

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรีแม่บ้าน ตามแนวทางการจัดการศึกษาตามอัธยาศัย ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Methodology) กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นกลุ่มสตรีแม่บ้าน และผู้นำชุมชน หมู่ที่ 3 บ้านโนนเมือง ตำบลแพ่ง อำเภอโกสุมพิสัย จังหวัดมหาสารคาม กรอบเนื้อหา ในการวิจัยยึดตามแนวทางการจัดการศึกษาตามอัธยาศัย ใช้เนื้อหาตามพระราชบัญญัติการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย พ.ศ. 2551 มาตรา 9 (1) (2) (3) ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย ดำเนินการ ในช่วงเดือน พฤศจิกายน 2552-พฤษภาคม 2553 สถานที่วิจัย คือ บ้านโนนเมือง ตำบลแพ่ง อำเภอโกสุมพิสัย จังหวัดมหาสารคาม การวิจัยครั้งนี้ยึดวัตถุประสงค์ของการวิจัยเป็นหลัก

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยสรุปได้ว่า

1. จากการศึกษาสภาพปัจจุบัน ปัญหาและความต้องการของกลุ่มสตรีแม่บ้าน บ้านโนนเมือง หมู่ที่ 3 ตำบลแพ่ง อำเภอโกสุมพิสัย จังหวัดมหาสารคาม พบว่า กลุ่มสตรีแม่บ้านต้องการให้มีการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพ สำหรับกลุ่มสตรีแม่บ้าน โดยมีการจัดกิจกรรมหลายรูปแบบ เป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนมีความสุข เน้นให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติจริงพร้อมทั้งสอดคล้องกับบริบทชุมชน

2. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรีแม่บ้านตามแนวทางการศึกษาตามอัธยาศัย จากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ทำให้เกิดกระบวนการในการศึกษา กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรีแม่บ้านตามแนวทางการศึกษาตามอัธยาศัย ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การศึกษาสภาพปัญหา ของกลุ่มสตรีแม่บ้าน บ้านโนนเมือง หมู่ที่ 3 ตำบลแพ่ง อำเภอโกสุมพิสัย จังหวัดมหาสารคาม

ขั้นที่ 2 การระดมสมอง ของผู้นำชุมชน กลุ่มสตรีแม่บ้าน และผู้วิจัย

ขั้นที่ 3 การวางแผน ขั้นตอนในการจัดรูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ กลุ่มสตรีแม่บ้าน

ขั้นที่ 4 การดำเนินการ จัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรีแม่บ้าน ตามแนวทางการศึกษาตามอัชฌาศัย

ขั้นที่ 5 การประเมินผลการจัดรูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรีแม่บ้านตามแนวทางการศึกษาตามอัชฌาศัย

ผู้เรียนสามารถทำกิจกรรมได้อย่างมีกระบวนการ คือ มีพฤติกรรมกล้าคิดกล้าแสดงออก มีพฤติกรรมการวางแผนในการทำงาน ตรงต่อเวลา มีความร่วมมือในกลุ่ม และการแสดงความคิดเห็น โดยแหล่งเรียนรู้เปรียบเสมือนห้องเรียนที่ฝึกให้คนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เพื่อที่จะก้าวไปสังคมได้อย่างมั่นใจ การจัดกิจกรรมในเรียนรู้เป็นการช่วยสร้างคนได้ เพราะการที่ได้ไปใช้ชีวิตในช่วงเวลาหนึ่งในสังคมที่มีชีวิตเรียบง่าย ได้เรียนรู้วิถีชีวิตและการอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม มีชีวิตที่มีความสนุกสนาน ได้เรียนรู้น้ำใจในกลุ่ม สร้างคนให้มีน้ำใจ รู้จักการให้เพื่อนมนุษย์ด้วยกัน สอนให้คนเป็นคนอย่างสมบูรณ์ ซึ่งไม่อาจเรียนได้ในตำรา และการเรียนรู้เป็นสิ่งที่จำเป็นที่ต้องจัดให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน และการจะให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดีมีผู้เรียนจะเรียนรู้ได้ดี เมื่อสิ่งที่เรียนมีความหมายต่อเขาเอง การเรียนรู้ที่ดีต้องตรงกับความสนใจและความจำเป็นของผู้เรียน

3. ผลการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มสตรีแม่บ้าน ภายหลังจากได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรีแม่บ้าน ตามแนวทางการศึกษาตามอัชฌาศัย ในเรื่อง

3.1 ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรี พบว่า ก่อนได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ กลุ่มสตรีแม่บ้านมีคะแนนเฉลี่ย 13.20 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.26 หลังจากได้เรียนรู้การจัดกิจกรรมมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 13.93 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .27 สรุปได้ว่า กลุ่มสตรีแม่บ้าน มีความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ดีกว่าก่อนได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ

3.2 ความคาดหวังในความสามารถของตนเอง พบว่า ก่อนได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ กลุ่มสตรีแม่บ้านมีคะแนนเฉลี่ย 38.43 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.10 และหลังจากได้เรียนรู้การจัดกิจกรรมมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 43.88 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สรุปได้ว่า กลุ่มสตรีแม่บ้านมีความคาดหวังในความสามารถของตนเอง ดีกว่าก่อนได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ

3.3 ความคาดหวังในผลลัพธ์ของพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ พบว่า ก่อนได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ กลุ่มสตรีแม่บ้านมีคะแนนเฉลี่ย 38.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.91 และหลังจากได้เรียนรู้การจัดกิจกรรม มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 47.85 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .36 สรุปได้ว่า กลุ่มสตรีแม่บ้านมีความคาดหวังในผลลัพธ์ของพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ดีกว่าก่อนได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ

3.4 การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม พบว่า ก่อนได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ กลุ่มสตรีแม่บ้านมีคะแนนเฉลี่ย 25.28 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.86 และหลังจากได้เรียนรู้การจัดกิจกรรม มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 27.38 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.51 สรุปได้ว่า กลุ่มสตรีแม่บ้านมีการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ดีกว่าก่อนได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ

3.5 พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพ พบว่า ก่อนได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ กลุ่มสตรีแม่บ้านมีคะแนนเฉลี่ยโดยรวม 54.00 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.44 และหลังจากได้เรียนรู้การจัดกิจกรรมมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 62.93 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.40 สรุปได้ว่า กลุ่มสตรีแม่บ้าน มีพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพโดยรวม ดีกว่าก่อนได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ

อภิปรายผล

จากการสรุปผลการวิจัย ทำให้ได้ประเด็นที่น่าสนใจที่นำมาอภิปรายผล ได้ดังนี้

1. จากการศึกษาสภาพปัจจุบัน ปัญหาและความต้องการของกลุ่มสตรีแม่บ้าน บ้านโนนเมือง หมู่ที่ 3 ตำบลแพ่ง อำเภอโกสุมพิสัย จังหวัดมหาสารคาม พบว่า กลุ่มสตรีแม่บ้านต้องการให้มีการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพ สำหรับกลุ่มสตรีแม่บ้าน โดยมีการจัดกิจกรรมหลายรูปแบบ เป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนมีความสุข เน้นให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติจริงพร้อมทั้งสอดคล้องกับบริบทชุมชน พบว่า กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนแม่บ้านเป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นอย่างเป็นระบบ ประกอบด้วยรูปแบบ กระบวนการที่หลากหลาย เสริมสร้างประสบการณ์ เพิ่มพูนความรู้ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาผู้เรียนทั้งทางด้านร่างกายจิตใจ สติปัญญา อารมณ์ และสังคม เน้นให้ผู้เรียนได้เลือกกิจกรรมตามความถนัดและความสนใจ ดังนั้น การจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง ผักการปฏิบัติให้ทำได้ คิดเป็น ทำเป็น และเกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง จัดการเรียนรู้โดยผสมผสานความรู้ด้านต่างๆ อย่างได้สัดส่วนสมดุลกัน เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และมีความรอบรู้

2. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรีแม่บ้านตามแนวทางการศึกษาตามอัธยาศัย ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ขั้นตอน อันประกอบด้วย ขั้นที่ 1 การศึกษาสภาพปัญหาของกลุ่มสตรีแม่บ้าน บ้านโนนเมือง หมู่ที่ 3 ตำบลแพ่ง อำเภอโกสุมพิสัย จังหวัดมหาสารคาม ขั้นที่ 2 การระดมกำลัง ของผู้นำชุมชน กลุ่มสตรีแม่บ้าน และผู้วิจัย ขั้นที่ 3 การวางแผน ขั้นตอนในการจัดรูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ กลุ่มสตรีแม่บ้าน ขั้นที่ 4 การดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรีแม่บ้านตามแนวทางการศึกษาตามอัธยาศัย ขั้นที่ 5 การประเมินผลการจัดรูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรี

แม่บ้านตามแนวทางการศึกษาตามอัชฌาศัย ผู้เรียนสามารถทำกิจกรรมได้อย่างมีกระบวนการ คือ มีพฤติกรรมกล้าคิดกล้าแสดงออก มีพฤติกรรมการวางแผนในการทำงาน ตรงต่อเวลา มีความร่วมมือในกลุ่ม และการแสดงความคิดเห็น โดยแหล่งเรียนรู้เปรียบเสมือนห้องเรียนที่ฝึกให้คนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เพื่อที่จะก้าวไปสังคมได้อย่างมั่นใจ การจัดกิจกรรมในเรียนรู้เป็นการช่วยสร้างคนได้ เพราะการที่ได้ไปใช้ชีวิตในช่วงเวลาหนึ่งในสังคมที่มีชีวิตเรียบง่าย ได้เรียนวิถีชีวิตและการอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม มีชีวิตที่ความสนุกสนาน ได้เรียนรู้เข้าใจในกลุ่ม สร้างคนให้มีน้ำใจ รู้จักการให้เพื่อนมนุษย์ด้วยกัน สอนให้คนเป็นคนอย่างสมบูรณ์ ซึ่งไม่อาจเรียนได้ในตำรา และการเรียนรู้เป็นสิ่งที่จำเป็นที่ต้องจัดให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน และการจะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดีมีผู้เรียนจะเรียนรู้ได้ดี เมื่อสิ่งที่เรียนมีความหมายต่อเขาเอง การเรียนรู้ที่ดีต้องตรงกับความสนใจและความจำเป็นของผู้เรียน

3. ผลการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มสตรีแม่บ้าน ภายหลังจากได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรีแม่บ้าน ตามแนวทางการศึกษาตามอัชฌาศัย ในเรื่อง 1) ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ 2) ความคาดหวังในความสามารถของตนเอง 3) ความคาดหวังในผลลัพธ์ของพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ 4) การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม 5) พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ พบว่า กลุ่มสตรีแม่บ้านที่ผ่านการเข้าร่วมกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรีแม่บ้าน มีการเปลี่ยนแปลงไปในแนวทางที่ดีขึ้น

จะเห็นได้ว่าการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรีแม่บ้าน เป็นประสบการณ์การเรียนรู้นอกห้องเรียนที่ผู้เรียน ได้ทั้งความรู้ ความสุข ความรัก ความทรงจำ และที่สำคัญ คือ ประสบการณ์ชีวิต และยังช่วยกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความคิดสร้างสรรค์ และพัฒนาผู้เรียนให้เต็มศักยภาพของแต่ละบุคคลให้มากที่สุด การสร้างบรรยากาศภายในการเรียนรู้เป็นกลิ่นอายของความรู้สึกรักที่กลุ่มสตรีแม่บ้านได้รับในระหว่างการทำกิจกรรม ผู้เรียนรู้สึกสบายๆ มีความสุข และสนุกกับการเรียนรู้ โดยนำเอาทรัพยากรธรรมชาติหรือทรัพยากรที่มีอยู่มาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการพัฒนาร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และอารมณ์ โดยมีวิทยากรซึ่งผ่านการอบรมและมีความรู้ โดยเฉพาะเป็นผู้ดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพกลุ่มสตรีแม่บ้าน เป็นวิธีการจัดการเรียนรู้ที่จัดขึ้น เพื่อพัฒนาส่งเสริมสนับสนุน รวมถึงป้องกันและแก้ปัญหาของผู้เรียน เป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ต้องการส่งเสริมให้ผู้เรียน เรียนรู้ผ่านการปฏิบัติจริงและเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ทำให้ผู้เรียนได้ใช้ความรู้ ความคิด ความร่วมมือทุกคน ทุกคนมีความสุขกับกิจกรรมที่ทุกคนเป็นเจ้าของ เพราะการเรียนรู้เกิดจากความสนใจของผู้เรียนเองจะทำให้เขามีความตั้งใจ ความสนใจ สนุกสนานกับการเรียนรู้ กับสิ่งที่ตนเองสนใจ และการเรียนรู้เกิดจากกระบวนการค้นพบด้วยตนเอง คือ การเรียนรู้จากการกระทำเป็นขั้นของการเรียนรู้จากการใช้ประสาทสัมผัสรับรู้สิ่งต่าง ๆ

การลงมือกระทำช่วยให้สตรีแม่บ้านเกิดการเรียนรู้ได้ดี การเรียนรู้จากความคิดเป็นขั้นที่ผู้เรียนสามารถสร้างมโนภาพในใจได้ และสามารถเรียนรู้จากภาพแทนความจริงได้ เป็นกระบวนการที่สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาความรู้ ความคิดของผู้เรียนได้เป็นอย่างดี

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้เข้าใจถึงความสัมพันธ์ของมนุษย์ ที่ให้มีการพัฒนาการเรียนรู้ตลอดชีวิต ส่งเสริมให้คนไทยได้เรียนรู้อย่างต่อเนื่อง สามารถเข้าถึงแหล่งความรู้ทั้งที่เป็นวิชาการสมัยใหม่ วัฒนธรรมและภูมิปัญญา ที่มุ่งสร้างวัฒนธรรมการเรียนรู้ตลอดชีวิต ส่งเสริมให้จัดการเรียนรู้ในหลากหลายรูปแบบ และปรับสภาพแวดล้อมให้เอื้ออำนวยกับ การสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้สร้างวัฒนธรรมการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องให้กับคนทุกช่วงวัย ให้ตระหนักถึงประโยชน์และความสำคัญของการเรียนรู้ตลอดชีวิตที่นำไปสู่การยกระดับคุณภาพชีวิตและความสามารถในการดำรงชีวิตได้อย่างรู้เท่าทัน และสอดคล้องกับยุทธศาสตร์การพัฒนาคุณภาพคนและสังคมไทยสู่สังคมแห่งภูมิปัญญาและการเรียนรู้ ซึ่งให้มีการสืบค้น ถอดความรู้ภูมิปัญญาที่อยู่ในตัวคนออกเป็นความรู้ที่ผู้อื่นสามารถเรียนรู้ สนับสนุนให้คนรุ่นใหม่ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้กับภูมิปัญญาท้องถิ่นจากการปฏิบัติจริงร่วมกับปราชญ์ ผู้รู้ และผู้สูงอายุที่มีประสบการณ์ และมีกระบวนการที่สอดคล้องกับข้อเสนอการปฏิรูปการศึกษาในทศวรรษที่ 2 (พ.ศ. 2552-2561) ที่เสนอระบบการเรียนรู้ ที่เอื้ออำนวยให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต มีนิสัยใฝ่เรียนรู้ มีความสามารถคิดวิเคราะห์ แก้ปัญหา และมีคุณธรรมนำความรู้ โดยอาจอยู่ในระบบการศึกษาและนอกระบบการศึกษา และมีปัจจัยและเครื่องมือต่างๆ เพื่อสนับสนุนให้เกิดการเรียนรู้ที่เหมาะสมและเต็มตามศักยภาพ ทั้งที่มาจากระบบศึกษาปกติและจากนอกระบบ เช่น สื่อการเรียนรู้ที่ผู้เรียนสามารถเข้าถึงได้ทุกแห่ง และทุกเวลา ประเด็นสำคัญในการปฏิรูประบบการเรียนรู้ คือการเน้นความสำคัญของปัจจัยที่เอื้ออำนวยให้เกิดการเรียนรู้ นับตั้งแต่ครู ผู้ปกครอง ชุมชนบุคคล ตัวอย่าง สื่อมวลชน รวมถึงสื่อการเรียน การสอน และเทคโนโลยี เป็นต้น

ข้อเสนอแนะ

1. ควรศึกษาวิจัยการจัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้ป่วยเฉพาะโรค โดยให้ความรู้เกี่ยวกับโรค/ปัญหาที่พบบ่อยในกลุ่มสตรีแม่บ้าน ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน เพื่อให้กลุ่มสตรีแม่บ้านสามารถดูแลตนเอง ป้องกัน และลดภาวะแทรกซ้อน ทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และควรประเมินผลของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ เช่น น้ำหนักตัว ความดันโลหิต ระดับน้ำตาลในเลือด เป็นต้น

2. ควรวิจัยการขยายกลุ่มเป้าหมายในการส่งเสริมสุขภาพให้ครอบคลุมกลุ่มสตรีแม่บ้านทุกคน โดยการตรวจเยี่ยมบ้าน เพื่อสำรวจปัญหาและความต้องการด้านต่าง ๆ ของกลุ่มสตรี ได้แก่

บริการด้านการตรวจสุขภาพเพื่อคัดกรองโรค ให้คำแนะนำการปฏิบัติตัวในรายที่ป่วย และพิจารณา
ควรจัดหาอุปกรณ์ช่วยในการออกกำลังกาย ควรมีนักกายภาพบำบัด เข้ามาให้คำแนะนำ และ
ฝึกสอนการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกาย



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY