัวอย่างพบว่า มีความสุขอยู่ในระดับปานกลาง อาจเนื่องมาจากการที่วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นหลายด้าน ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆเหล่านี้ ล้วนมีผลต่อการเรียนและการดำเนินชีวิตในวัยรุ่น ทำให้ต้องมีการปรับตัวหลายด้านพร้อมๆกัน ดังนั้นจึงเป็นวัยที่จะเกิดปัญหาได้มาก เพราะวุฒิภาวะ ความคิด หรือการตัดสินใจในการดำเนินชีวิตอาจยังไม่ดีพอเช่นวัยผู้ใหญ่ รวมถึงในวัยนี้เป็นช่วงวัยที่กำลังตัดสินใจที่จะเลือกทางเดินชีวิตให้ตนเองในด้านการศึกษาต่อ และเตรียมความพร้อมเพื่อมุ่งเข้าสู่การสอบเข้ามหาวิทยาลัย ดังที่ ภูทิพย์ เหมะสุวรรณ (2554) กล่าวว่า การสอบเข้ามหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียงในปัจจุบันมีการแข่งขันกันสูง ทำให้เด็กเหล่านี้ต้องขวนขวายเรียนพิเศษเพิ่มเติมนอกเหนือจากเวลาเรียนตามปกติ ทั้งๆที่เด็กเหล่านี้ควรจะมิชั่วโมงเรียน ชั่วโมงเล่น ชั่วโมงพักผ่อน ชั่วโมงเรียนรู้โลกเพื่อเข้าสู่สังคมและรู้จักโลกในมุมกว้าง และชั่วโมงเรียนรู้ศีลธรรมอย่างเท่าๆกัน ช่วงเวลาที่จะได้อยู่กับครอบครัวก็น้อยลง เพราะช่วงวันหยุดเสาร์-อาทิตย์และช่วงปิดเทอมซึ่งเป็นเวลาที่เด็กควรจะได้ออกไปพักผ่อนก็ต้องเอาไปให้กับการเรียนกวดวิชาแทน ซึ่งเหตุดังกล่าวอาจทำให้เกิดจากความเครียดหรือวิตกกังวลก็เป็นได้ และอาจส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างมีความสุขอยู่ในระดับปานกลางนั่นเอง

สำหรับผลการวิจัยเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับต่ำ ซึ่งเป็นไปได้ว่ากลุ่มตัวอย่างอยู่ในช่วงวัยที่มีการพัฒนาการการเปลี่ยนแปลงในหลายๆด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย ที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว รวมไปถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคม ซึ่งทำให้ความคิดหรือมโนภาพที่มีต่อตนเองเปลี่ยนแปลงไป จึงประสบความสำเร็จและความสับสนในการแสวงหาอัตลักษณ์ให้แก่ตนเอง สอดคล้องกับ สุภรัตน์ บุรณสมภพ (ม.ป.ป.) ที่ได้กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองจะมีการพัฒนาอย่างชัดเจนในวัยรุ่น และวัยรุ่นก็จะให้ความสำคัญต่อการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าช่วงวัยอื่นๆ เพราะเป็นช่วงวัยที่กำลังค้นหาอัตลักษณ์ให้แก่ตนเอง ซึ่งอาจจะประเมินหรือตัดสินคุณค่าในตนเองผิดพลาดได้ และนำไปสู่การเห็นคุณค่าเทียมในตนเอง ดังเช่นที่ ธนารัฐ มีสว (2553) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าเทียมในตนเองเป็นความรู้สึกที่เกิดจากการได้รับสิ่งเร้าจากภายนอก เช่น การได้รับการยอมรับหรือความพึงพอใจ

จากผู้อื่น ทำให้บุคคลหลีกเลี่ยงความรับผิดชอบที่จะได้มาซึ่งการเห็นคุณค่าแท้ในตนเอง คือ การยอมรับตนเองและการเคารพตนเอง ที่เป็นดังรากฐานให้เกิดความมั่นคงในจิตใจ หากบุคคลตระหนักต่อการวิจารณ์หรือการตัดสินของบุคคลอื่นมากเกินไป ก็อาจเป็นการทำลายหรือลดทอนการเห็นคุณค่าแท้ในตนเองลงไปได้ ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงอาจเป็นไปได้ว่า มีส่วนที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างมีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับต่ำนั่นเอง

นอกจากนี้ ผลการวิจัยเกี่ยวกับทักษะทางสังคมนั้น พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีทักษะทางสังคมอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาจากกลุ่มตัวอย่างพบว่า ในสถานศึกษาจะมีการพัฒนาทักษะทางสังคมของผู้เรียนอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็นการให้ผู้เรียนเรียนรู้การทำงานเป็นกลุ่ม การทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันโดยผ่านโครงการหรือกิจกรรมที่สถานศึกษาได้จัดเอาไว้ ซึ่งในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 ได้กำหนดสมรรถนะของผู้เรียน ซึ่งสมรรถนะหมายถึงความสามารถทางใดทางหนึ่ง โดยเน้นให้ผู้เรียนเกิดสมรรถนะ 5 ประการ คือ การสื่อสาร การคิด การแก้ปัญหา การใช้ทักษะชีวิต และการใช้เทคโนโลยี (บุญวัฒนา บุญธรรม, 2553) จะเห็นได้ว่าสมรรถนะดังกล่าวได้ครอบคลุมในส่วนของทักษะทางสังคมด้วย นอกจากนี้ กลุ่มตัวอย่างอยู่ในช่วงของวัยรุ่น ซึ่งจะมีพัฒนาการทางสังคม (Social Development) ที่ส่วนใหญ่จะให้ความสนใจเกี่ยวกับกลุ่มเพื่อน และสังคมสิ่งแวดล้อมมากกว่าครอบครัว มีกิจกรรมนอกบ้านมากมาย มีการปรับตัวเองให้เข้ากับกฎเกณฑ์กติกาของกลุ่มหรือสังคมได้ดีขึ้น มีความสามารถในทักษะสังคม ไม่ว่าจะเป็นด้านการสื่อสารเจรจา การแก้ปัญหา การประนีประนอม การยืดหยุ่น โอนอ่อนผ่อนตามกัน และการทำงานร่วมกับผู้อื่น (พนม เกตุมาน, 2550) ดังนั้นจึงเป็นไปได้ว่ากลุ่มตัวอย่างจะมีทักษะทางสังคมอยู่ในระดับสูง

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลวิจัยไปใช้

1.1 จากผลการวิจัยพบว่าการมีจิตอาสา มีความเกี่ยวข้องกับความสุข และทักษะทางสังคมของเยาวชน ดังนั้นบุคลากรผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนาเยาวชนของชาติพึงมั่นใจในการส่งเสริมให้เยาวชนไทยได้มีจิตอาสา ด้วยการส่งเสริมให้ทำกิจกรรมจิตอาสามากขึ้น ตลอดจนปลูกฝังค่านิยมในการมีจิตอาสา เพื่อพัฒนาการตระหนักในหน้าที่ความรับผิดชอบต่อผู้อื่นและสังคม อันจะส่งผลให้เยาวชนมีความสุข และทักษะทางสังคมมากขึ้น อันจะเป็นฐานที่ดีในการพัฒนาเยาวชนในด้านอื่นๆ ต่อไป



1.2 เนื่องจากพบว่ากลุ่มตัวอย่างกลุ่มนี้มีการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับต่ำ จึงควรมีโครงการเพื่อฝึกอบรมหรือพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนที่มีจิตอาสาหรือทำกิจกรรมจิตอาสา เช่น โครงการการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มเพื่อเพิ่มระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง

## 2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ เป็นการศึกษาการมีจิตอาสาของเยาวชนในจังหวัดเชียงใหม่ที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายเท่านั้น จึงควรมีการศึกษาจิตอาสาในกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ ด้วย เช่น กลุ่มเด็ก กลุ่มนักเรียนอาชีวศึกษา กลุ่มนิสิต/นักศึกษา กลุ่มทำงาน หรือกลุ่มตัวอย่างในภูมิภาคอื่นๆ เป็นต้น

2.2 ควรมีการศึกษาจิตอาสาร่วมกับตัวแปรอื่นๆ นอกเหนือจากความสุข การเห็นคุณค่าในตนเอง และทักษะทางสังคม เพื่อจะได้ทราบว่าจิตอาสานั้นมีความสัมพันธ์กับคุณลักษณะอื่นๆ หรือไม่ เช่น ความคิดเชิงบวก ความอ่อนน้อมถ่อมตน ความรับผิดชอบ เป็นต้น ซึ่งจะเป็แนวทางในการพัฒนาบุคลากรและเยาวชนที่เกี่ยวข้องกับจิตอาสาต่อไป

2.3 ควรมีการศึกษาวิจัยว่ามีตัวแปรใดบ้างที่เป็นตัวแปรแทรกซ้อนจากตัวแปรจิตอาสาไปสู่การเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งเป็นผลให้งานวิจัยในครั้งนี้ไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อ 2 ที่ว่าเยาวชนจังหวัดเชียงใหม่ที่มีจิตอาสาสูง มีการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าเยาวชนที่มีจิตอาสาต่ำ

2.4 ศึกษาตัวแปรที่ทำให้เกิดจิตอาสาในบุคคล เพื่อจะได้ทราบว่าตัวแปรใดบ้างที่เป็นส่วนสำคัญในการเกิดจิตอาสาในตัวบุคคล อันจะเป็นแนวทางในการปลูกฝังคุณลักษณะด้านจิตอาสาได้