

บทที่ 2

วรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วรรณคดีที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง ผลของการมีส่วนร่วมตามโปรแกรมนันทนาการที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านสมรรถภาพทางกายและอึดทนในทัศนียอง เยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กเยาวชนกลาง ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในด้านต่างๆดังต่อไปนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง
2. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเยาวชน
3. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการ
4. ความหมายของสมรรถภาพทางกาย
5. แนวคิดที่เกี่ยวกับอึดทนในทัศนียอง
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศและต่างประเทศ

ความรู้เกี่ยวกับสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง

เด็กและเยาวชนมีร่างกายและจิตใจไม่เหมือนผู้ใหญ่ ยังอ่อนต่อสติปัญญาและความรู้สึกผิดชอบ ซึ่งอาจเป็นเหตุให้เด็กถูกชักจูงให้กระทำความผิดได้ง่าย เด็กบางคนเกิดมามีโรคทางพันธุกรรม ร่างกาย หรือจิตใจไม่สมประกอบทำให้ขาดสติขาดการควบคุมตนเอง นอกจากนี้เด็กเป็นจำนวนไม่น้อยเกิดมามีปัญหาทางครอบครัว เนื่องจากบิดามารดาหย่ากัน หรือครอบครัวแตกแยกเพราะบิดามารดาเลิกร่างกัน หรือบิดามารดาตายกลายเป็นลูกกำพร้าไม่ได้รับการเอาใจใส่ทะนุถนอมเท่าที่ควร และได้รับความกระทบกระเทือนทางร่างกายและจิตใจ ด้วยเหตุต่างๆดังกล่าวมา เมื่อเด็กและเยาวชนหลงกระทำการอันผิดกฎหมายที่บัญญัติเป็นความผิด ถ้าทางราชการมิได้จัดการบำบัดแก้ไขให้ถูกต้องแล้ว เหตุการณ์ก็จะสายเกินแก้ อาจทำให้เด็กหรือเยาวชนเหล่านั้นมีอุปนิสัยและความประพฤติเสื่อมทรามยิ่งขึ้นถึงกลับกลายเป็นอาชญากรที่เหี้ยมโหดทารุณได้ง่าย

โดยเหตุดังกล่าวนี้ นานาประเทศจึงได้พยายามวิจัย และวิเคราะห์ทั้งไขและเป็นที่ยอมรับกันว่าควรแยกกระบวนการยุติธรรมสำหรับเด็กและเยาวชน ที่กระทำผิดออกจากกระบวนการยุติธรรมสำหรับผู้ใหญ่โดยเด็ดขาดโดยมีวัตถุประสงค์มุ่งไปในทางให้การสงเคราะห์ บำบัดแก้ไข เด็กและเยาวชน ที่หลงกระทำผิดกฎหมายมากกว่าที่จะมุ่งลงโทษทางอาญาแก่เด็กและเยาวชน เหล่านั้นโดยให้ศาลดำเนินกระบวนการพิจารณาเป็นพิเศษแตกต่างกับศาลธรรมดา หรือศาลผู้ใหญ่และให้แยกสถานที่ ควบคุมฝึกฝนอบรมเด็กและเยาวชนต่างหากจากเรือนจำหรือทัณฑสถานซึ่งใช้เป็นที่คุมขังอาชญากรผู้ใหญ่ ทั้งนี้เพราะเห็นว่าเด็กและเยาวชนยังอ่อนต่อสติปัญญาและความรู้สึกรับผิดชอบ เนื่องจากยังเยาว์วัยและอาจแก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม อบรมป้อนนิสัยให้กลับตนเป็นคนดีได้ไม่ยากเพื่อผลในการปรับปรุงคุณภาพความรับผิดชอบต่อสังคมของเด็กและเยาวชนตลอดจนลดปัญหาความแตกแยกของครอบครัว และปัญหาเด็กและเยาวชนที่เกิดจากครอบครัวไม่ปกติสุข สถานพิทักษ์และคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง เป็นหน่วยงานที่ตั้งขึ้นควบคู่กับศาลเยาวชนและครอบครัว มีผู้อำนวยการเป็นผู้บังคับบัญชา ภายใต้บังคับบัญชาของอธิบดีผู้พิพากษาศาลเยาวชนและครอบครัวกลาง มีทั้งส่วนกลางและส่วนภูมิภาค ส่วนกลางกรุงเทพมหานคร คือสถานพิทักษ์และคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง และในส่วนภูมิภาค เรียกว่า สถานพิทักษ์และคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัด ดังนี้ (สถานพิทักษ์และคุ้มครองเด็กและเยาวชน ศาลคดีเด็กและเยาวชนกลาง, 2535)

สถานพิทักษ์และคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง มีอยู่ 6 แห่ง คือ

1. กองแรกรับ (บ้านเมตตา) ตั้งอยู่ที่ถนนแจ้งวัฒนะหลักสี่ บางเขน (ทางไปปากเกร็ด) กองแรกรับนี้เป็นหน่วยรับเด็กหรือเยาวชน ระหว่างรอผลการสอบสวนและรอการพิจารณาของศาลซึ่งจะรับเด็กหรือเยาวชนรายไว้ทั้งหมด
- 2.- 4. สถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน ชายรุ่นใหญ่ (บ้านกรูณา) สถานพิทักษ์และอบรมเด็กและเยาวชนชายรุ่นเล็ก (บ้านมุทิตา) สถานกักกันและอบรมเด็กและเยาวชนชาย (บ้านอุเบกขา) ทั้ง 3 หน่วยนี้ เป็นสถานฝึกและอบรมตามคำสั่งศาล ตั้งอยู่ที่ถนนสรรพาวุธ แขวงบางนา เขตพระโขนง
5. สถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนชาย (บ้านสิรินธร) เป็นสถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนชายตามคำสั่งศาล ที่มีความประพฤติดีขึ้นในขณะที่อยู่ในสถานฝึกและอบรมต่างๆแล้วย้ายมาอยู่ที่ บ้านสิรินธร ตั้งอยู่ที่ ต.คลองโยง อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม
6. สถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิง (บ้านปราณี) ตั้งอยู่ข้างโรงเรียนราชินี ขอยท่าข้าม ถนนมหาสาร ปากคลองตลาด เป็นทั้งสถานแรกรับ และสถานฝึกอบรมเด็กและเยาวชนหญิง โดยเฉพาะ

กระบวนการฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนในปัจจุบัน (สถานพินิจและคุ้มครอง
เด็กและเยาวชน ศาลคดีเด็กและเยาวชนกลาง , 2535)

เมื่อศาลสั่งใช้วิธีการฝึกอบรมคือ นำตัวเด็กหรือ เยาวชนไว้ฝึกอบรมในสถานฝึกและ
อบรมของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง ซึ่งเป็นงานหัวใจของศาลเยาวชนและ
ครอบครัวในการที่จะแก้ไขฟื้นฟูความประพฤติของเด็กและเยาวชนเพื่อสวัสดิภาพและอนาคตการ
จัดฝึกและอบรมทั้งในส่วนกลางกรุงเทพมหานครและในส่วนภูมิภาคจะจัดหน่วยงานคล้ายคลึงกัน
ดังนี้

ก. การสอนวิชาสามัญ จัดให้เด็กและเยาวชน ได้รับการศึกษาวิชาสามัญด้าน
หลักสูตรการศึกษาผู้ใหญ่

ข. การสอนวิชาชีพ จัดให้เด็กและเยาวชนฝึกฝนวิชาชีพตามความถนัดและสมัครใจ
แต่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับระยะเวลาที่ศาลกำหนดให้ฝึกอบรมด้วย วิชาชีพที่จัดสอนอยู่ในปัจจุบันมุ่งหมาย
จะให้ประโยชน์ต่อเด็กและเยาวชน เมื่อพ้นการฝึกอบรมมีความรู้ไปประกอบอาชีพต่อไป ได้แก่
ช่างไม้ ช่างยนต์ ช่างศิลป์ ช่างไฟฟ้า ช่างเชื่อมโลหะ ช่างตัดเย็บเสื้อผ้า และเกษตรกรรม เป็นต้น

ค. การพัฒนานิสัย จัดให้มีการอบรมด้านจริยธรรมเพื่อฟื้นฟูจิตใจให้กลับตนเป็น
พลเมืองดี โดยมีเจ้าหน้าที่ผู้มีความรู้โดยเฉพาะ เช่นนักจิตวิทยา อนุศาสนาจารย์ และผู้ทรงคุณวุฒิ
จากภายนอก เป็นต้น

ง. งานพัฒนาสุขภาพอนามัย จัดให้มีการออกกำลังกายเล่นกีฬา และการบริหาร
ตลอดจนด้านการกินอยู่หลับนอนให้ถูกสุขลักษณะ การจัดที่อยู่มีลักษณะเป็นโรงเรียนกินนอน
ประจำ

กล่าวโดยสรุปแล้ว การจัดการบริหารงานฝึกและอบรมก็คือ การจัดให้ครบหลักสูตรการศึกษา
4 ประการ คือ พุทธศึกษา หัตถศึกษา จริยศึกษา และพลศึกษา การจัดการเรียนการสอนนอกจาก
จะให้เจ้าหน้าที่ของสถานพินิจเองยังรับอาสาสมัครจากภายนอกเข้ามาช่วยเหลืออีกด้วย ทั้งนี้ เพื่อ
ให้เด็กและเยาวชนได้รับประโยชน์จากการฝึก อบรมอย่างเต็มที่ กิจวัตรประจำวันของเด็กและ
เยาวชนในสถานพินิจและอบรมแต่ละแห่งจัดกันดังนี้

06.00 น.	- ตื่นนอน ทำความสะอาดร่างกาย ช่วยกันทำความ สะอาดนอนบนแคร่ของนอน
07.00 น. - 07.30 น.	- วิ่งออกกำลังกาย ฝึกการบริหาร อาบน้ำ
08.00 น.	- เคารพธงชาติ รับประทานอาหาร
09.00 น. - 12.00 น.	- แบ่งกลุ่มปฏิบัติงานโยธา เรียนวิชาสามัญ เรียน วิชาชีพแล้วแต่กรณี
12.00 น.	- รับประทานอาหาร

- 13.00 น. - 16.00 น. - แบ่งกลุ่มปฏิบัติงานโยธา เรียนวิชาสามัญ เรียนวิชาชีพ เล่นกีฬา ฝึกพลศึกษา หรือวิชาลูกเสือ และพบญาติในห้องเยี่ยม
- 16.00 น. - อาบน้ำ
- 17.00 น. - รับประทานอาหาร
- 18.00 น. - ขึ้นหอนอน อบรมการลดทอนต์ ดูโทรทัศน์
- 21.00 น. - เข้านอน

ปริมาณเด็กและเยาวชนในความควบคุมของสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง ในกรุงเทพมหานครปัจจุบันจำแนกได้ดังนี้ (สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ศาลคดีเด็กและเยาวชนกลาง , 2543)

- สถานแรกรับ (บ้านเมตตา)	ประมาณ	1020	คน
- สถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนชายรุ่นใหญ่ (บ้านกรรณา)	ประมาณ	1582	คน
- สถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนชายรุ่นเล็ก (บ้านมูทิตา)	ประมาณ	416	คน
- สถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนชายที่มีความประพฤติดี(บ้านสิรินธร)	ประมาณ	146	คน
- สถานกักกันและอบรมเด็กและเยาวชนชาย (บ้านอุเบกขา)	ประมาณ	225	คน
- สถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิง (บ้านปรานี)	ประมาณ	360	คน
รวมประมาณ		3749	คน

สถาบันวิจัยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเยาวชน

คำว่า "เยาวชน" ได้มีผู้ให้ความหมายไว้หลายท่านดังนี้

สมบัติ กาญจนกิจ (2540) กล่าวว่า "เยาวชน" หมายถึงบุคคลที่มีอายุไม่เกิน 25 ปี ตามพระราชบัญญัติส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ ปี 2521

เสาวนีย์ เสนาสุ (2532) ได้กล่าวว่า ไม่ว่าเยาวชนจะมีความหมายแตกต่างกันอย่างไรสิ่งหนึ่งที่เป็นที่ประจักษ์และเป็นที่ยอมรับเป็นสากลก็คือ เยาวชน คือ อนาคตของชาติเป็นทรัพยากรและพลังที่มีความสำคัญ ต่อการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ เป็นผู้สืบทอดวัฒนธรรมประจำชาติ

เนื่องจากเยาวชนเป็นกลุ่มทรัพยากรมนุษย์ที่สำคัญที่ผู้บริหารประเทศ ให้ความสนใจที่จะชี้นำและปลูกฝังอุดมการณ์ เพื่อให้กลายเป็นผู้ใหญ่ในแบบฉบับที่ต้องการหรืออาจกล่าวได้ว่าเป็นความคาดหวังในบทบาทที่เยาวชนดังประพุดติปฏิบัติ ดังนั้นเมื่อศึกษาจากเอกสารย้อนหลังจากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม นโยบายของรัฐบาลเกี่ยวกับเยาวชนหรือแผนการศึกษาแห่งชาติ คำสั่งคณะปฏิรูปการปกครองประเทศ (สำนักงานคณะกรรมการการส่งเสริมประสานงานเยาวชนแห่งชาติ, 2540) ได้แบ่งความคาดหวังต่อบทบาทของเยาวชนได้ 7 ประการ

1. เยาวชนไทย คือ สมาชิกของครอบครัวและสังคม ซึ่งจะต้องปลูกฝังอบรมให้รู้จักบทบาทของตนในครอบครัว และบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่นทั้งในยามสงบและยามสงคราม
2. เยาวชนไทย คือ กำลังในการปกป้องรักษาบ้านเมือง ต้องอบรมให้มีวินัยแบบทหารและมีความรู้สึกในเรื่องชาตินิยม
3. เยาวชนไทย คือ ในทางเศรษฐกิจจะต้องพัฒนาให้เป็นกำลังผลิตที่พอเพียงกับการขยายตัวทางเศรษฐกิจ โดยอาศัยการศึกษาในระบบโรงเรียนเป็นเครื่องมือสำคัญ
4. เยาวชนไทย คือ พลังในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม จึงต้องพัฒนาให้เหมาะสมทั้งในปริมาณและคุณภาพ โดยอาศัยการศึกษาในรูปแบบต่างๆ ทั้งในและนอกระบบโรงเรียน โดยจะต้องกระจายทางการพัฒนาด้านต่างๆ ออกไปสู่ เยาวชนในชนบทด้วย
5. เยาวชนเป็นผู้สืบทอดวัฒนธรรม ซึ่งปัจจุบันยังอยู่ในระหว่างเวลาของการแสวงหาความรู้ทั้งทางวิชาการและวิชาชีพ เพื่อที่จะนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อความอยู่รอดปลอดภัยของสังคมในอนาคต ทั้งในด้านการรักษาความมั่นคงปลอดภัยของประเทศและถ่ายทอดวัฒนธรรม ดังนั้นจึงควรจะสนใจในด้านการเรียนตามหลักสูตร กีฬา ศิลปะวัฒนธรรมและการบำเพ็ญประโยชน์ตามความจำเป็น

6. เขาวชนเป็นทั้งผู้รับการพัฒนาและผู้ดำเนินการพัฒนาด้วย โดยเฉพาะเขาวชนในกลุ่มระดับที่มีการศึกษาสูงจะเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าในการกระจายการพัฒนาไปสู่ผู้ด้อยโอกาส ดังนั้น จะต้องสร้างความตระหนักในบทบาท และการมีวินัยในตนเอง

7. เขาวชนต้องเป็นคนที่มีความรู้ มีสติปัญญา มีเหตุผล มีคุณธรรมและวัฒนธรรม มีพละทานมัยที่สมบูรณ์ มีทักษะในการประกอบอาชีพ พึ่งตนเองได้เป็นสมาชิกที่ดีของสังคมมีความรู้ความสามารถในเทคโนโลยีเหมาะสม เป็นกำลังในการพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมของประเทศ

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับปัจจุบัน ได้มีการวางแผนพัฒนาเด็กและเขาวชนไว้อย่างต่อเนื่อง แม้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 7 ได้กำหนดจุดมุ่งหมายที่จะพัฒนาเด็กและเขาวชนให้สอดคล้องกับทิศทางการพัฒนาประเทศ โดยได้กำหนดทิศทางและจุดเน้นที่สำคัญไว้หลายประการ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2541)

1. เร่งขยายเตรียมพร้อมสำหรับเด็กวัยก่อนประถมศึกษาทั้งปริมาณ และคุณภาพ
2. เร่งรัดการฝึกอาชีพแก่เขาวชนนอกระบบโรงเรียน โดยเน้นการพัฒนาความรู้ และทักษะให้สูงต่อการผลิตที่ทันสมัย และมีส่วนร่วมในการพัฒนาเศรษฐกิจ
3. ขยายโอกาสการศึกษาขั้นพื้นฐานจาก 6 ปี เป็น 9 ปี
4. มุ่งพัฒนาด้านคุณธรรม จริยธรรมพื้นฐาน ค่านิยมและวิถีชีวิต ประชาธิปไตยในการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมแก่เด็กและเขาวชน เพื่อให้เป็นพลเมืองที่ดีมีความรับผิดชอบ
5. เร่งรัดการป้องกัน คุ้มครองแก้ไขฟื้นฟูและพัฒนาเด็กและเขาวชนที่ป่วยเป็นโรคเอดส์ หรือที่ติดเชื้อเอดส์
6. เร่งดำเนินการป้องกัน คุ้มครองฟื้นฟูและพัฒนาเด็กและเขาวชนที่อยู่ในภาวะที่ยากลำบากเป็นพิเศษ
7. ส่งเสริมเด็กและเขาวชนที่มีสติปัญญาดีเลิศหรือมีความสามารถพิเศษ

การดำเนินงานตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 7 ได้สำเร็จล้นลงโดยบรรลุเป้าหมาย และวัตถุประสงค์อยู่ในระดับหนึ่งอย่างไรก็ตาม ปัญหาและอุปสรรคของการพัฒนาเด็กและเขาวชนก็ยังมีอย่างต่อเนื่องและยังไม่ได้มีการแก้ไข ดังนั้นการประสานแนวคิดแผนพัฒนาเด็กและเขาวชนในระยะพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 – 2544) ได้กำหนดยุทธศาสตร์และแนวทางในการพัฒนา เด็กและเขาวชนเพื่อให้สามารถบรรลุวัตถุประสงค์และเป้าหมายและได้กำหนดเป็น 3 ประเด็นที่สำคัญได้แก่ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2541)

1. ยุทธศาสตร์การพัฒนาศักยภาพของเด็กและเยาวชนให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ประกอบด้วย

1.1 แนวทางการพัฒนาสุขภาพกายและจิตใจ

1.2 แนวทางการพัฒนาสติปัญญา ความรู้ ความสามารถ

1.3 แนวทางการปลูกฝังหลักธรรมศาสนา คุณธรรม จริยธรรม วัฒนธรรม และความเป็นไทย

1.4 แนวทางการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่ระบบเศรษฐกิจยุคใหม่

1.5 แนวทางการสร้างจิตสำนึก และการมีส่วนร่วมในการพัฒนาทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม

1.6 แนวทางการพัฒนาการมีส่วนร่วมในชุมชน และการเมืองการปกครองระบอบประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข

2. ยุทธศาสตร์การพัฒนาศักยภาพเด็กและเยาวชนให้เอื้ออำนวยต่อการพัฒนาการของเด็กและเยาวชน ประกอบด้วย

2.1 แนวทางการพัฒนาบทบาทของครอบครัวและชุมชน

2.2 แนวทางการพัฒนากฎหมาย กระบวนการยุติธรรม และสิทธิเด็กแนวทางการพัฒนาบทบาทของผู้นำทางความคิด ในสถาบันสังคมให้การสนับสนุนการพัฒนาเด็กและเยาวชน

นโยบายเยาวชนแห่งชาติ

เนื่องจากเด็กและเยาวชนเป็นทรัพยากรที่สำคัญของชาติในอนาคต ดังนั้นรัฐบาลทุกสมัย จึงได้กำหนดนโยบายการพัฒนาเยาวชนแห่งชาติ เพื่อนำไปใช้พัฒนาเยาวชนอย่างมีประสิทธิภาพ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2541)

1. สมัยรัฐบาลของ ฯพณฯพลเอกชวลิต ยงใจยุทธ พ.ศ. 2539 ที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชน มีดังนี้

1.1 นโยบายด้านการศึกษา

ส่งเสริมและสนับสนุนให้เด็กและเยาวชนทุกคนได้รับการศึกษาอย่างต่อเนื่อง 12ปี โดยจะให้ความช่วยเหลือเป็นพิเศษแก่ผู้ยากจน ผู้ด้อยโอกาส และผู้บกพร่องทางร่างกายและสติปัญญาตามความจำเป็น

1.2 นโยบายด้านสังคม

- ปรับปรุงกฎหมายเกี่ยวกับการกระทำผิดทางเพศต่อเด็กและสตรี และดำเนินการตามกฎหมายแก่ผู้กระทำความผิดอย่างจริงจังตลอดจนรณรงค์แก้ไขปัญหาคอร์ปครองครอบครัว
- เร่งดำเนินการทั้งมาตรการป้องกันและปราบปราม เพื่อแก้ไขปัญหาคอร์ปครองแรงงานเด็กและโสเภณีเด็ก
- ให้มีการเล่นกีฬาตั้งแต่เยาว์วัย และสนับสนุนบริการพื้นฐานด้านกีฬาให้ผู้ด้อยโอกาสและผู้พิการ

1.3 นโยบายด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

สร้างจิตสำนึกและความสนใจด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีรวมทั้งปลูกฝังให้เยาวชนไทยมีความคิดสร้างสรรค์เชิงวิทยาศาสตร์เพิ่มขึ้น

2. สมัยรัฐบาลของ ฯพณฯบรรหาร ศิลปอาชา พ.ศ. 2538 ที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนมีดังนี้

2.1 นโยบายด้านสตรี เด็ก เยาวชน และผู้ด้อยโอกาส

รัฐบาลมีเจตนาแน่วแน่ที่จะส่งเสริมสถานภาพของสตรี และพัฒนาเด็กและเยาวชน ตลอดจนดูแลผู้ด้อยโอกาสและกลุ่มบุคคลพิเศษให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม

- กวดขันในการใช้มาตรการคุ้มครองสวัสดิภาพ ของสตรีเพื่อมิให้ถูกเอาเปรียบและป้องกันมิให้เด็กและเยาวชนสตรีไปประกอบธุรกิจทางเพศ
- สนับสนุนให้มีการพัฒนาเด็ก ทั้งทางกาย ใจ สติปัญญาและจริยธรรม โดยมุ่งเน้นให้มีการประสานงานระหว่างรัฐและภาคเอกชน

- สนับสนุนจัดตั้งกลุ่มเยาวชนและค่ายเยาวชน พัฒนาศูนย์เยาวชนให้มีส่วนสำคัญในการพัฒนาศักยภาพของเยาวชน ปรับปรุงห้องสมุดประชาชนในระดับต่างๆ รวมทั้งสนามหญ้าให้สามารถให้บริการแก่เด็กและเยาวชนได้อย่างเพียงพอ และทั่วถึง

- สนับสนุนสถาบันครอบครัว หน่วยงานของรัฐและเอกชนองค์กร ชุมชน สถาบันศาสนา ตลอดจนสื่อมวลชนให้เข้ามามีบทบาทในการป้องกันแก้ไขปัญหาคอร์ปครองเด็กและเยาวชนในภาวะยากลำบาก ให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างปกติสุข รวมทั้งป้องกันและแก้ไขปัญหาคอร์ปครองแรงงานเด็ก และโสเภณีอย่างแท้จริง

2.2 นโยบายด้านสาธารณสุข สนับสนุนการจัดตั้งสถานเลี้ยงเด็กกลางวันที่ได้มาตรฐานด้วยมาตรการทางด้านภาษา

2.3 นโยบายทางด้านกีฬาตั้งแต่เยาว์วัยและสนับสนุนการพัฒนาการผลิต อุปกรณ์กีฬาภายในประเทศให้มีมาตรฐานและมีราคาถูก รวมทั้งจัดตั้งศูนย์กีฬาระดับนานาชาติ เพื่อเป็นที่ฝึกซ้อมและเก็บตัวนักกีฬา

2.4 นโยบายด้านการศึกษาขยายโอกาสทางการศึกษา ให้เด็กได้รับการพัฒนา ความพร้อมในทุกด้านก่อนเข้าเรียนชั้นประถมศึกษา

3. สมัยรัฐบาล ฯพณฯ ชวน หลีกภัย พ.ศ. 2537 เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนมีดังนี้

3.1 ปลูกฝังให้เยาวชนตระหนักในความมั่นคง ปลอดภัยของชาติ รักษาและ ส่งเสริมค่านิยม และวัฒนธรรมอันเป็นเอกลักษณ์ประจำชาติ

3.2 เร่งรัดความปรารถนาอันบริสุทธิ์ใจของเยาวชน ให้มีความสำนึกในหน้าที่

3.3 ส่งเสริมสุขภาพอนามัยทั้งทางกาย จิตใจ และปัญญา ให้การป้องกัน โรคติดต่อและไม่ติดต่อ อุบัติภัย และสารพิษ

3.4 ปลูกฝังให้เยาวชน มีบุคลิกภาพที่ดี มีจิตใจที่เข้มแข็ง มีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ สำนึกหน้าที่ และมีความรับผิดชอบต่อสังคม

3.5 ส่งเสริมการดำเนินชีวิตประจำวันของเยาวชน ให้อยู่ในศีลธรรมมีคุณธรรม และจริยธรรมขั้นพื้นฐาน

3.5 กระตุ้นให้เยาวชนเป็นผู้ไม่หาความรู้ อยู่เสมอ ส่งเสริมการฝึกอบรมอาชีพ เพื่อประกอบสัมมาชีพตามสภาพท้องถิ่น และความต้องการของตลาดแรงงานรู้จักและสงวน ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

3.7 สนับสนุนเยาวชนให้รู้จักคุ้มครองให้การสงเคราะห์ พื้นฟู พัฒนา และพิทักษ์ สิทธิแก่เด็ก ในสภาวะยากลำบากทุกกลุ่มให้สามารถเป็นที่พึ่งของตนเองและเป็นพลเมืองที่ดี

3.8 ส่งเสริมมิตรภาพและความเข้าใจอันดี ระหว่างเยาวชนในประเทศกับต่างประเทศ

แนวคิดในการพัฒนาเด็กและเยาวชนในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม แห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 – 2544)

จากการรวบรวมคุณลักษณะเด็กและเยาวชน ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม แห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 – 2544) ของสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงาน เยาวชนแห่งชาติ (สมพงษ์ จิตระดับ, 2538) ได้กำหนดแนวคิดและทิศทางการพัฒนาเด็ก เพื่อ พัฒนาประเทศเป็น 10 คุณลักษณะ ดังต่อไปนี้

1. ครอบครัวและชุมชน
2. ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ
3. ศาสนา วัฒนธรรม จริยธรรม ประเพณีไทย
4. การเป็นสังคมนานาชาติในยุคข้อมูลสารสนเทศ
5. การเมืองการปกครองระบอบประชาธิปไตย
6. กฎหมาย กระบวนการยุติธรรม สิทธิเด็ก
7. วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และการพลังงาน
8. ธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และทรัพยากร
9. ระบบเศรษฐกิจ การประกอบอาชีพ และการเป็นผู้บริโภคที่ดี
10. การพัฒนาแบบองค์รวมยั่งยืน และเข้าใจอนาคต

1. ครอบครัวและชุมชน

- 1.1 ได้รับการดูแลเอาใจใส่ให้ความรัก ความเมตตาความอบอุ่นความใกล้ชิด การรับฟัง และการบริการที่ดีจากบุคคลในครอบครัว

- 1.2 มีการผูกพันกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว การอยู่ร่วมกัน การปรึกษาหารือ มีส่วนร่วม การรู้จักบทบาทหน้าที่ในระบบครอบครัวไทย ควบคู่กับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

- 1.2 การมีความรู้ ความเข้าใจเจตคติที่ดีการปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องในเรื่องของครอบครัวศึกษา

- 1.4 สมาชิกในครอบครัวมีการระมัดระวัง การป้องกันแก้ไขมิให้ครอบครัวแตกแยก การไม่ให้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหา การไม่ตกเป็นทาสของอบายมุข และสิ่งเสพติดทั้งหลาย

- 1.5 การมีส่วนร่วมในการพัฒนาองค์กรชาวบ้าน เพื่อสร้างพลังชุมชนให้สามารถปกครองตนเองอย่างเข้มแข็งและพึ่งตนเองได้

- 1.6 การอนุรักษ์และสืบสานวัฒนธรรมประเพณีไทย ให้กลับคืนมา และคงอยู่สืบไปอย่างมีคุณค่า ประณีต สร้างสรรค์และเกิดประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของครอบครัวและชุมชน

- 1.7 การมีส่วนร่วมในการสร้างเครือข่าย องค์กรชาวบ้านให้เกิดการประสานร่วมมือ อย่างเป็นระบบเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตและความสามารถแก้ไขปัญหของชุมชนได้

- 1.8 การมีความสามารถในระบบการจัดการ การนำภูมิปัญญาชาวบ้านมาสร้างองค์กรความรู้เพื่อพัฒนาอาชีพ การศึกษาทรัพยากรท้องถิ่นให้สมดุลยั่งยืน และเป็นธรรมชาติ

2. ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ

2.1 สามารถเล่นกีฬาและออกกำลังกายได้อย่างสม่ำเสมอจนเป็นนิสัย

2.2 มีน้ำหนักและส่วนสูง ขนาดรูปร่างที่ได้สัดส่วนตามระดับอายุ และเกณฑ์

มาตรฐานสากล

2.3 มีความรู้ความเข้าใจเจตคติที่ดี และสามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้องในเรื่อง

เพศศึกษา

2.4 มีสุนทรียทางด้านศิลปะ ดนตรี และนาฏศิลป์ สามารถคิดสร้างสรรค์และ

แสดงออกได้อย่างอิสระตามความถนัดและความพอใจ

2.5 รู้ถึงอันตราย และความรุนแรงของโรคเอดส์ และโรคติดต่อร้ายแรงอื่นๆ ที่
จำเป็น เกิดความตระหนักจนสามารถป้องกันการติดเชื้อและการแพร่กระจายของโรคได้ตลอดจนมี
ความเข้าใจ เห็นใจผู้ที่เป็โรคเอดส์

2.6 รู้จักหลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองไม่ให้เป็เหยื่อของการใช้สิ่งเสพติด
อบายมุข และแหล่งมั่วสุ่มในสถานที่ต่างๆ

2.7 มีบุคลิกภาพ ร่าเริงแจ่มใส อ่อนโยน มีมนุษยสัมพันธ์ มีโอกาสได้เล่น
อย่างสนุกสนานตามธรรมชาติของเด็ก

2.8 การสร้างเสริมจิตใจให้เข้มแข็ง ไม่หวั่นไหวต่อผลกระทบรอบข้าง รู้จักใช้
สติปัญญาแก้ปัญหา และหาทางออกเมื่อเกิดความเครียด ความวิตกกังวลจากสิ่งแวดล้อมระบบ
การแข่งขัน และสิ่งกระตุ้นยั่วยุประเภทต่างๆ

2.9 มีลักษณะนิสัยใฝ่รู้ เป็นนักคิด มีความพยายาม ตั้งใจ อดทน สามารถ
เอาชนะปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้ด้วยตนเอง

2.10 มีจิตใจเมตตาต่อเพื่อนมนุษย์ สรรพสัตว์ และสิ่งแวดล้อมรอบข้าง เป็น
ทั้งผู้ให้และผู้รับที่ดี

2.11 มีความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออก และดำเนินกิจกรรมต่างๆ อย่าง
มีวิจารณญาณเป็นพื้นฐานแห่งความถูกต้องตามวัย

2.12 ตระหนักถึงความสำคัญของเวลา รู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
อย่างสร้างสรรค์ต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม

3. ศาสนา วัฒนธรรม จริยธรรม ประเพณีไทย

3.1 การดำรงตนเป็นพุทธมามกะที่ดี หรือยึดมั่นในหลักการของแต่ละศาสนา
มีความเด่นชัดเรื่องคุณธรรมประจำใจ การรู้จักดำเนินชีวิตทางสายกลางตามแนวทางพระพุทธ
ศาสนา หรือศาสนาอื่นๆ

3.2 มีความภาคภูมิใจในสายเลือด และเอกลักษณ์ไทยรู้ถึงแก่นแท้ และรากเหง้าของระบบวัฒนธรรม ประเพณีไทย ภูมิปัญญาชุมชน

3.4 มีลักษณะนิสัยละเอียดอ่อน ประณีต มีสุนทรียภาพ สวยงาม มีรสนิยมอันเกิดจากสิ่งแวดล้อม กระบวนการศึกษา การซึมซับวัฒนธรรมไทย

3.5 รู้จักการดำเนินชีวิตที่ลดความเห็นแก่ตัวลงมีความพอดีอ่อนน้อมถ่อมตน รู้จักกาลเทศะ และยึดมั่นในหลักธรรมทางพุทธศาสนาและศาสนาอื่นๆ

3.6 สามารถใช้ภาษาไทยได้อย่างถูกต้องชัดเจน ทั้งทักษะการฟัง พูด อ่าน เขียน มีความซาบซึ้งในอรรถรสของวรรณคดีร้อยแก้วและร้อยกรอง

3.7 รู้จักพัฒนาตนเองด้วยการยกระดับจิตใจของความเป็นมนุษย์ให้มากขึ้น และเห็นความสำคัญยิ่งกว่าความเจริญทางวัตถุ เงินตรา และอำนาจนิยม

3.8 สามารถเป็นผู้เล่นหรือเป็นผู้ฟังที่ดี เข้าใจถึงการละเล่นของไทย นาฏศิลป์ ดนตรี ศิลปวัฒนธรรมประจำชาติ

4. ความเป็นสังคมและนานาชาติในยุคข้อมูลสารสนเทศ

4.1 มีความรู้ความสามารถ มีทักษะการสื่อสารได้มากกว่า 1 ภาษา

4.2 มีความสามารถในการเข้าสู่ระบบคอมพิวเตอร์ด้วยตนเอง เพื่อเรียนรู้พัฒนาคุณภาพ ตลอดจนสามารถประยุกต์ใช้ในงานที่มีอยู่ได้

4.3 มีความสามารถในการเรียนรู้ และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศที่ทันสมัยได้เป็นอย่างดี ทั้งในและกระบวนการค้นหาข้อมูลความรู้และการบริการภายใต้การก้าวเข้าสู่สังคมสารสนเทศ

4.4 การเป็นผู้บริโภคข่าวสารข้อมูลได้อย่างมีเหตุผลและวิญญาน รู้จักเสาะแสวงหาแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย การตัดสินใจบนทางเลือกที่ถูกต้อง และการปฏิบัติจริงได้ด้วยวิสัยทัศน์ที่กว้างไกล มั่นคงและยั่งยืน

4.5 มีการดำเนินชีวิตในวัฒนธรรมสากลที่หลากหลายอย่างชาญฉลาดเข้าใจถึงแก่นและสาระประโยชน์ ที่นำมาประยุกต์ใช้ได้อย่างกลมกลืนกับวัฒนธรรมไทยที่ยึดถือปฏิบัติ

4.6 การมีบุคลิกภาพที่เปิดเผยจริงใจเป็นมิตร ยิ้มง่าย รักอิสระเสรี ใฝ่หาสันติสุข รู้จักการให้ความช่วยเหลือร่วมมือกัน เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องบนพื้นฐานของความแตกต่างของนานาชาติในเรื่องศาสนาวัฒนธรรม ชาติพันธุ์ สีผิว และอุดมการณ์ของรัฐ

5. การเมืองการปกครองระบอบประชาธิปไตย

5.1 มีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม ทางการเมือง การปกครองระบอบประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุขของประเทศ

- 5.2 การมีจิตใจที่เป็นสาธารณะ เสียสละเห็นประโยชน์ส่วนรวมยิ่งกว่า
 ประโยชน์ส่วนตน
- 5.3 ความมีระเบียบวินัย เคารพกฎเกณฑ์กติกา ความมีเหตุผลของการ
 อยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข การยอมรับเสียงข้างมากในการตัดสินใจปัญหาที่เกิดขึ้น
- 5.4 การได้รับโอกาสและความเสมอภาคอย่างเท่าเทียมกันระหว่างเพศชาย
 และเพศหญิง
- 5.5 การแสดงออกอย่างสันติวิธีต่อการแก้ไขปัญหาคความขัดแย้งทางสังคม
 การเมืองเศรษฐกิจและวัฒนธรรม
- 5.6 การได้เรียนรู้ได้อยู่ในบรรยากาศ และปฏิบัติจริงในวัฒนธรรมระบบ
 ประชาธิปไตยมากกว่าการยึดรูปแบบ
- 5.7 มีความสามารถในการแสดงออก แสดงความคิดเห็น กล้าคิดกล้าทำ
 มีเหตุผลในการวิพากษ์วิจารณ์ การยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่างของผู้อื่นและการรู้จักควบคุม
 อารมณ์ตนเอง
- 5.8 มีความรับผิดชอบ รู้จักทวงแทนสิทธิ ปฏิบัติหน้าที่ของตนได้อย่างถูกต้อง
 เหมาะสมตามควรแก่วัย
6. กฎหมาย กระบวนการยุติธรรม สิทธิเด็ก
- 6.1 การไปใช้สิทธิการเลือกตั้งตามระบบประชาธิปไตย เมื่อมีอายุ 18 ปี
 เป็นต้นไป
- 6.2 สามารถวิเคราะห์ข้อมูลข่าวสาร ตัวอย่างประสบการณ์ เกี่ยวกับการ
 ละเมิดสิทธิเด็ก การเรียนรู้กฎหมายเกี่ยวกับเด็กและเยาวชน ผู้เกี่ยวข้องและผู้ช่วยเหลือใน
 กระบวนการยุติธรรม
- 6.3 การมีส่วนร่วมในการจัดตั้งและดำเนินการเกี่ยวกับองค์กรของเด็ก และ
 เยาวชน เพื่อดูแลพิทักษ์สิทธิและผลประโยชน์ที่ควรจะได้รับตามอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กตาม
 กฎบัตรประชาชาติ
- 6.4 การผลักดันให้ผู้เกี่ยวข้องได้เห็นความสำคัญ และตระหนักถึงการให้
 โอกาสและการปฏิบัติที่เท่าเทียมในแง่ของสิทธิมนุษยชนกับเด็กและเยาวชนด้วยโอกาสกลุ่มต่างๆ
 อาทิ เด็กชนกลุ่มน้อย เด็กข้ามชาติ เด็กถูกทอดทิ้ง เป็นต้น

6.5 มีความกล้าและเชื่อมั่นต่อการรณรงค์ ผลักดัน และการตรวจสอบนโยบายของรัฐ พรรคการเมือง องค์การของรัฐและเอกชน ให้ความสำคัญเกี่ยวกับเด็กและเยาวชนอย่างจริงจังและต่อเนื่อง เพื่อป้องกันมิให้เด็กต้องกลายเป็นเหยื่อเครื่องมือทางเพศ การใช้แรงงานเด็ก การโฆษณาสินค้า และการแอบอ้างผ่านปัญหาเด็กที่มีอยู่

6.6 แสวงหาเพิ่มพูนความรู้ ทักษะ ฝีมือแรงงาน ในงานอาชีพของตนเองอย่างต่อเนื่องทั้งในระบบและนอกระบบ การร่วมมือกับผู้ประกอบการเพื่อยกระดับและมาตรฐานการผลิตเพื่อให้มีคุณภาพ เชื่อถือได้ และการเกิดประโยชน์ร่วมกัน

7. วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และการพลังงานมีความสนใจ และใฝ่รู้ในเรื่อง วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี การพลังงาน รู้จักการเสาะแสวงหาจากแหล่งความรู้ พิพิธภัณฑน์ ห้องสมุด สถาบันการศึกษา และอื่นๆ

7.1 มีความคิดและจิตใจที่เป็นวิทยาศาสตร์ รู้จักคิดค้นแปลงและประยุกต์ใช้เทคโนโลยีเพื่อการพึ่งตนเอง

7.2 การรู้จักคุณค่าของพลังงาน และประหยัดการใช้พลังงานทุกประเภทที่มีอยู่ การแสวงหาพลังงานทดแทนและพลังงานที่กำลังจะหมดไป

7.3 เด็กได้รับการส่งเสริมให้เป็นนักวิทยาศาสตร์ นักประดิษฐ์คิดค้น ฝึกฝนให้รู้จักการตั้งคำถาม กำหนดสมมติฐาน ทดลองปฏิบัติ การสรุปผลได้ทุกระดับ

7.4 รู้จักการบูรณาการ ความเป็นนักวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และการพลังงานให้สอดคล้อง เกิดประโยชน์สูงสุด มีคุณค่าต่อการอนุรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ทรัพยากร และมวลมนุษยชาติ

8. ธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และทรัพยากร

8.1 รู้เข้าใจและเห็นคุณค่า "ทรัพยากรมนุษย์" อันเป็นเป้าหมายสำคัญสูงสุดของการพัฒนายั่งยืน

8.2 มีความสามารถในการระดมการจัดการเกี่ยวกับสังคม ชุมชน สิ่งแวดล้อม ธรรมชาติทรัพยากร ให้เกิดความสมดุล เอื้อประโยชน์อย่างคุ้มค่า

8.3 มีความรู้ ความเข้าใจ และสามารถนำแนวคิดการนำกลับมาใช้อย่างคุ้มค่าจนเกิดประโยชน์สูงสุดต่อธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และทรัพยากร

8.4 การรู้จักดูแล ห่วงแทน เข้าใจถึงการมีหน้าที่ปกป้องรักษาและการมีส่วนร่วมในการรณรงค์แก้ไขปัญหามลพิษและสภาพแวดล้อมเป็นพิษ เช่น ปัญหาแม่น้ำ ทะเล ป่าเขา สัตว์ป่า อากาศเสีย ชุมชนเป็นพิษ ปัญหาการจลาจลติดขัด ชยะมูลฝอย

8.5 มีความรู้ ทักษะ เจตคติ การปฏิบัติจริง โดยการจัดทำแผน โครงการการศึกษาออกสถานที่ การทำผังชุมชนหมู่บ้านท้องถิ่นในหลักสูตร และเนื้อหาสิ่งแวดล้อมศึกษา

8.6 การรู้จักปกป้องพิทักษ์สิทธิของชุมชน สุขภาพอนามัยของประชาชนในเขตพื้นที่อุตสาหกรรม สามารถดูแลตรวจสอบระดับมลภาวะตามเกณฑ์มาตรฐานต่างๆ การให้ข้อมูลแก่สังคมได้อย่างถูกต้อง

8.7 ให้ความรัก ความเข้าใจ เห็นความสำคัญของการอยู่ร่วมกันอย่างผสมกลมกลืนกับสิ่งแวดล้อม ธรรมชาติทั้งในเมืองและชนบท

9. ระบบเศรษฐกิจ การประกอบอาชีพ และการเป็นผู้บริโภคที่ดี

9.1 มีการดำเนินชีวิตที่เรียบง่ายเท่ากัน และเป็นปกติสุขท่ามกลางระบบทุนนิยมและสังคมเศรษฐกิจยุคใหม่

9.2 การเป็นผู้ผลิตที่รับผิดชอบต่อสังคม ไม่เอาเปรียบแข่งขันที่เป็นธรรมกับทุกฝ่าย การรู้จักคืนกำไรให้กับสังคมอย่างเหมาะสม

9.3 การเป็นผู้ผลิตที่รับผิดชอบต่อสังคม ไม่เอาเปรียบแข่งขันที่เป็นธรรมกับทุกฝ่าย การรู้จักคืนกำไรให้กับสังคมอย่างเหมาะสม

9.4 การทำงานอย่างหนักด้วยจิตใจการทำงานรอบครอบเข้าใจระบบ และกระบวนการอย่างถ่องแท้ มีระเบียบวินัย ความซื่อสัตย์ในการทำงาน มีความรับผิดชอบและตรงต่อเวลา

9.5 การรู้จักประหยัด มัธยัสถ์ อุดม รู้จักเลือกซื้อสิ่งของตามความจำเป็นตามเหตุอันสมควร

9.6 การได้รับความคุ้มครองดูแลเอาใจใส่ แก่ไขและป้องกันภัยอันตรายจากการใช้และการบริโภคสินค้าที่ได้มาตรฐานสากลตามสิทธิที่พึงได้รับตามกฎหมาย

9.7 การรู้จักคิดสร้างงานและอาชีพอิสระขึ้นทั้งในรูปแบบธุรกิจขนาดเล็กที่มีระบบการจัดการที่ดี การแปรรูปสินค้าทางการเกษตรแบบผสมผสาน และการสร้างงานอุตสาหกรรมชุมชน

9.8 มีรสนิยมเห็นคุณค่าในการใช้ของที่ผลิตขึ้นภายในประเทศไทย

9.9 รักและเข้าใจในการใช้แรงงาน ไม่ดูถูกการใช้แรงงานของกลุ่มคนในสังคมที่อยู่ร่วมกัน

9.10 รู้จักหารายได้ระหว่างเรียนเพื่อความภาคภูมิใจในศักยภาพของตนเอง

10. การพัฒนาแบบองค์รวม ยั่งยืน และเข้าใจอนาคต

10.1 เพื่อให้สามารถคิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น ทั้งในวัฒนธรรมการเมือง ระบบประชาธิปไตย วัฒนธรรมวิทยาศาสตร์ และวัฒนธรรมทางศาสนา

10.2 สามารถคิดแบบอุปนัยและนิรนัย เพื่อความมีเหตุผลทางความคิด การสืบสวนสอบสวนและการหาข้อสรุปที่ชัดเจน

10.3 รู้จักการปรับเปลี่ยนแนวคิด วัตถุประสงค์ วิธีการพัฒนาแบบราชการไปสู่การพัฒนาแบบยั่งยืน มีความคิดอย่างเชื่อมโยง และวิเคราะห์การประสานความคิดในการมองอย่างกว้างขวางระดับปริมาณในเชิง มหภาค

10.4 ความสามารถวิเคราะห์ การคิดอย่างลึกซึ้งในระบบองค์รวม ที่สัมพันธ์กันในระบบหลักทางการเมือง เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม มากกว่าการคิดแบบแยกส่วนที่เน้นศาสตร์ด้านใดด้านหนึ่งโดยเฉพาะ

10.5 มีความเข้าใจถึงความแตกต่าง และสามารถแยกแยะโครงสร้างของสังคมในระดับความซับซ้อน ที่เกี่ยวข้องกันกับความง่ายความเป็นสามัญของธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และมนุษย์

10.6 รู้จักการมองย้อนอดีตประวัติศาสตร์อย่างต่อเนื่อง มีความทันสมัยในเหตุการณ์ปัจจุบัน และสามารถมองอนาคตอย่างมีเป้าหมายถูกต้องและวินัยทัศน์

จะเห็นได้ว่าการพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของเด็กและเยาวชน ในแผนพัฒนาฉบับที่ 8 นั้นเน้นการพัฒนาองค์รวมความเป็นคน เพื่อพัฒนาเด็กและเยาวชนจึงควรจะยึดหลักการของชาติที่มีคุณภาพสามารถอยู่ในสังคมโลกาภิวัตน์ ได้อย่างมีสุขและภาคภูมิใจต่อไป (สำนักงานคณะกรรมการการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ, 2540)

ทิศทางในการพัฒนาเยาวชน

ได้กล่าวถึงว่า ทิศทางการพัฒนาเยาวชนเป็นการสนองความต้องการพื้นฐานของเยาวชนและการพัฒนาตนเอง และเพื่อการพัฒนาสังคมทิศทางเหล่านี้กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ ลักษณะเยาวชนไทยที่ต้องการ ลักษณะเหล่านี้ได้แก่ (เลาว์นีย์ เสนาสุ, 2532)

1. ทิศทางในการพัฒนาด้านสุขภาพกายและจิต

เยาวชนต้องการสารอาหารครบถ้วนเช่นเดียวกับเมื่อวัยเด็ก แต่จะเพิ่มปริมาณและเน้นสารอาหารบางอย่างเพื่อสร้างเสริมการเจริญเติบโตของร่างกาย ที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว เยาวชนมีสุขภาพสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีที่ทักท้ออยู่ในที่ที่ปราศจากมลภาวะที่เป็น

อันตราย มีความปลอดภัยเกี่ยวกับชีวิตและทรัพย์สิน รู้จักป้องกันตนเอง และได้รับการดูแลรักษาพยาบาลเมื่อเจ็บป่วย

2. ทิศทางในการพัฒนาด้านสติปัญญาและความสามารถ

เยาวชนทุกคนจะต้องมีการศึกษาภาคบังคับเป็นอย่างน้อย ได้เรียนรู้เรื่องของ ธรรมชาติและสังคม มีทักษะในการวิพากษ์วิจารณ์ การสังเคราะห์และการบูรณาการความรู้เพื่อให้ ใ้ประโยชน์ นอกจากนี้เยาวชนยังมีทักษะว่าการพัฒนาความสามารถความรู้และทักษะนั้น ต่อเนื่องและเป็นไปได้ตลอดชีวิต เยาวชนจะต้องสร้างความสนใจรอบตัวและรอบด้าน ตระหนัก ในศักยภาพของตนเองและใฝ่หาความรู้ในการให้ความคิดเห็น อุทิศความสามารถและการสร้าง ของตนให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

3. ทิศทางในการพัฒนาด้านอาชีพ

เยาวชนต้องมีโอกาสเตรียมตัวและพัฒนาความสามารถ เพื่อประกอบอาชีพ เฉพาะอย่างยิ่งตระหนักในความเป็นจริงของตนเองด้านความถนัดและความสนใจของตนเยาวชน ต้องพยายามช่วยตนเองให้ได้มากที่สุด ในการสนองความต้องการด้านเศรษฐกิจของตนเองของ ครอบครัวและของประเทศชาติ ทั้งนี้เยาวชนพึงสำนึกว่า การทำงานสุจริตเป็นหน้าที่และเป็นสิ่งที่มี เกียรติ เยาวชนจึงมีความต้องการและมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติงานไปในแนวที่จะไปสู่ความสำเร็จใน การงานไม่ว่างานนั้นจะเป็นด้านใดหรือประเภทใดโดยยึดหลักของความซื่อสัตย์ ความมีวินัยในตนเอง มีความรับผิดชอบต่องาน ความเชื่อซื่อสัตย์ในการปฏิบัติงานและการรักษามาตรฐานคุณภาพ ของงาน พร้อมทั้งมีความกล้าในการริเริ่มและในขณะเดียวกันเยาวชนต้องการความคุ้มครองใน การประกอบอาชีพ มีรายได้อย่างต่ำในการสนองความต้องการพื้นฐานและได้รับสวัสดิการตาม สมควร นอกจากนี้เยาวชนพึงมีการเตรียมตัวเพื่ออนาคต โดยเฉพาะเมื่อตนเองอยู่ในวัยสูงอายุ

4. ทิศทางในการพัฒนานุคลิกภาพด้านสังคม วัฒนธรรมและจริยธรรม

เยาวชนพึงมีโอกาสนพัฒนานุคลิกภาพ และมีการสร้างสรรค์ มีความสามารถใน กระบวนการเสริมสร้างค่านิยมทางวัฒนธรรม จริยธรรม และรับผิดชอบต่อสังคมกล่าวคือ

4.1 เยาวชนพึงพัฒนาเจตคติที่ดีต่อการดำเนินชีวิต มีความเข้าใจและความคิด รอบยอดเกี่ยวกับตนเอง (Self - Concept) ที่ถูกต้องตามความเป็นจริง รวมทั้งเข้าใจตามความ ต้องการและบทบาทของตนเองและของผู้อื่น โดยเฉพาะของผู้ที่เกี่ยวข้องด้วยมีโอกาสการพัฒนา ความเป็นตัวของตัวเอง พัฒนาศักยภาพของตนด้วยความริเริ่มสร้างสรรค์ และพึงมีความรักใน เพื่อนมนุษย์ เยาวชนพึงมีโอกาสนในการพัฒนาตนเองด้านสุนทรีย์ภาพ ด้วยการมีส่วนร่วมใน กิจกรรมศิลปะการกีฬาและการนันทนาการต่างๆ ถึงมีความรับผิดชอบต่อสืบเนื่องทาง วัฒนธรรมเพื่อความอยู่รอดของชาติ

4.2 เข้าวชนที่งยึดถือในรื่องความยุติธรรมในสังคมโดย ให้ตระหนักถึงความรับผิดชอบของตงต่อสังคม ทั่วรกในเสรีภาพของตง แต่จะต้องไม่ละเมิดเสรีภาพของผู้อื่น รู้จักร่วมมือกับผู้อื่น เพื่อกิจกรรมที่เป็นประโยชน์แก่ส่วนตัวและส่วนรวม เต็มใจช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาส อันเนื่องมาจากข้อจำกัดต่างๆ รู้จักเสียสละประโยชน์ส่วนตัวเพื่อรักษาประโยชน์ของส่วนรวมมีความรับผิดชอบในฐานะสมาชิกในชาติ มีส่วนในการปกครองและการเมือง อันได้แก่ ความเข้าใจและปฏิบัติบทบาทของตงให้ถูกต้องและปกครองและการเมือง อันได้แก่ ความเข้าใจและปฏิบัติบทบาทของตงให้ถูกต้องและเหมาะสมในระบบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข ในการดำรงชีวิตและในด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น ไม่ว่าจะป็นรูปแบบใดๆ ให้มีคุณธรรมกำกับตนเองทั้งกาย วาจา และใจ

นโยบายและวิธีการหลักด้านการศึกษาในการพัฒนาเด็กและเยาวชน

นโยบายและวิธีการหลักทางการศึกษา ที่จะนำมาพัฒนาเยาวชนของชาติตามแผนที่จะป็นไว้มีดังนี้ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2541)

1. การศึกษาในระบบโรงเรียน(Formal Education)

1.1.นโยบาย กระจายการบริหารการศึกษา ให้กับเยาวชนที่ด้อยโอกาสทางการศึกษาให้มากขึ้น

- พัฒนาให้การศึกษาในระบบโรงเรียน ประสานสัมพันธ์กับการศึกษาระบบโรงเรียนในรูปแบบต่างๆ กัน อันจะเอื้อประโยชน์สูงสุดแก่เยาวชนโดยเฉพาะแก่เยาวชนที่ไม่อยู่ในระบบ

- ให้การศึกษาแต่ละระดับได้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับงาน และการมีงานทำโดยเน้นให้ผู้จบสามารถออกไปประกอบอาชีพอิสระได้

- เร่งรัดให้มีระบบการแนะแนวเกี่ยวกับอาชีพและการมีงานทำทั้งในสถาบันการศึกษา

1.2 วิธีการหลัก

- ปรับปรุงการจัดการศึกษาในระบบโรงเรียน โดยใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างมีประสิทธิภาพเพื่อให้เยาวชนที่ด้อยโอกาสทางการศึกษา ได้มีโอกาสศึกษามากขึ้นโดยเฉพาะในระดับมัธยมศึกษา

- ลดต้นทุนในการจัดการศึกษา เช่น การออกแบบอาคารก่อสร้างเพื่อการศึกษาที่ประหยัดค่าก่อสร้าง แต่เหมาะสมกับสภาพการเรียนรู้ และสามารถให้ประโยชน์ได้อย่างสูงสุด คือการใช้ประโยชน์ให้เต็มที่จากทรัพยากรที่มีอยู่แล้ว ทั้งในด้าน อาคาร สถานที่ อุปกรณ์ และบุคลากร

- ให้สถานศึกษาในระบบโรงเรียนทุกระดับทุกประเภท จัดบริการทางการศึกษาต่อเนื่อง เพื่อยกระดับคุณภาพของการทำงาน และระดับคุณภาพชีวิต ให้กับเยาวชนนอกระบบการศึกษา และอำนาจหน้าที่ประเมินความรู้ และทักษะเฉพาะอย่าง อย่างเป็นระบบเพื่อเปรียบเทียบมาตรฐานและเพื่อเปิดโอกาสให้ผู้เรียนนอกระบบกลับมาศึกษาต่อในระบบได้ด้วยถ้าต้องการ

- จัดหลักสูตรเนื้อหาสาระและกระบวนการเรียนรู้ในแต่ละระดับการศึกษา ที่ให้ผู้จบการศึกษาสามารถออกไปประกอบอาชีพได้จริง โดยเฉพาะเพื่อประกอบอาชีพอิสระมากกว่าประกอบอาชีพรับราชการ

- ให้สถานศึกษาทุกระดับ ทุกประเภทบริการแนะแนวที่มีประสิทธิภาพเกี่ยวกับอาชีพ และการมีงานทำ

- ปรับปรุงอัตราค่าเล่าเรียน และวิธีการ ให้ผู้เรียนรับภาระเป็นส่วนที่ เหมาะสมกับการที่รัฐต้องลงทุน โดยเฉพาะในระดับอุดมศึกษา

- กำหนดมาตรการและวิธีการให้เอกชนผู้ประกอบการ ซึ่งได้รับประโยชน์จากการจัดการศึกษาของรัฐ มีส่วนรับภาระในการจัดการศึกษาให้มากขึ้น

2. การศึกษานอกระบบโรงเรียน(Non – Formal Education)

2.1 นโยบาย

- ให้การศึกษานอกระบบโรงเรียน ทำหน้าที่ปรับปรุงคุณภาพเยาวชนโดยแท้จริง โดยเฉพาะในกรณีที่มีทรัพยากรจำกัด ควรมุ่งเน้นกลุ่มเยาวชนที่ไม่มีงานทำเยาวชนที่ทำงานต่ำระดับ เยาวชนที่ประกอบอาชีพที่ไร้ฝีมือ และเยาวชนในชนบทยากจนก่อน

- ให้มีความสัมพันธ์ที่ชัดและคล่องตัวระหว่างการศึกษาในระบบโรงเรียน เพื่อให้ผู้ทีพลาดโอกาสมีโอกาสเพิ่มขึ้นในด้านการศึกษาและเพื่อส่งเสริมให้การศึกษาได้ต่อเนื่องตลอดชีวิต

- ส่งเสริมให้ภาคเอกชนและชุมชนได้มีส่วนร่วม ในการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนมากขึ้น ทั้งในด้านการวางแผน การจัดโครงการ การสำรวจ เป้าหมาย การปฏิบัติตามโครงการและการประเมินผลโครงการ

- ให้อำนาจหน่วยงานด้านการศึกษานอกระบบโรงเรียน ซึ่งมีหน้าที่กำหนดนโยบายวางแผนและติดตามประเมินผล ได้ประสานงานการศึกษานอกระบบโรงเรียนในระดับพื้นที่ เพื่อความตามารถระบุงลุ่มเป้าหมาย พื้นที่ และลักษณะงานได้ชัดเจน

- รัฐที่ระดมทรัพยากรมาใช้ในการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน เพื่อเยาวชน อาทิ ทรัพยากรบุคคล สถาบันการศึกษาในระบบโรงเรียนและ ทรัพยากรอื่นไว้ในท้องถิ่น กิจกรรมเยาวชน

เสาวนีย์ เสนาสุ (2532) ได้กล่าวว่า "กิจกรรม" (Activity) หมายถึง การกระทำใดๆ ก็ตาม ที่จะก่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินก่อให้เกิดสัมพันธ์ภาพ ก่อให้เกิดปฏิภิกิริยาโต้ตอบภายในกลุ่มสมาชิก และการกระทำนั้น ทำให้สมาชิกได้รับประสบการณ์ในการเข้าร่วมการกระทำด้วย ฉะนั้นจึงพอสรุปได้ว่า องค์ประกอบของคำว่า กิจกรรมมี 4 ประการด้วยกัน คือ

1. ความสนุกสนานเพลิดเพลิน (Fun)
2. สัมพันธ์ภาพ (Relationship)
3. ปฏิภิกิริยาโต้ตอบ (Interaction)
4. ประสบการณ์ (Experience)

กิจกรรมที่ใช้กันมากในงานกลุ่ม ได้แก่ การเต้นรำ การเล่นดนตรี เกม และกีฬาต่างๆ ด่ายพักแรม ฯลฯ กิจกรรมเหล่านี้สามารถใช้กับกลุ่มสมาชิกทั้งที่มีร่างกายปกติ หรือพิการ กลุ่มที่มีสุขภาพจิตดีหรือเสีย กลุ่มที่ต้องการพัฒนาในด้านต่างๆ ฉะนั้นกิจกรรมจึงมีประโยชน์มาก คือ

1. ช่วยผ่อนคลายอารมณ์ตึงเครียด
2. ช่วยพัฒนาสมาชิกให้เจริญเติบโตทางด้านร่างกาย
3. ช่วยให้สมาชิกเกิดทักษะ และเกิดการเรียนรูปร่างต่างๆ
4. ช่วยให้สมาชิกเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง
5. ช่วยให้สมาชิกในกลุ่มได้แสดงออก มีปฏิภิกิริยาโต้ตอบกันอย่างเสรี
6. ช่วยให้สมาชิกบางคนเป็นที่ยอมรับของกลุ่มเมื่อเขาได้แสดงออก ซึ่งความสามารถ

ในกิจกรรมนั้นๆ

7. ช่วยให้เกิดความสามัคคี เกิดความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน และเกิดความเป็นพวกพ้องกันนอกจากนี้แล้ว กิจกรรมยังมีคุณค่าในลักษณะที่สมาชิกได้เรียนรู้ถึงวิธีการปรับตัวเข้ากับผู้อื่นในกลุ่มกิจกรรมเป็นเครื่องมือในการเสริมความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกด้วยกัน ในการวางแผนจัดกิจกรรมสมาชิกจะถูกกระตุ้นให้ใช้ความคิดและตัดสินใจ และยังทำให้สมาชิกเกิดความรับผิดชอบ

องค์ประกอบการวางแผนและการจัดกิจกรรม

การจัดกิจกรรมหรือวางแผนกิจกรรมในกลุ่มนั้น ผู้จัดการได้พิจารณาถึงองค์ประกอบ เพื่อเป็นแนวทางในการจัดกลุ่มและวางแผนกิจกรรม การจัดกิจกรรมให้สมาชิกในกลุ่ม ผู้จัดการสามารถคาดคะเนความสนใจ ตามต้องการ จากอายุ ของสมาชิกได้ ฉะนั้น ผู้จัดการจะมีความรู้ เรื่องพัฒนาการมนุษย์พอสมควร (เลาวินีย์ เสนาสุ, 2532)

1. วัยเด็กเข้าโรงเรียน (School Age) อายุระหว่าง 6 ถึง 13 ปี การเจริญของเด็ก เป็นไปอย่างสม่ำเสมอ เด็กวัยนี้ไม่ชอบอยู่หนึ่ง ชุขชน ว่องไว มีความต้องการที่จะเล่นกับเพื่อนมากกว่าอยู่กับพ่อแม่ เด็กวัยนี้มีความจงรักภักดีต่อเพื่อนในกลุ่ม (Group Loyalty) เด็กมักจะชอบเล่นกับเพื่อนเพศเดียวกัน ทั้งสองเพศจะพยายามที่จะทำให้ตนเองเป็นจุดสนใจเพศตรงข้าม

2. วัยรุ่น (Puberty) อายุระหว่าง 13 -18 ปี เด็กจะมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อย่างรวดเร็วอีกครั้งหนึ่ง ระยะเวลาเ่งทำให้เด็กเกิดอาการเจ็บปวด นักจิตวิทยา เรื่องวัยนี้ว่า Growing Pains Period ผู้หญิงเริ่มมีหน้าอก ละโทกมาย มีประจำเดือน ฯลฯ ส่วนเด็กชายมีเสียงแตก มีหนวดเครา ฯลฯ การเจริญเติบโตของเด็กหญิงจะโตเร็วกว่าเด็กชาย 2 ปี หมายถึง เด็กหญิงจะโตเร็วขณะที่มีอายุ 12 ปี ส่วนเด็กชายจะโตเร็วเมื่อตอนอายุ 14 ปี และการเจริญเติบโตของทั้งสองเพศจะเป็นไปอย่างพร้อมเพรียงกันเมื่ออายุ 17 ปี เด็กวัยนี้แยกกลุ่มเพื่อนเล่นตามเพศ ในราวต้นๆ ของวัย แต่พอปลายวัย จะเริ่มเข้ากลุ่มคละกับเพื่อนต่างเพศ แต่ปลายๆวัยมีความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมายมากขึ้น เด็กวัยนี้คงรักความเป็นอิสระ ชอบเพื่อน ความรู้สึกในเรื่องเพศของเด็กหญิง ในวัยนี้มีมากกว่าเด็กชาย และมีเร็วกว่าด้วย ฉะนั้น จะเห็นได้ว่าเด็กหญิงชอบแต่งตัวอยู่หน้ากระจกเป็นเวลานานและเริ่มทิตทิถันในเรื่องแต่งกาย กิจกรรมนี้เหมาะคือ เดินรำ ค่ายพักแรม ทัศนศึกษา เป็นต้น

3. วัยหนุ่มสาว (Young Adulthood) อายุระหว่าง 18 ถึง 20 ปี วันนีถือเป็นวัย หัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นวัยก้ำกึ่งระหว่างการปรับตัวจากเด็กเป็นผู้ใหญ่ เด็กต้องเผชิญกับการตัดสินใจหลายด้าน เช่น การเรียน การมองหาคู่ครอง ฯลฯ เด็กวัยนี้ชอบทดลอง จะพบว่าทั้งเด็กหญิงและเด็กชายมักจะประพฤติดนในทางเสื่อมเสียมากกว่าในวัยอื่นๆ เช่น ติดยาเสพติด กิจกรรมที่จัดจึงควรเป็นกิจกรรมที่ต้องออกกำลังกายน้อยเป็นกิจกรรม อาศัยความคิดและเหตุผล กิจกรรมประเภทให้วิชาความรู้ในด้านต่างๆ ก็นับว่าสำคัญในวัยนี้ กิจกรรมประเภทที่ทั้งสองเพศได้ร่วมกันทำ จะทำให้สมาชิกเกิดความสนุกสนานมาก

4. วัยผู้ใหญ่ (Adulthood) อายุระหว่าง 20 ถึง 40 ปี ในระยะต้นวัยผู้ใหญ่ การเจริญเติบโตทางด้านต่างๆ เจริญสูงสุด คนในวัยนี้จะมองโลกในด้านความเป็นจริงวัยผู้ใหญ่นี้เป็นวัยที่มีภาระหนักมากในด้านเกี่ยวกับครอบครัว การทำงาน ฉะนั้นเนื่องจากคนในวัยนี้มีภาระหนักอยู่แล้ว กิจกรรมที่จัดให้เหมาะสม ควรเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความรู้เรื่องอาชีพและครอบครัว ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรมควรเป็นระยะไม่นานนัก และกิจกรรมอีกอย่างหนึ่งที่ต้องจัดคือ กิจกรรมที่ทำแล้ว นอกจากจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองแล้ว ยังทำประโยชน์ให้กับสังคมอีกด้วย

โดยสรุปแล้วในการจัดกิจกรรมนอกจากจะคำนึงถึงอายุแล้วควรคำนึงถึงเพศด้วย เพราะกิจกรรมบางอย่างอาจจะไม่เหมาะกับอีกเพศหนึ่ง เช่น ฟุตบอล ยูโด ตะกร้อ อาจจะไม่เหมาะสมกับเพศหญิงแต่จะเหมาะกับเพศชาย เป็นต้น อย่างไรก็ตามปัจจุบันนี้จะเห็นได้ว่า กิจกรรมหลายอย่างทั้งชายและหญิงสามารถที่จะเข้าร่วมได้ เนื่องจากความเสมอภาคทั้งสองเพศมีมากขึ้น

อำนาจหน้าที่ของคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ (ก.ย.ช.) และสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ (ส.ย.ช.) ตามพระราชบัญญัติส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2521 ซึ่งมีภารกิจหลักในการเสนอนโยบาย ความเห็น กำหนดแผนและแนวทางปฏิบัติ เพื่อการพัฒนาเด็กและเยาวชน เสนอรายงานประจำปีเกี่ยวกับสถานการณ์เยาวชนต่อคณะรัฐมนตรี ตลอดจนริเริ่มเร่งรัดให้มีการส่งเสริมกิจกรรมเยาวชนด้านต่างๆ จัดฝึกอบรมผู้นำเยาวชน ในการเผยแพร่ของเอกชน ร่วมมือประสานงานในการดำเนินการตามกฎหมายเกี่ยวกับเยาวชน ในการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ กิจกรรมเยาวชน รวมถึงการติดตามประเมินผลการทำงานใดอย่างหนึ่งด้านเยาวชนของชาติ

จากขอบเขต แนวทาง และอำนาจหน้าที่ดังกล่าวข้างต้น สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงาน เยาวชนแห่งชาติ ซึ่งเป็นหน่วยงานกลางระดับชาติ มีภารกิจหลักในการเป็นหน่วยวางแผน ประสานงาน กำกับดูแลและติดตามประเมินผล การส่งเสริมพัฒนาเยาวชนของประเทศ จึงต้องมีภาระหน้าที่และความรับผิดชอบที่ต้องปฏิบัติงานครอบคลุมถึงเรื่องต่างๆ ดังต่อไปนี้ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2541)

1. เป็นสำนักงานนโยบายและแผนงานเยาวชนของประเทศ สำนักงานฯ จะต้องมีส่วนที่ในการเสนอแนะและจัดทำนโยบายเยาวชนแห่งชาติ ศึกษาวิเคราะห์ วิจัย เพื่อการวางแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนระยะยาว และระยะกลาง 5 ปี บรรจุไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ให้เหมาะสมและสอดคล้องกับทิศทางการพัฒนาประเทศ เพื่อให้หน่วยงานต่างๆ ทั้ง

ภาครัฐ และเอกชน ได้ใช้เป็นแนวทางการจัดทำแผนและโครงการปฏิบัติงานพัฒนาเด็กและเยาวชนจัดทำนโยบายและการพัฒนาเด็กและเยาวชนประจำปี เพื่อให้สอดคล้องกับสภาพการณ์ที่เป็นปัจจุบันทำการติดตามประเมินผลและวิเคราะห์แผนงานหรือโครงการปฏิบัติต่างๆที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนของหน่วยงานอื่นๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน เพื่อเป็นการตรวจสอบหรือประเมินประสิทธิผลของการพัฒนาเด็กและเยาวชน รวมทั้งต้องจัดทำรายงานสภาวะเด็กและเยาวชนเสนอต่อ คณะรัฐมนตรีเป็นประจำทุกปีและเสนอต่อสหประชาชาติเป็นประจำทุก 2 - 5 ปี ทำให้ต้องมีการรวบรวมข้อมูลสถิติ รวบรวมประมวลรายงานการพัฒนาเด็กและเยาวชนทุกหน่วยงานเพื่อประโยชน์ในการจัดทำรายงาน ซึ่งทำให้จำเป็นต้องเป็นศูนย์กลางและข้อมูลกลางด้านเยาวชนด้วย

2. เป็นสำนักประสานงานการพัฒนาเด็กและเยาวชนภายในประเทศ เพื่อให้หน่วยงานต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน ที่ดำเนินงานเกี่ยวกับเด็กและเยาวชน ซึ่งมีเป็นจำนวนมาก ได้ระดมสรรพกำลังกันเป็นการส่งเสริมและพัฒนาเยาวชนอย่างมีทิศทางและเป้าหมาย รวมทั้งมีการประสานงานกันเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการดำเนินงาน สำนักงานฯ จำเป็นต้องทำหน้าที่ในการประสานงานกับหน่วยงานต่างๆ เหล่านี้ ตามกลุ่มเป้าหมายต่างๆ เพื่อก่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการพัฒนาเยาวชนและบรรลุวัตถุประสงค์ตามแนวนโยบายของรัฐในทิศทางเดียวกัน

3. เป็นสำนักงานประสานงานการพัฒนาเด็กและเยาวชนกับต่างประเทศ นอกจากเป็นหน่วยกลางของประเทศไทยในการประสานงานการพัฒนาเด็กและเยาวชนทั้งในระดับภูมิภาค คือสมาคมอาเซียนและเอเชียแปซิฟิก ไปจนถึงระดับโลก คือสหประชาชาติ ซึ่งมีทั้งส่วนที่เกี่ยวข้องโครงการแลกเปลี่ยนเยาวชน ผู้บริหารงานเยาวชน อาสาสมัคร การประชุมการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร ความรู้และวิชาการด้านเยาวชน ไปจนถึงการติดตามและรายงานการดำเนินงานตามพันธกรณี ระดับโลกต่างสหประชาชาติ เช่น อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก ปฏิญญาโลกว่าด้วยการอยู่รอด การปกป้องและการพัฒนาเด็ก และอนุสัญญาอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งการแปลเอกสารด้านเด็กและเยาวชนเพื่อการแลกเปลี่ยนและการประสานงาน ตลอดจนแสวงหาความช่วยเหลือจากต่างประเทศ เพื่อการพัฒนาเด็กและเยาวชนด้วย

4. เป็นสำนักส่งเสริมและพัฒนา เยาวชน สำนักงานฯ ต้องมีหน้าที่ในการส่งเสริมหรือริเริ่มให้มีโครงการหรือกิจกรรมพัฒนาเด็กและเยาวชนใหม่ๆ ขึ้นมา รวมทั้งการสนับสนุนหรือส่งเสริมโครงการหรือกิจกรรมที่หน่วยงานต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนได้จัดทำขึ้นแล้ว ให้มีมากขึ้นและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยสำนักงานฯ ได้ส่งเสริมทั้งในด้านการจัดการและวิชาการ เพื่อให้ทรัพยากรมนุษย์กลุ่มนี้มีคุณภาพชีวิตที่ดี พร้อมทั้งจะเติบโตอย่างสมบูรณ์ต่อไปในอนาคตนั้น สำนักงานฯ ต้องดำเนินการส่งเสริมและพัฒนาเยาวชนให้มีพัฒนาการอย่างครบถ้วนและรอบด้าน

ทั้งในด้านการส่งเสริมสุขภาพอนามัย การพัฒนาสติปัญญา การส่งเสริมให้ เยาวชนมีงานทำและ
เพิ่มพูนรายได้ตามกำลัง การพัฒนาทางสังคม และการส่งเสริมการปกครองของเยาวชน
ซึ่งสอดคล้องและเป็นไปตามแนวทางการพัฒนาที่ได้ระบุไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่ง
ชาติ

5. เป็นศูนย์บริหารงาน คุ่มครองป้องกันและเยาวชน จากอำนาจหน้าที่ของ
สำนักงานฯ ซึ่งต้องรับผิดชอบในการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน
ในการดำเนินการตามกฎหมายเกี่ยวกับเยาวชน รวมทั้งนโยบายเยาวชนแห่งชาติในการส่งเสริม
ส่งเสริมให้เยาวชนรู้จักป้องกันตนเองจากอบายมุข และสิ่งแวดลอมอันไม่เหมาะสมต่อชีวิตและเป็น
ภัยต่อสังคม ตลอดจนนโยบายในการให้การสงเคราะห์ บำบัดรักษา และคุ้มครองแก่เยาวชน โดย
เฉพาะเยาวชนที่อยู่ในภาวะยากลำบาก และแรงงานเด็ก ทำให้สำนักงานฯ ต้องมีภารกิจอันสำคัญ
ในการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการ องค์กรเอกชน ในด้านการส่งเสริมสวัสดิการคุ้มครอง
สวัสดิภาพ ให้ความรู้ในด้านสิทธิและหน้าที่ของเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะการป้องกันและช่วย
เหลือจากการถูกทำร้าย การทารุณ การทอดทิ้ง การใช้แรงงานอย่างไม่เป็นธรรม

6. เป็นศูนย์ฝึกอบรมกิจการด้านเยาวชน จากอำนาจหน้าที่ในพระราชบัญญัติส่งเสริม
และประสานงานเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2521 ในเรื่องการจัดให้มีการอบรมผู้ซึ่งจะทำงานด้าน
เยาวชนตลอดจนส่งเสริมและร่วมมือกับเอกชนในการฝึกอบรมผู้ทำงานเยาวชน รวมทั้งนโยบาย
เยาวชนแห่งชาติ ในเรื่องการฝึกอบรมวิชาชีพ การอบรมให้ เยาวชนเป็นพลเมืองดี และสามารถ
เป็นที่พึ่งตนเองได้ สำนักงานฯ จึงมีหน้าที่สำคัญที่จะต้องผลิตและเพิ่มประสิทธิภาพบุคลากรที่มี
ความรู้ ความสามารถ เพื่อมาทำหน้าที่ในการพัฒนาเยาวชน ตลอดจนสร้างเยาวชนให้เป็น
พลเมืองดี มีอาชีพ และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุขทั้งนี้สำนักงานฯ มีภาระหน้าที่
ตั้งแต่การศึกษาข้อมูล จัดเตรียมหลักสูตร ดำเนินการและติดตามผล

7. เป็นศูนย์สารนิเทศงานด้านเยาวชน หน้าที่ความรับผิดชอบของสำนักงานฯ
ตามพระราชบัญญัติส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2521 ที่สำคัญอีกประการหนึ่ง
คือ ต้องทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางในการประสานงาน เผยแพร่ และประชาสัมพันธ์งานและกิจการ
เกี่ยวกับเยาวชน สำนักงานฯ จึงมีภารกิจที่สำคัญในการดำเนินการและประสานงานในด้าน การ
เผยแพร่กิจการเกี่ยวกับเยาวชน สถานการณ์ในเรื่องเยาวชนของประเทศ ตลอดจนการดำเนินงานด้าน
เยาวชนของหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน เพื่อให้ข้อมูลที่เผยแพร่ นั้นเป็นไปโดยถูกต้อง
ต้องมีการสังเคราะห์ข้อมูล และสามารถตรวจสอบได้

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับนันทนาการ

คำว่า "นันทนาการ" มาจากภาษาอังกฤษว่า "Recreation" เดิมทีเดียวนั้นได้มีการบัญญัติศัพท์ขึ้นใช้ว่า "สันทนาการ" ซึ่งมีความหมายไม่ตรงกับรากฐานที่เป็นภาษาอังกฤษ จึงมีการบัญญัติขึ้นเป็น "นันทนาการ" แปลว่าการทำให้สนุกสนานร่าเริงหมายถึง การจัดกิจกรรม เพื่อให้บุคคลเข้าร่วมในเวลาว่างด้วยความสมัครใจและให้ได้รับความพึงพอใจและความสนุกสนาน อันจะเป็นแรงจูงใจให้บุคคลเข้าร่วมในกิจกรรมนั้น กล่าวโดยสรุปแนวคิดและความหมายของ "นันทนาการ" พอสรุปได้ใน 4 ความหมายใหญ่ๆ ดังนี้ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2535)

1. นันทนาการ หมายถึง การทำให้ชีวิตสดชื่น (Recreation) การเสริมสร้างพลังงานขึ้นใหม่หลังจากที่ร่างกายใช้พลังงานแล้วเกิดเป็นความเหนื่อยเมื่อยล้าทางร่างกาย จิตใจ และทางสมอง เมื่อบุคคลเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการจะช่วยขจัดหรือผ่อนคลายความเหนื่อยเมื่อยล้าทางด้านร่างกาย และจิตใจ ในความหมายนี้ นันทนาการจึงเป็นการตอบสนองความต้องการทางกาย และจิตใจของบุคคล
2. นันทนาการ หมายถึง กิจกรรม (Activities) ต่างๆ บุคคลเข้าร่วมในเวลาว่างโดยไม่มี การบังคับหรือเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ มีผลก่อให้เกิดการพัฒนาทางอารมณ์ สุขรวมทั้ง ความสนุกสนาน หรือความสงบสุขและกิจกรรมนั้นๆจะต้องเป็นกิจกรรมที่สังคมยอมรับซึ่งเป็น กิจกรรมที่มีความหลากหลาย เช่น กิจกรรมศิลปะทัศนกรรม กิจกรรมอาสาสมัคร ศิลปวัฒนธรรม งานอดิเรก การละคร ดนตรี กิจกรรมเข้าจังหวะ นันทนาการการจ้างนอกเมือง เป็นต้น
3. นันทนาการ หมายถึง กระบวนการ (Process) หรือประสบการณ์สุขที่บุคคลได้รับโดยอาศัยกิจกรรมนันทนาการในช่วงเวลาว่างเป็นสื่อ ก่อให้เกิดการพัฒนาหรือความเจริญงอกงามทางกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของบุคคล
4. นันทนาการ หมายถึง สถาบันทางสังคมหรือแหล่งศูนย์กลางของสังคม ที่จะให้บุคคลหรือสมาชิกของสังคม ได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแล้วก่อให้เกิดความเจริญงอกงามทางร่างกายและพัฒนาทางด้านอารมณ์ จิตใจและสังคม ซึ่งโดยปกติ รัฐมีหน้าที่จัดแหล่งนันทนาการในรูปแบบต่างๆให้อาทิเช่น สวนสาธารณะในเมือง สวนหย่อม ศูนย์เยาวชน ห้องสมุดสำหรับประชาชน ดนตรีสำหรับประชาชน วนอุทยาน และอุทยานแห่งชาติ เป็นต้น

ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ

จันทร์ ม่องศรี (2531) กล่าวว่า นันทนาการ ประกอบด้วยกิจกรรมที่สร้างความเจริญทางอารมณ์ ทางสังคม และจิตใจ กิจกรรมนันทนาการอาจเป็นกิจกรรมที่ต้องใช้พลังงาน เช่น การเล่นกีฬา หรือกิจกรรมที่ไม่ต้องใช้พลังงาน เช่น การอ่านหนังสือ การเล่นเกม ฯลฯ อย่างไรก็ตาม กิจกรรมนันทนาการนั้นมีอยู่มากมาย ซึ่งได้จัดกิจกรรมนันทนาการไว้เป็น 11 ประเภทด้วยกันคือ

1. ศิลปะและการช่างฝีมือ (Arts and Crafts)
2. กิจกรรมเข้าจังหวะ (Rhythmic Activities)
3. การละคร (Drama)
4. เกมกีฬา (Sports Game)
5. งานอดิเรก (Hobbies)
6. ดนตรี (Music)
7. นันทนาการกลางแจ้ง (Outdoor Recreation)
8. การอ่าน การเขียน (Reading, Writing and Speaking)
9. นันทนาการสังคม (Social Events)
10. กิจกรรมพิเศษ (Special Events)
11. งานบริการอาสาสมัคร (Voluntary Services)

สมบัติ กาญจนกิจ (2535) ได้แนะนำกิจกรรมนันทนาการ 15 หมวด ดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมนันทนาการประเภทเกมกีฬา และกีฬาเพื่อการแข่งขัน
2. นันทนาการประเภทศิลปหัตถกรรม
3. การเต้นรำและกิจกรรมเข้าจังหวะ
4. การละคร
5. งานอดิเรก
6. การดนตรีและร้องเพลง
7. นันทนาการกลางแจ้ง/นอกเมือง
8. นันทนาการสังคม
9. นันทนาการพิเศษ
10. วรรณกรรม

11. การบริการอาสาสมัคร
12. การท่องเที่ยวทัศนศึกษา
13. นันทนาการประเภทกลุ่มสัมพันธ์ มนุษย์สัมพันธ์
14. นันทนาการประเภทพัฒนาจิตใจ และความทรงจำ
15. นันทนาการประเภทพัฒนาสุขภาพ และสมรรถภาพ

ปัจจัยสำคัญที่ทำให้มนุษย์ต้องการกิจกรรมนันทนาการ คือ ความสนุกสนานและความพึงพอใจของผู้ประกอบกิจกรรมเอง ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยลดความเครียดและความวิตกกังวลได้ อีกทั้งนันทนาการสามารถให้ประโยชน์ทางด้านสติปัญญา ทางด้านร่างกาย ทางด้านการพัฒนาทางสังคม และทางด้านจิตใจ เช่นกิจกรรมนันทนาการดังต่อไปนี้ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2541)

เกม (Games) หมายถึง การเล่นที่มีกฎกติกาการเล่นอย่างเด่นชัด โดยมากจะใช้ทักษะพื้นฐานมิได้ใช้ทักษะขั้นสูงอย่างกีฬา โดยเกมมีจุดมุ่งหมายและมีคุณค่าในตัวเอง ช่วยให้ผู้ร่วมได้พัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ เช่น ความกล้าแสดงออก การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี เกิดความสามัคคีในหมู่คณะ พบเพื่อนใหม่ ฝึกการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า นอกจากนี้เกมยังสามารถแสดงให้เห็นถึงขนบธรรมเนียมประเพณีของแต่ละประเทศด้วย ดังนั้นการจัดเกมที่ดี จะต้องมียุทธศาสตร์ที่ชัดเจนในการจัดเสมอ การจัดกิจกรรมนันทนาการประเภทเกมนี้ สามารถเลือกจัดให้ตรงกับจุดมุ่งหมายได้โดยเลือกจากเกมประเภทต่าง ๆ ดังนี้

1. เกมสร้างสรรค์ เป็นเกมประเภทที่จัดขึ้นโดยมีจุดมุ่งหมายในการพัฒนาบุคลากร ประสิทธิภาพในการทำงาน ความสัมพันธ์ในองค์กรต่าง ๆ เพื่อให้การทำงานขององค์กรนั้นมีคุณภาพยิ่งขึ้น
2. เกมนำไปสู่กีฬาใหญ่ เป็นเกมที่ใช้ทักษะพื้นฐานการเคลื่อนไหว เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมแก่ผู้เข้าร่วมให้พัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวต่างๆ ก่อนเล่นกีฬาประเภทต่าง ๆ
3. เกมเบ็ดเตล็ด
4. เกมการละเล่นพื้นเมือง
5. เกมคอมพิวเตอร์และไฟฟ้า

กีฬา (Sports) กิจกรรมกีฬานี้ มีหลายประเภทกีฬา ให้ผู้ร่วมสามารถเลือกได้ตามความถนัดและความสนใจ ผู้จัดกิจกรรมสามารถจัดได้หลายรูปแบบ ดังนี้

1. กีฬาประเภทเดี่ยว (Individual Sports) คือ ที่ใช้ทักษะในการเล่นเพียงคนเดียว ไม่จำเป็นต้องมีคู่แข่ง ทีม หรือร่วมงานอื่น ๆ เช่น จักรยาน โบว์ลิ่ง สเก็ตน้ำแข็ง ยิมนาสติก พายเรือ ยิงปืน ยิงธนู วาฬน้ำ ตกปลา กรีฑาสู่-ลาน กอล์ฟ ว่ายน้ำ ยกน้ำหนัก ฯลฯ

2. กีฬาประเภทคู่แข่งขัน (Dual Sports) เป็นกิจกรรมกีฬาที่มีผู้เล่น 2 ขึ้นไปแสดงทักษะของแต่ละคนเพื่อแข่งขันกัน เช่น แบดมินตัน มวย เทนนิส ยูโด มวยปล้ำ
3. กีฬาประเภททีม (Team Sports) เป็นกิจกรรมกีฬาที่ใช้ทักษะของกีฬานั้นของแต่ละคน แสดงทักษะร่วมกันประกอบกับการทำงานประสานกันเป็นทีม เพื่อแข่งขันกับทีมอื่นๆ กีฬาประเภทนี้ มีหลานกีฬาที่เป็นที่นิยมเพราะตื่นเต้นสนุกสนานเช่น บาสเกตบอล ฮ็อกกี้ วอลเลย์บอล รักบี้ ฟุตบอล เบสบอล ฯลฯ
4. กีฬาทางน้ำ (Aquatics Sport) เช่น การว่ายน้ำ กระโดดน้ำ แข่งเรือ สกีนน้ำ ไปโลน้ำ
5. กีฬาเสริมสมรรถภาพ (Physical Condition Activities) เช่น การวิ่งเพื่อสุขภาพ การเดินแอโรบิค ซี่จักระยาน ฯลฯ
6. กีฬาปะทะ ต่อสู้ (Combative Sport) มวย ยูโด มวยปล้ำ
7. กีฬาพักผ่อนนันทนาการ (Co-recreation Sports) การจัดกิจกรรมกีฬาจะไม่สมบูรณ์หากไม่มีการกีฬาพักผ่อนนันทนาการที่สามารถจัดให้คนทุกเพศทุกวัยเข้าร่วมด้วยกันได้ โดยมีจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเป็นที่ยอมรับของสังคม กิจกรรมดังกล่าว เช่น ดำน้ำ สเก็ตน้ำแข็ง สก๊ิก เทนนิส วอลเลย์บอล ฯลฯ

จะเห็นว่ากีฬาบางประเภทสามารถจัดในหลาย ๆ รูปแบบได้ ขึ้นอยู่กับสถานการณ์และจุดมุ่งหมายของผู้จัด แต่ในการจัดกิจกรรมนันทนาการประเภทเกม กีฬาที่ดี ไม่ควรเน้นเรื่องการแข่งขันและผลแพ้ชนะ ควรจัดโดยให้โอกาสผู้ที่มีทักษะน้อยได้ชนะในการแข่งขันบ้าง

กิจกรรมนันทนาการการเต้นรำ (Dances) การเต้นรำนั้นเป็นกิจกรรมการแสดงออกผ่านการเคลื่อนไหว เป็นการแสดงออกของมนุษย์ในความสามารถที่จะเคลื่อนไหว ซึ่งทำทางต่าง ๆ ถูกใช้เป็นสัญลักษณ์ของกิจกรรมในชีวิตโดยมนุษย์และวัฒนธรรม การเต้นรำเป็นการแสดงออกถึงอารมณ์และเหตุการณ์ต่าง ๆ ความสุข เสียใจ ความรัก สงคราม การบูชา ได้จำแนกระหว่างการเคลื่อนไหวและการเต้นไว้ดังนี้ คือ

การเคลื่อนไหว เป็นทั้งการแสดงกิริยาแบบรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวที่มาจาก การตอบสนองภายในต่อสัณฐานตฤณการเต้นรำ เป็นการเคลื่อนไหวอย่างเป็นชุด ที่แสดงถึงปฏิกริยาตอบสนองการกระตุ้นจากภายใน หรือภายนอก

ดังนั้น การเคลื่อนไหวปกติของมนุษย์ ก็เป็นการเคลื่อนไหวที่นำมาใช้ในการเต้นรำด้วย เช่น การกระโดด การหัน การยืดตัว การย่อตัว การหมุน, การยกขึ้น และการสไลด์

การเต้นรำได้พัฒนามาหลายทาง แต่จากการตรวจสอบทำให้ทราบว่า การเต้นรำเป็นการแสดงพื้นเมือง หรือการแสดงที่ประดิษฐ์ขึ้นมา ที่ทำให้เราทราบถึงพัฒนาการการเต้นรำในตอนต้น มีขึ้นเพื่อบรรยายปรากฏการณ์ต่างๆ เช่น การตกของพระอาทิตย์, การขึ้นของ

พระจันทร์, การล่าสัตว์, และพิธีการต่าง ๆ ในประวัติศาสตร์ที่ผ่านมา ระบุว่าพื้นเมืองอเมริกันจะเป็นที่นิยมในวัฒนธรรมของชนหลายชาติ เพื่อแทนเหตุการณ์ทางสังคมหลายอย่างเช่น การเก็บยุงข้าว การเก็บเกี่ยวร่วมกัน และพิธีเฉลิมฉลองหัวหน้าใหม่ ฯลฯ ระบุว่าพื้นเมืองได้มีการนำมาจากศิลปะพื้นบ้านและได้พัฒนาเป็นทักษะการแสดงชั้นสูงที่เรียกว่า "ศิลปะการแสดงพื้นบ้าน" การมีส่วนร่วมในกิจกรรมนี้ นำมาซึ่งรูปแบบใหม่ทางการศึกษา ผู้เชี่ยวชาญด้านการเต้นรำและนักดนตรี เริ่มมีการสร้างการแสดงและการสอน ผลจากการสร้างนี้ทำให้นักวิทยาศาสตร์หลายคนได้หันมาศึกษาเรื่องการเต้นรำ และการเคลื่อนไหวแสดงออก ต่อมาการจัดเต้นรำจึงได้พัฒนามาเป็น การแสดงศิลปะซึ่งมีมาตรฐาน หลักเกณฑ์มากขึ้น และได้รับความนิยมเพิ่มขึ้นอย่างมากมีโรงเรียนสอนกิจกรรมการเต้นรำประเภทต่างๆซึ่งเป็นที่สนใจของเด็ก วัยรุ่น และผู้ใหญ่จำนวนมาก

กิจกรรมนันทนาการพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพ

สมบัติ กาญจนกิจ (2541) ได้กล่าวว่า สุขภาพเป็นสิ่งสำคัญสำหรับคนทุกคน จุดมุ่งหมายของการนันทนาการประการหนึ่ง ก็เพื่อพัฒนาสุขภาพกายและสุขภาพจิตของคนให้สมบูรณ์ ดังนั้น กิจกรรมนันทนาการอีกกิจกรรมหนึ่งที่มีความสำคัญเพิ่มขึ้น พร้อม ๆ กับความสนใจในสุขภาพของคนในปัจจุบันคือ กิจกรรมนันทนาการประเภท พัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพ ซึ่งกิจกรรมนันทนาการประเภทนี้เป็นกิจกรรมแบบผสมผสานเป็นเรื่องเกี่ยวกับการจัดการลีลาชีวิต

กิจกรรมนันทนสุขภาพ (Wellness) นั่นก็คือ กิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาสุขภาพนั่นเอง ซึ่งกิจกรรมนันทนสุขภาพ (Wellness) นี้ เป็นการจัดการของบุคคลซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับข้อมูลการศึกษาโอกาสสำหรับการเปลี่ยนพฤติกรรม และยังเป็นการมุ่งใจในการให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนให้ผู้เข้าร่วมกระทำในสิ่งที่เป็นไปได้มากที่สุด เกี่ยวกับลักษณะการดำเนินชีวิตเพื่อให้มีความเป็นอยู่ที่ดี โดยกิจกรรมนันทนสุขภาพนี้ มีการบริการ 3 ประเภทด้วยกัน

1. การให้บริการเกี่ยวกับการหาข้อมูล (Information) เกี่ยวกับความเป็นอยู่และกิจกรรมที่เหมาะสมกับผู้เข้าร่วม
2. การให้บริการด้านความช่วยเหลือเกี่ยวกับคุณค่า และค่านิยมของคุณธรรม (Values Clarification) เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างถาวร
3. กิจกรรมโปรแกรมและการบริการ (Activities, Program and Services) เป็นการวางแผนริเริ่มดำเนินการสร้างสรรคให้เกิดกิจกรรมนันทนาการสุขภาพ

ดังนั้นจะเห็นว่า หน่วยงานทางด้านการบริการ สามารถมีส่วนร่วมในการจัดบริการที่เกี่ยวกับ กิจกรรมนันทนสุขภาพ (Wellness) ได้อย่างกว้างขวาง หลากหลาย ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ทำให้เกิดสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี มนุษย์ส่วนมีความต้องการการออกกำลังกายอยู่แล้ว

โดยธรรมชาติ การออกกำลังกายบางอย่างมิได้จำเป็นต้องเป็นการเล่นเพื่อการแข่งขันเท่านั้น แต่สามารถเข้าร่วมเพื่อพัฒนารักษาสุขภาพและสมรรถภาพได้ดียิ่งขึ้น ให้คงสภาพความสมบูรณ์ แข็งแรงไว้ได้นานที่สุด นอกจากนี้การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแล้วมนุษย์ยังทำกิจกรรมอีกหลายอย่างเพื่อให้มีความเป็นอยู่ที่ดีอีกด้วย ดังนั้น กิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพ หรือนันทนสุขภาพ (Wellness) จึงจัดขึ้นเพื่อสนองความต้องการที่จะมีสุขภาพทั้งทางกายและทางใจดีขึ้นและให้มนุษย์มีความเป็นอยู่ที่ดี

เป้าหมายของนันทนาการ

สมบัติ กาญจนกิจ (2541) ได้อธิบายเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ของนันทนาการว่ามีเป้าหมายสำคัญในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ออกเป็น 8 ประการดังนี้

1. พัฒนาอารมณ์สุข

นันทนาการเป็นกระบวนการที่เสริมสร้างและพัฒนาอารมณ์สุขของบุคคล และชุมชนโดยอาศัยกิจกรรมต่าง ๆ เป็นสื่อกลางในช่วงเวลาว่าง หรือเวลาอิสระ การเข้าร่วมกิจกรรมต้องเป็นไปด้วยความสมัครใจ และกิจกรรมนั้นจะต้องเป็นกิจกรรมที่สังคมยอมรับ สามารถก่อให้เกิดความสุข สนุกสนาน ความเพลิดเพลินและความสุข

2. เสริมสร้างประสบการณ์ใหม่

กิจกรรมนันทนาการหลายอย่าง ช่วยสร้างประสบการณ์ใหม่ให้แก่ผู้เข้าร่วม ทั้งนี้เพราะความหลากหลายของกิจกรรม เช่น กิจกรรมท่องเที่ยว ทัศนศึกษา เสริมสร้างประสบการณ์ใหม่ในสถานที่และทรัพยากรท่องเที่ยว ไม่ว่าจะเป็นทางด้านโบราณวัตถุ ทัศนียภาพโบราณสถาน ศิลปะประเพณี วัฒนธรรม หรือสิ่งของหายากก็ตาม การเล่นเกมหรือการกีฬาพื้นเมือง กีฬาสากล ศิลปะทัศนกรรม ดนตรี หรือวรรณกรรม การอ่าน พุด เทียน ตลอดจนนันทนาการนอกเมือง กลางแจ้ง นันทนาการทางสังคม ซึ่งมีความแตกต่างของกิจกรรมมากมายขึ้นอยู่กับประสบการณ์ และพื้นฐานเดิมของบุคคล หรือชุมชน

3. เพิ่มพูนประสบการณ์

กระบวนการนันทนาการ ก่อให้เกิดการพัฒนาทางอารมณ์สุข ดังนั้น ทัศนียภาพ ความซาบซึ้ง ความประทับใจ ความสะใจ ความภาคภูมิใจ มุมหนึ่งของเลี้ยวหนึ่งแห่งความประทับใจ มุมสงบ สุขใจ อารมณ์สนุกสนานเพลิดเพลิน และอารมณ์สุขสงบจึงเป็นประสบการณ์ หรือคุณภาพชีวิตของบุคคล หรือชุมชนที่พึงหาได้ กิจกรรมหลายอย่างต้องมีการเตรียมตัวเตรียมความพร้อม เช่น การร่วมกิจกรรมเดี่ยว ทำทนายความสามารถผู้ร่วมงานจะต้องมีการ

ฝึกซ้อมเตรียมสร้างความมั่นใจ ทักษะที่เตรียมสร้างประสบการณ์ หรือกิจกรรมบางอย่างเคยเข้าร่วม แล้วแต่ผู้เข้าร่วมอยากสร้างความประทับใจหรือความทรงจำเต็มเป็นการเพิ่มพูนประสบการณ์

4. ส่งเสริมการมีส่วนร่วม

นันทนาการให้คุณค่า และส่งเสริมการมีส่วนร่วมของคุณ และชุมชน ฝึกให้เข้าร่วมในกิจกรรมของชุมชนด้วยความสนใจและสมัครใจ กิจกรรมอาสาสมัครให้คุณค่า กรณีการมีส่วนร่วมอาสาพัฒนาเกี่ยวกับชุมชนอื่นให้กิจกรรมมนุษย์สัมพันธ์ และกลุ่มสัมพันธ์ ลอนให้ผู้เข้าร่วมทำงานเป็นทีมเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มรู้จักหน้าที่ สิทธิ ตลอดจนความรับผิดชอบ ต่อตนเองและผู้อื่นในฐานะองค์กรของสังคม เช่นเดียวกับกิจกรรมกีฬา การอยู่ค่ายพักแรม เป็นต้น

5. ส่งเสริมการแสดงออกแห่งตน

กิจกรรมนันทนาการหลายประเภท เช่น ศิลปหัตถกรรม กีฬาประเภทต่างๆ ดนตรี ละคร การเล่นเกมประเพณี เป็นการส่งเสริมบุคคลได้แสดงออกในด้านความนึกคิด สร้างสรรค์ การระบายอารมณ์ การเลียนแบบสถานการณ์ หรือพฤติกรรมต่างๆ ทำให้สามารถเรียนรู้ และรู้จักตนเองมากขึ้น สร้างความมั่นใจ ความเข้าใจ และการควบคุมตนเอง การรู้จักเลือก กิจกรรมหรือพฤติกรรมในการแสดงออกเป็นการส่งเสริมคุณภาพและบุคลิกภาพให้ตนเอง

6. ส่งเสริมคุณภาพชีวิต

กระบวนการนันทนาการช่วยส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของคุณและสังคม กิจกรรมนันทนาการช่วยพัฒนาอารมณ์ ความสุข ความสามารถของคุณ สุขภาพและสมรรถภาพส่งเสริมสุขภาพจิต ความสมดุลของกายและจิต และความสมดุลในการแบ่งเวลาทำงาน นันทนาการเป็นการลดความเครียด ความวิตกกังวล ส่งเสริมการมีส่วนร่วมกับกลุ่มสังคม ส่งเสริมการแสดงออกเพิ่มพูนประสบการณ์ สิ่งเหล่านี้ช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตของสังคมทุกเพศ ทุกวัย นอกจากนี้นันทนาการยังพัฒนาคุณภาพชีวิตในกลุ่มประชากรทุกกลุ่ม ไม่ว่าจะเป็นชุมชนยากจนแออัด ชุมชนมั่งมี ประชากรพิเศษ คนพิการ หรือกลุ่มด้อยโอกาสก็ตาม

7. ส่งเสริมความเป็นมนุษย์

กิจกรรมนันทนาการส่งเสริมพฤติกรรม และพัฒนาความเจริญงอกงามของคุณ ทั้งทางกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจิตใจของทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย ตามความสนใจและความต้องการของคุณ กิจกรรมนันทนาการช่วยสร้างความเข้าใจอันดีในหมู่เพื่อนมนุษย์ เข้าใจสภาพสิ่งแวดล้อม เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ ช่วยสืบทอด ศิลปวัฒนธรรมของชนชาติต่อไป ให้คุณค่าสังคม การอยู่ร่วมกัน การร่วมมือกันอยู่ในสังคม อย่างมีความสุข นันทนาการนานาชาติ เช่น มหกรรมกีฬา ศิลปวัฒนธรรมนานาชาติช่วยส่งเสริม ควรเข้าใจอันดีและมิตรภาพของมนุษย์ ให้สังคมที่มีการปกครองในระบบที่ต่างกัน

8. ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี

กิจกรรมนันทนาการ เป็นการให้การศึกษาแก่เยาวชนในด้านการช่วยเหลือตนเอง สิทธิ หน้าที่ ความรับผิดชอบ ระเบียบวินัย และการปรับตัวให้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มหรือสังคมที่ดี เป็นการพัฒนาความเป็นพลเมืองดี ความไม่เห็นแก่ตัวและรู้จักช่วยเหลือส่วนร่วมเป็นสำคัญ จึงช่วยให้สังคมอบอุ่น และเพิ่มพูนคุณภาพชีวิต

คุณค่าและประโยชน์ของนันทนาการ

เมื่อบุคคลและชุมชนได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในช่วงเวลาว่างด้วยความสมัครใจ ก็จะก่อให้เกิดผลที่ได้รับในเรื่องของคุณค่าและประโยชน์ต่าง ๆ ช่วยให้บุคคลและชุมชนได้รับความสุขสนุกสนาน มีความสุขในชีวิต และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2541)

1. ช่วยให้บุคคลและชุมชนพัฒนาสุขภาพจิตและสมรรถภาพทางกายที่ดี เกิดความสมดุลในชีวิต
2. ช่วยป้องกันปัญหาอาชญากรรมและพฤติกรรมเบี่ยงเบนในทางไม่พึงประสงค์ของเยาวชนและเด็ก การพัฒนาพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนนับว่าเป็นสิ่งสำคัญ ในการเสริมสร้างลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ และเป็นกำลังคน ที่มีประสิทธิภาพในอนาคต กิจกรรมนันทนาการ ประเภทต่าง ๆ ช่วยให้เด็กและเยาวชนเลือกได้ตามความสนใจ และได้ใช้เวลาว่างในการพัฒนา ลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ได้
3. ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี การที่ชุมชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยเข้าร่วมในกิจกรรมนันทนาการ จะได้เรียนรู้ในเรื่องของหน้าที่ความรับผิดชอบ คุณค่าทางสังคมเสรีประชาธิปไตย ลดความเห็นแก่ตัว สร้างคุณค่าจริยธรรม ความมีน้ำใจ การให้บริการรู้จัก อาสาสมัครช่วยเหลือสังคม ซึ่งถือว่าเป็นกิจกรรมของความเป็นพลเมืองดีของประชาชาติ
4. ส่งเสริมการพัฒนาอารมณ์สุข กิจกรรมนันทนาการช่วยพัฒนาอารมณ์สุขรวมทั้ง ความสุขสนุกสนาน และความสุขสงบ ลดความเครียด ความวิตกกังวล ทำให้อารมณ์แจ่มใส และช่วยส่งเสริมให้รู้จักการพัฒนาการ ควบคุมอารมณ์ และบุคลิกภาพที่ดีอีกด้วย
5. ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมของชาติ กิจกรรมนันทนาการ เช่น การละเล่นพื้นเมือง วิถีชีวิตประเพณีพื้นเมือง ตลอดจนแหล่งนันทนาการประเภทอุทยานประวัติศาสตร์ โบราณสถาน และโบราณวัตถุช่วยส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมของชาติ ส่งเสริมการเรียนรู้ทัศนคติ และความซาบซึ้ง อันจักก่อให้เกิดการอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมและเอกลักษณ์ของชาติต่อไป

6. ส่งเสริมการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ กิจกรรมนันทนาการกลางแจ้งและนอกเมือง ได้แก่ กิจกรรมการอยู่ค่ายพักแรม เดินป่า ศึกษาธรรมชาติ ไต่เขา เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้ช่วยสอนผู้ที่เข้าร่วมได้รู้จักคุณค่าของธรรมชาติ ช่างซึ่ง และสามารถดูแลอนุรักษ์ธรรมชาติ อันจักเป็นประโยชน์ต่อชุมชนและประชาชาติของโลก

7. ส่งเสริมในเรื่องการบำบัดรักษา กิจกรรมนันทนาการเพื่อการบำบัด เป็นกรรมวิธีและกิจกรรมที่จะช่วยรักษาคนป่วย ทั้งทางด้านร่างกาย และสุขภาพจิต เช่น งานอดิเรกประเภทประดิษฐ์ สร้างสรรค์ และช่วยส่งเสริมความหวัง ความคิด และการใช้เวลาว่างแก่คนป่วยซึ่งกำลังต่อสู้กับความทุกข์ทางกายและจิต กิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬานันทนาการช่วยส่งเสริมการพัฒนาร่างกาย กิจกรรมนันทนาการทางสังคมช่วยสร้างขวัญกำลังใจของคนป่วย

8. ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์และการทำงานเป็นทีม กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ช่วยให้บุคคลได้แสดงออก และละลายพฤติกรรมของกลุ่ม เสริมสร้างคุณค่าทางสังคม ฝึกการอยู่ร่วมกันอย่างมีความมสุข กิจกรรมเกมกีฬา และกีฬาเพื่อการแข่งขัน และการอยู่ค่ายพักแรมช่วยฝึกการทำงานเป็นหมู่คณะ ลดความเห็นแก่ตัว เสริมสร้างความสามัคคีและความเข้าใจอันดีในหมู่คณะ

9. ส่งเสริมและบำรุงขวัญทหาร และตำรวจปฏิบัติหน้าที่ตามชายแดน กิจกรรมนันทนาการที่จัดขึ้นเพื่อส่งเสริมขวัญกำลังใจทหาร ตำรวจชายแดน เป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญอย่างยิ่งในการตอบแทน ให้กำลังใจในกิจกรรมเวลาว่างแก่กองทหารและตำรวจชายแดน

กล่าวโดยสรุป โปรแกรมหรือกิจกรรมนันทนาการประเภทต่างๆ มีบทบาทสำคัญยิ่งอย่างแท้จริงที่จะช่วยให้ได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ให้ความสนุกสนาน ความพึงพอใจ ช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตมีเป้าหมายและมีการปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดี ดังนั้นการจัดโปรแกรม นันทนาการในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง ซึ่งเป็นเยาวชนที่กำลังมีการปรับตัว และความประพฤติเข้าสู่สังคมปกติ จึงเป็นสิ่งสำคัญที่กิจกรรมนันทนาการจะช่วยพัฒนาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจให้ดีขึ้น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ความหมายของสมรรถภาพทางกาย

สมรรถภาพทางกายเป็นรากฐานเบื้องต้นในการที่จะทำให้มนุษย์ประกอบภารกิจในชีวิตประจำวันได้สำเร็จเป็นอย่างดี และดำรงชีวิตได้อย่างสมบูรณ์ สามารถควบคุมตัวเองได้ดี ทำให้ร่างกายปฏิบัติต่อการทำงานหรือภาระกิจหนักๆ ได้เป็นเวลานานโดยเกิดความเหน็ดเหนื่อยน้อยหรือการทำงานของร่างกายมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ปัจจัยสำคัญของสมรรถภาพทางกาย คือ ความแข็งแรง (Strength) ความทนทาน (Endurance) ความเร็ว (Speed) ความว่องไว (Agility) ความอ่อนตัว (Flexibility) และพลังงาน (Power) (Clarke, 1976)

สมรรถภาพทางกาย หมายถึง ความสามารถของร่างกายในการประกอบกิจกรรมเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายได้อย่างมีประสิทธิภาพ หรือเป็นลักษณะของร่างกายที่มีความสมบูรณ์แข็งแรง อดทนต่อการปฏิบัติงาน มีความแคล่วคล่องว่องไว ร่างกายมีภูมิคุ้มกันโรคสูง ผู้ที่มีสมรรถภาพทางกายดีมักจะเป็นผู้ที่มีจิตใจร่าเริงแจ่มใส และมีร่างกายสง่าผ่าเผยสามารถปฏิบัติภารกิจได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งเป็นผลมาจากการปรับปรุงสภาพร่างกายในทุกแบบ ทำให้การปฏิบัติหน้าที่ และประสานงานกันอย่างมีประสิทธิภาพดีขึ้น สมรรถภาพทางกายจะเกิดขึ้นเฉพาะเมื่อร่างกายได้มีการเคลื่อนไหว หรือออกแรงมากกว่าปกติที่ใช้ประจำในกิจกรรมสำหรับชีวิตประจำวันเท่านั้น สมรรถภาพทางกายนี้เป็นสภาพของร่างกายอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นมาได้เมื่อร่างกายได้มีการเคลื่อนไหวหรือออกกำลังกายและในทำนองเดียวกันสภาพการนี้จะหายและหมดไปเช่นกันถ้าหากว่าร่างกายไม่มีการเคลื่อนไหวหรือออกกำลังกายต่อไปอีก ฉะนั้นวิธีการเดียวที่จะรักษาสภาพนี้ไว้ได้ก็ด้วยการออกกำลังกายเป็นประจำเท่านั้น (สำนักพัฒนาการพลศึกษา สุขภาพและนันทนาการ กรมพลศึกษา, 2539)

ได้มีผู้นิยามความหมายหรือ คำจำกัดความของคำว่าสมรรถภาพทางกาย ไว้หลายท่านแตกต่างกันไปตามมุมมอง (Perspective) ของสาขาวิชาชีพ (Field) ดังต่อไปนี้

จรรยา แก่นวงศ์คำ (2516) สมรรถภาพทางกาย หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่แสดงออกมา สามารถควบคุมตัวเองได้ และรวมถึงความสามารถด้านอื่นๆ ที่ร่างกายแสดงต่องานหรือภาระกิจอื่นๆ ได้เป็นระยะเวลา

สุเนต นวกิจกุล (2519) กล่าวว่า "สมรรถภาพทางกาย หมายถึง ลักษณะสภาพของร่างกายที่มีความสมบูรณ์ แข็งแกร่ง อดทนต่อการปฏิบัติงานมีความแคล่วคล่องว่องไว ร่างกายมีภูมิคุ้มกันโรคสูง ผู้ที่มีสมรรถภาพทางกายดี มักจะเป็นผู้ที่มีจิตใจร่าเริงแจ่มใส และมีร่างกายสง่าผ่าเผย สามารถปฏิบัติภารกิจการงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ"

ฟอง เกิดแก้ว (2520) ได้ให้ความหมายของ คำว่าสมรรถภาพทางกายไว้ว่า "สมรรถภาพทางกาย หมายถึง ความสามารถในการควบคุมการทำงานของร่างกายได้เป็นอย่างดี มีประสิทธิภาพในการทำงานหนักเป็นระยะเวลาสั้น โดยไม่เสื่อมประสิทธิภาพทางกายมีองค์ประกอบหลายอย่างได้แก่ ความแข็งแรง ความอดทน ความอ่อนตัว ความว่องไว ความสัมพันธ์ของประสาทและกล้ามเนื้อ อานาจบังคับตัว ความเร็ว และการทรงตัว"

อวย เกตุสิงห์ (2521) กล่าวว่า "ผู้ที่มีสมรรถภาพทางกายดี หมายถึง การมีรูปร่างสมส่วนไม่อ่อนแอ แต่กระฉับกระเฉงว่องไว ทำงานได้รวดเร็วสมความต้องการมีกำลังมากและมีความอดทนดี"

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2523) มีความเห็นว่า สมรรถภาพทางกาย คือ ความสามารถของร่างกายในการที่จะปฏิบัติหน้าที่ในชีวิตประจำวันในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยไม่มีความเหนื่อยอ่อนจนเกินไปและสามารถส่งมอบและถนอมกำลังงานไว้ใช้ยามฉุกเฉินและใช้เวลาว่างเพื่อความสนุกสนานและความบันเทิงในชีวิตของตนเองด้วย

ฮาร์ท และเชย์ (Hart and Shay, 1967) กล่าวว่า สมรรถภาพทางกาย หมายถึง ภาวะของร่างกายที่จะสามารถทำหน้าที่ต่างๆ ได้ในระดับใดระดับหนึ่ง ซึ่งจะทราบได้จากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย อีกองค์ประกอบที่สำคัญคือ ความแข็งแรง ความอดทน พลังความเร็ว ความแคล่วคล่องว่องไว ความยืดหยุ่นตัว และการทรงตัว ถ้าบุคคลใดมีองค์ประกอบเหล่านี้อยู่ในระดับสูงจะสามารถประกอบภารกิจประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพเป็นระยะเวลานาน สำหรับนักเรียนที่อยู่ในวัยเรียนสมรรถภาพทางกายจะส่งเสริมให้ผลการเรียนดีขึ้นด้วย

คลาร์ค (Clarke, 1976) กล่าวว่าสมรรถภาพทางกาย หมายถึง ความสามารถในการประกอบกิจกรรมประจำวัน ด้วยความกระฉับกระเฉงว่องไว ปราศจากความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า และมีพลังงานเหลือพอที่จะนำไปใช้ในการประกอบกิจกรรมบันเทิงในเวลาว่างและเตรียมพร้อมที่จะเผชิญภาวะฉุกเฉินได้ดี

สรุปแล้ว สมรรถภาพทางกาย หมายถึง ความสามารถของบุคคลในอันที่จะใช้ระบบร่างกายกระทำกิจกรรมใดๆ อันเกี่ยวพันการแสดงออก ซึ่งความสามารถทางร่างกายได้อย่างมีประสิทธิภาพ หรือได้หนักหน่วงเป็นเวลาติดต่อกันโดยไม่แสดงอาการเหน็ดเหนื่อยให้ปรากฏและสามารถฟื้นตัวกลับสู่สภาพปกติได้ในเวลาอันรวดเร็ว

สมรรถภาพทางกายทั่วไป

คณะกรรมการนานาชาติได้จัดมาตรฐานการทดสอบความสมรรถภาพทางกาย

(International Committee for the Standardization of Physical Fitness Test) ได้จำแนกความสมรรถภาพทางกายทั่วไปออกเป็น 7 ประเภท ดังนี้ (สำนักพัฒนาการพลศึกษา สุขภาพและนันทนาการ กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2540)

1. ความเร็ว (Speed) หมายถึง ความสามารถของกล้ามเนื้อที่ทำงาน (เคลื่อนที่) ทั่วๆกันได้อย่างรวดเร็วไปสู่เป้าหมายที่เหมาะสมโดยใช้เวลาน้อยที่สุดโดยไม่เปลี่ยนทิศทาง เช่น การวิ่ง 50 เมตร หรือวิ่ง 100 เมตร เป็นต้น
2. พลังกล้ามเนื้อ (Muscle Power) หมายถึง ความสามารถของกล้ามเนื้อที่หดตัวได้แรงและทำให้วัตถุหรือร่างกายเคลื่อนที่ออกไปได้ระยะทางมากที่สุดในเวลาที่จำกัดหรือหมายถึงการหดตัวของกล้ามเนื้อเพื่อทำงานในระยะเวลาดสั้น เช่น ยืนกระโดดไกล ยืนกระโดดสูง การทุ่มน้ำหนัก หรือการพุ่งแหลน เป็นต้น
3. ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Muscle Strength) หมายถึง ความสามารถของกล้ามเนื้อที่หดตัว เพื่อเคลื่อนน้ำหนักหรือต้านน้ำหนักเพียงครั้งเดียวโดยไม่จำกัดเวลา เช่น แร้งบีบมือ แร้งเหยียดขา เป็นต้น
4. ความทนทานของกล้ามเนื้อ (Muscle Endurance) หมายถึง ความสามารถของกล้ามเนื้อที่ทำงานได้นานโดยไม่เสื่อมประสิทธิภาพ เช่น ลูก - นิ่ง หรือ ดึงข้อราวเดี่ยว โดยทำให้ได้จำนวนครั้งมากที่สุดจนกว่าจะหมดแรง
5. ความอ่อนตัว (Flexibility) หมายถึง ความสามารถของร่างกายในการเคลื่อนไหวให้ได้มุมของการเคลื่อนไหวอย่างเต็มที่ หรือพิสัยของการเคลื่อนที่ หรือยืดหยุ่นตัวของกล้ามเนื้อที่มีจุดยึดจากข้อต่อทำให้ได้ระยะทางเพิ่มขึ้น ทำให้การเคลื่อนไหวคล่องตัวขึ้น เช่น ยืนขาตรง เข่าตรง แล้วก้มตัวลง ยืดแขนและมือให้มากที่สุด
6. ความคล่องตัว (Agility) หมายถึง ความสามารถของร่างกายในการควบคุมการเปลี่ยนทิศทางในการเคลื่อนไหวได้อย่างรวดเร็วและตรงเป้าหมาย เช่น วิ่งซิกแซก วิ่งกลับตัว วิ่งเก็บของ เป็นต้น
7. ความทนทานทั่วไป หรือ ความทนทานในการทำงานของระบบไหลเวียนโลหิต (General Endurance or Aerobic Capacity) หมายถึง ความสามารถของร่างกายที่ทนต่อการทำงานที่มีความเข้มข้นในระดับปานกลางได้นาน โดยเกิดความเมื่อยล้าและเหนื่อยช้า แต่ได้ปริมาณงานมาก มักจะจัดด้วยเวลาที่ทำงาน โดยมีความหนักของงานเป็นตัวกำหนด

สมรรถภาพทางกายกับการทดสอบ

การที่เราจะทราบสภาวะของร่างกายเกี่ยวกับความสามารถที่จะทำหน้าที่ต่างๆ ได้ในระดับใดระดับหนึ่ง สามารถทำได้โดยการทดสอบสมรรถภาพซึ่งมีวิธีการหลายอย่างเพื่อวัดหรือทดสอบสมรรถภาพในหลายๆ ด้านตามองค์ประกอบของสมรรถภาพทางกาย ในการทดสอบสมรรถภาพทางกายต้องมีแบบทดสอบ เครื่องมือหรือกระบวนการสำหรับทดสอบความสามารถแบบทดสอบสมรรถภาพทางกายแต่ละชนิดจะต้องมีความเที่ยงตรง (Validity) ความเชื่อถือได้ (Reliability) ความเป็นปรนัย (Objectivity) เกณฑ์ปกติ (Norms) และมีเทคนิคในการทดสอบที่เป็นมาตรฐานแบบทดสอบมีหลายแบบหลายวิธีแตกต่างกันออกไป แต่ละแบบทดสอบนั้นก็ยังมีวัตถุประสงค์เพื่อที่จะทราบสมรรถภาพทางกายของผู้รับการทดสอบให้ครอบคลุมในทุกด้านที่สำคัญ (สำนักพัฒนาการพลศึกษา สุภาพและนันทนาการ กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2540)

ความสำคัญของการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

สำหรับบุคคลทั่วไปที่ไม่ใช่นักกีฬา การทดสอบสมรรถภาพทางกายจะทำให้ทราบถึงระดับความสามารถ หรือระดับสมรรถภาพทางกายในแต่ละด้าน สามารถเลือกกิจกรรมการออกกำลังกายและเริ่มต้นการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับตนได้ ทำให้การพัฒนาสมรรถภาพทางกายมีประสิทธิภาพเต็มที่ (สำนักพัฒนาการพลศึกษา สุภาพและนันทนาการ กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2540)

ประโยชน์ของการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

1. เป็นแนวทางในการพัฒนาความสามารถของร่างกาย หรือส่วนที่บกพร่องให้มีความสมบูรณ์และมีประสิทธิภาพอย่างเต็มที่
2. เป็นแนวทางในการตัดสินใจความสามารถของร่างกาย เพื่อนำไปสู่การเล่นกีฬาประเภทต่างๆ
3. เป็นสื่อในการกระตุ้นนักออกกำลังกายพัฒนาความสามารถของร่างกายและรักษาความสมบูรณ์ของร่างกายให้คงอยู่อย่างสม่ำเสมอ
4. การทดสอบสมรรถภาพทางกาย นอกจากจะทำให้ทราบระดับความสามารถของร่างกายในแต่ละด้านแล้วในนักกีฬา ผลการทดสอบยังสามารถนำไปวิเคราะห์ผลการฝึกซ้อม ข้อดี ข้อเสียของการฝึกซ้อม ทำให้ผู้ฝึกสอนสามารถปรับปรุงแบบฝึก และกิจกรรมการฝึกให้เหมาะสมกับนักกีฬาในแต่ละประเภท และปรับปรุงสมรรถภาพทางกายในส่วนที่บกพร่องต่อไป

5. ใช้เป็นพื้นฐานในการศึกษาข้อแตกต่าง ด้านสมรรถภาพทางกายโดยทั่วไปของ นักกีฬาประเภทต่างๆ

แนวความคิดที่เกี่ยวกับอัตมโนทัศน์ (Self – Concept)

ความหมายของอัตมโนทัศน์ (Self – Concept)

โรเจอร์ (Roger, 1951) กล่าวว่า อัตมโนทัศน์เป็นการรับรู้สิ่งต่างๆ ซึ่งเป็นผลจากการสังเกตตนเองและการรับรู้ว่าจะมีโครงสร้างเกี่ยวกับรูปร่างลักษณะ ความสามารถของตนเอง ความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น เป็นความเชื่อและคุณค่าที่บุคคลมีต่อการกระทำและ ประสบการณ์ต่างๆ

เคนด์เลอร์ (Kendler , 1968) กล่าวว่า อัตมโนทัศน์เป็นทัศนคติที่มีต่อตนเอง การเรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง จะเกิดขึ้นตามลำดับตั้งแต่เล็กจนโต การประเมินค่าของตนเองในการตัดสินใจตนเอง

สจวร์ต และ ซับดีน (Stuart and Subdeen , 1983) กล่าวว่า อัตมโนทัศน์เป็น ความคิดเห็น ความเชื่อ เป็นองค์ประกอบของความรู้สึกที่เกี่ยวกับตนเอง ซึ่งมีอิทธิพลต่อการ สร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น เป็นการรับรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะและความสามารถของบุคคล ปฏิสัมพันธ์ของบุคคลกับบุคคลอื่นและสิ่งแวดล้อม เป็นค่านิยมของบุคคลที่เกี่ยวกับประสบการณ์ และพฤติกรรมทั้งเป็นเป้าหมายและเป็นอุดมการณ์ของบุคคลด้วย

พรณี ข. เจนจิต , (2528) กล่าวว่า การที่บุคคลมีอัตมโนทัศน์เช่นไรจะสะท้อนให้เห็นว่าเรามองคนอื่นว่าเป็นอย่างไร ถ้าบุคคลอื่นมีอัตมโนทัศน์ต่อตนเองในทางบวกมองเห็นคุณค่าในตนเอง มีความเชื่อมั่นมั่นใจในตนเองในทางบวกเขาก็จะประพฤติปฏิบัติต่อคนอื่นอย่าง ทัศนคติดีกับคน เห็นคุณค่าในผู้อื่น เมื่อคนมีความรู้สึกเช่นนี้ให้กับผู้อื่นเขาก็จะได้รับการปฏิบัติตอบ เช่นเดียวกันในทางตรงกันข้ามถ้าคนมีอัตมโนทัศน์ในทางลบ มองเห็นตนเองต่ำต้อย ดูถูกตนเอง ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง เขาก็จะมีความรู้สึกเช่นเดียวกันนี้ให้กับผู้อื่น

มาลี เทีชรระ, (2535) สรุปได้ว่า อัตมโนทัศน์ หมายถึง ความคิด ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในทุกด้านอันเป็นผลมาจากการเรียนรู้ จากประสบการณ์ที่ได้รับ และการมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมและสิ่งแวดล้อมก่อนเป็นความเชื่อ ทศนคติเกี่ยวกับคุณลักษณะของตนเองโดยอัตมโนทัศน์เป็นแกนกลางของบุคลิกภาพนั่นเอง

พัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์

ในช่วงต้นของชีวิต พ่อแม่เป็นผู้มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองของเด็กมากที่สุด ถ้าพ่อแม่เลี้ยงเด็กด้วยความรัก ความเอาใจใส่ ทะนุถนอม เด็กจะรู้สึกว่าคุณเป็นที่รัก ที่ต้องการของพ่อแม่ ตนเองมีคุณค่า ในทางตรงกันข้ามถ้าพ่อแม่เลี้ยงดูด้วยการทำโทษหรือไม่ใส่ใจกับคำถามของเด็ก มีความลำเอียง สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะทำให้เด็กเกิดความนึกคิดที่ไม่ดีต่อตนเอง เด็กบางคนจึงเข้าโรงเรียนด้วยความคิดว่าเขาไม่มีความสามารถทำอะไรได้ด้วยตัวเอง ในขณะที่บางคนก็คิดว่าตนเองเก่ง ทำอะไรได้ดีและถูกต้อง เด็กพวกนี้จึงตั้งใจเรียนและเรียนได้ดี (อ่ำไพ ศิริพิพัฒน์ 2515)

พิทักษ์ ทรัพย์, (2535) ได้กล่าวว่า อัตมโนทัศน์จะมีการพัฒนาไปตามช่วงวัย พัฒนาการของชีวิต สามารถจำแนกออกได้ในแต่ละวัยดังนี้

1. วัยทารก อายุประมาณ 0 - 2 ปี วัยนี้เป็นวัยที่เด็กเห็นว่าตนเองเป็นผู้ที่สำคัญที่สุด ทำทุกอย่างเพื่อสนองความต้องการของตนเอง ดังนั้นการปฏิบัติจากผู้ใหญ่ที่เด็กได้รับในช่วงนี้เป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาอัตมโนทัศน์ต่อไป
2. วัยเด็ก อายุประมาณ 2 - 12 ปี เมื่อเด็กเริ่มเข้าโรงเรียนบุคคลที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของเด็กมาก คือ พ่อแม่ พี่น้อง เพื่อน ครู โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มเพื่อนเริ่มจะมีความสำคัญกับเด็กพอๆ กับครู ในวัยนี้เด็กได้มีโอกาสสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน ทำให้เด็กได้เรียนรู้หลายสิ่งเกี่ยวกับตนเอง เช่นตนเองเหนือกว่าผู้อื่นในบางเรื่อง ความสามารถทางการเรียนของตนมีมากหรือน้อย นับแต่เด็กออกจากสังคมในบ้านสู่สังคม นอกบ้าน หรือโรงเรียน เด็กได้มีโอกาสพบปะกับครูและเพื่อน เด็กจะมีความต้องการให้ตนเป็นที่ยอมรับ โดยการทำงานหรือทำสิ่งใดก็ตามให้สำเร็จในการเรียนจะก่อให้เกิดความมานะพากเพียร พยายาม มีความตั้งใจมั่น และประสบความสำเร็จในการเรียนมากยิ่งขึ้น ซึ่งจะก่อให้เกิดสุขภาพจิตที่ดี และส่งเสริมต่อการพัฒนาบุคลิกภาพมากขึ้น
3. วัยรุ่น ช่วงของวัยรุ่นอายุประมาณ 12 - 20 ปี อัตมโนทัศน์จะคงที่แต่อาจจะมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลง ทั้งนี้เพราะมีประสบการณ์ที่มากขึ้น โดยเฉพาะสังคมโรงเรียน เจตคติการได้รับการประเมินและการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนและครูมีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ หากเด็ก

ไม่ได้รับการยอมรับเด็กจะเรียนรู้วิธีการปรับตัว เพื่อให้บุคคล สิ่งแวดล้อมและมีอิทธิพลต่อตนเองยอมรับตนเองมากขึ้น การที่เด็กวัยรุ่นรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง ไม่ว่าจะทางบวกหรือทางลบจะมีอิทธิพลต่อการแสดงพฤติกรรมในลักษณะต่างๆกัน เช่นเด็กที่เข้าโรงเรียนด้วยความคาดหวังว่าจะต้องเป็นผู้ประสบความสำเร็จมีความสุขมักจะเป็นผู้อาสางานมีความรับผิดชอบซึ่งถ้าความคาดหวังของเขาสอดคล้องกับอัตมโนทัศน์ของตัวเอง ก็จะช่วยทำให้เขาเป็นผู้ประสบความสำเร็จในชั้นเรียนทั้งในด้านการเรียนและสังคม ตรงกันข้ามเด็กที่มีความรู้สึกนึกคิดต่อตนเองทางลบก็มักจะมองตนเองว่าไม่มีความสามารถมักจะขาดความกระตือรือร้นในการทำงาน ขาดความรับผิดชอบซึ่งจะนำไปสู่ความล้มเหลว

4. วัยผู้ใหญ่และวัยชรา วัยผู้ใหญ่ช่วงอายุ 18 - 60 ปี และวัยชราอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ในวัยนี้บุคคลที่ยังมีความสำคัญต่อการพัฒนาของอัตมโนทัศน์ของทั้งวัยผู้ใหญ่และวัยชราคือเพื่อนและคู่สมรสแต่ในวัยผู้ใหญ่ นายจ้าง เพื่อนบ้านและเด็กๆ ในครอบครัวยังมีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์ พอเข้าสู่วัยชราสภาพแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไปบุคคลหันจากหน้าที่การงานชีวิตส่วนใหญ่คลุกคลีอยู่กันภายในครอบครัว ดังนั้นสังคมภายในครอบครัวกับมามีอิทธิพลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์แทนโดยเฉพาะเจตคติและการยอมรับจากบุคคลที่เกี่ยวข้องดังกล่าวมา มีผลต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์อย่างมาก

ตามทัศนะของ เฮอรัลด์ (Hurlock, 1978) ได้แบ่งอัตมโนทัศน์ เป็น 2 ชนิด คือ อัตมโนทัศน์ที่เป็นจริง (Real self-concept) และอัตมโนทัศน์ตามที่ยอยากจะเป็น (Ideal self-concept) ซึ่งอัตมโนทัศน์แต่ละชนิด จะมี 2 ด้าน ได้แก่

1. ด้านร่างกาย เป็นความนึกคิดเกี่ยวกับรูปร่าง หน้าตา ท่าทาง เพศ ความสำคัญของร่างกายส่วนต่างๆ ศักดิ์ศรี ความมีเกียรติของร่างกายของตนในสายตาของบุคคลอื่น

2. ด้านจิตใจ เป็นความคิดเกี่ยวกับความสามารถ การใช้ความสามารถ ความมีคุณค่าและความสัมพันธ์ภาพที่มีต่อผู้อื่น

อัตมโนทัศน์จึงเป็นภาพรวมทั้งหมดที่บุคคลมอง คือ ความรู้สึกต่อตนเองในด้านต่าง ๆ จะเห็นได้ว่า อัตมโนทัศน์จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งในการกำหนดพฤติกรรมการแสดงออกของบุคคล บุคคลติดเช่นใด ก็จะแสดงออกเช่นนั้น ถ้าบุคคลนั้นมีอัตมโนทัศน์ในด้านดี และสามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้ดีจึงทำให้มีสุขภาพจิตดีและสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนบุคคลที่ไม่มีความเข้าใจในตนเอง ไม่สามารถรับรู้ความคิด ความรู้สึก ความเชื่อ เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองได้ตามความเป็นจริง นั่นคือ มองเห็นตนเองได้ไม่ชัดเจน อาจกล่าวได้ว่า บุคคลนั้นมีอัตมโนทัศน์ที่ไม่ดี

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องภายในประเทศ

ไพวัลย์ ตัณลาพุด (2516) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ปัญหาการจัดสันทนาการของศูนย์เยาวชนในเขตกรุงเทพมหานคร" โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามจำนวน 2 ชุด ให้เจ้าหน้าที่ศูนย์เยาวชนและสมาชิกของศูนย์เยาวชน โดยแบ่งออกเป็น 3 ระดับอายุ คือ ระดับอายุ 8-11 ปี 12-15 ปี และ 16-18 ปี ผลการวิจัยปรากฏว่า การจัดสันทนาการของศูนย์เยาวชนในเขตกรุงเทพมหานครประสบปัญหาต่างๆ 4 ด้าน คือ ด้านบุคลากร งบประมาณ การดำเนินงาน และด้านสถานที่สิ่งอำนวยความสะดวกและอุปกรณ์ เจ้าหน้าที่ศูนย์เยาวชนประสบปัญหาเหล่านี้ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่มีปัญหาค่อนข้างน้อย ส่วนความคิดเห็นของสมาชิกศูนย์เยาวชนที่มีต่อโครงการสันทนาการของศูนย์เยาวชน และผลที่สมาชิกได้รับจากโครงการสันทนาการที่ศูนย์เยาวชนจัดให้ ปรากฏว่าสมาชิกศูนย์เยาวชนมีความคิดเห็นโดยทั่วไปเกี่ยวกับศูนย์เยาวชนว่า โครงการสันทนาการของศูนย์เยาวชน และผลที่สมาชิกศูนย์เยาวชนได้รับจากโครงการสันทนาการที่ศูนย์เยาวชนจัดให้ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ทัศนีย์ ไทยาภิรมณ์ (2517) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "บทบาทของศูนย์เยาวชนในการพัฒนาเยาวชนในกรุงเทพมหานคร" เพื่อหาแบบฉบับในการจัดกิจกรรมของศูนย์เยาวชนให้สามารถพัฒนาเยาวชนได้ โดยมุ่งศึกษาถึงการพัฒนาเยาวชนด้านบุคลิกภาพทางสังคมและความรับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวม จากกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีลักษณะเดียวกัน คือ สมาชิกกลุ่มเยาวชนเทเวศร์ เพศชาย กำลังศึกษาอยู่ อายุระหว่าง 13-18 ปี จำนวนกลุ่มละ 20 คน กำหนดวิธีการให้กิจกรรมสำหรับกลุ่มทดลอง โดยวิธีการงานกลุ่มสังคม ส่วนกลุ่มควบคุมวิธีการให้กิจกรรมเป็นไปตามปกติซึ่งศูนย์เยาวชนจัดบริการอยู่ แล้วนำผลที่ได้มาเปรียบเทียบ ทำการทดลองซ้ำ 3 ครั้ง แต่แต่ละครั้งใช้ระยะเวลา 3 เดือน ติดต่อกันเพื่อให้ได้ผลที่แน่นอน รวมทั้งศึกษาถึงปัจจัยต่างๆ ที่กระทบกระเทือน ต่อมาพัฒนาศูนย์เยาวชนของกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษา ค้นคว้า ทดลอง สรุปได้ดังนี้

1. การจัดกิจกรรมของศูนย์เยาวชนให้กับสมาชิกนั้น ใช้วิธีการงานกลุ่มสังคมดีแก่การให้สมาชิกรับบริหารจากศูนย์เยาวชนตามปกติ เพราะวิธีการงานกลุ่มสังคมมีการวางแผนงาน มีการเลือกทำกิจกรรมต่างๆ ให้กับกลุ่มและสมาชิกความต้องการ ความสนใจ และสามารถพัฒนาเยาวชนได้ตามจุดมุ่งหมาย

2. การใช้ระเบียบปฏิบัติทางราชการกับงานศูนย์เยาวชนในด้านการจัดกิจกรรม การจัดซื้อวัสดุอุปกรณ์ ตลอดจนรายงานด้านบังคับบัญชา ทำให้กระทบกระเทือนต่อความก้าวหน้าของงานศูนย์เยาวชน

วรศักดิ์ เทียบชอบ (2526) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "โปรแกรมการศึกษาและกีฬาเพื่อพัฒนาเยาวชนไทยในชนบท" เพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการ ความสนใจ และสภาพของท้องถิ่นชนบทในแต่ละภาคของไทย โดยใช้แบบสอบถามส่งไปยังเยาวชนชายและหญิง ผู้ปกครอง ผู้นำชุมชน และครูในแต่ละภาค ๆ ละ 600 คน ผลการวิจัยปรากฏว่า

1. ความมุ่งหมายของโปรแกรมควรจะต้องประกอบด้วยเพื่อให้เยาวชนรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีน้ำใจนักกีฬา มีความสามัคคี มีร่างกายแข็งแรงและมีสุขภาพดี มีความเสียสละเพื่อประโยชน์ส่วนรวม รู้จักเคารพต่อกฎและระเบียบข้อบังคับ รู้จักช่วยเหลือซึ่งกันและกันรู้จักหน้าที่และความรับผิดชอบเป็นสมาชิกของหมู่บ้านและชุมชน เป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี มีบุคลิกภาพที่ดี และมีความรักในชนบทธรรมเนียมและประเพณีของตนเอง

2. หลักการจัดและดำเนินการของโปรแกรมควรจะต้องประกอบด้วย การจัดให้มีสถานที่และอุปกรณ์การพลศึกษาและกีฬาสำหรับหมู่บ้าน มีการสอนพลศึกษาและกีฬาให้แก่เยาวชน มีการแข่งขันระหว่างกันเอง ระหว่างตำบล และอำเภอ มีผู้เชี่ยวชาญเพื่อช่วยทำการฝึกซ้อมให้แก่เยาวชน เผยแพร่คุณค่ากีฬา วิถีดูกีฬา และจัดให้มีการดัดแปลงสิ่งที่มีอยู่ในท้องถิ่นเพื่อใช้เป็นอุปกรณ์พลศึกษาและกีฬาในหมู่บ้าน

3. คุณสมบัติของผู้นำโปรแกรมพลศึกษาและกีฬาควรประกอบด้วย เป็นผู้มีนิสัย ร่าเริง อุดม ใจเย็น มีพฤติกรรมดีเป็นตัวอย่างแก่เยาวชน มีความสามารถเข้ากับบุคคลในหมู่บ้านได้ มีใจกว้างโอบอ้อมอารี ยอมรับความคิดเห็นของเยาวชน เข้าใจเยาวชนวัยต่าง ๆ มีความเข้าใจและมีทักษะในพลศึกษาและกีฬาที่มีความสามารถในการสอน มีอุดมคติและรักในการทำงานกับเยาวชน เข้าใจชนบทธรรมเนียมประเพณีของชนบท และสามารถดัดแปลงสิ่งของหรือสถานที่ ๆ มีอยู่ในชนบท เพื่อใช้สำหรับพลศึกษาและกีฬา

4. สถานที่สำหรับโปรแกรมนั้น ควรเป็นสนามกีฬาของโรงเรียนที่อยู่ใกล้เคียงหรือสถานที่ว่างที่พอหาได้ในหมู่บ้าน และเกณฑ์ที่ใช้ในการเลือกสถานที่นั้นควรจะต้องประกอบด้วย ควรให้มีสถานที่สำหรับพลศึกษาและกีฬาสำหรับทุกหมู่บ้าน สถานที่นั้นควรจะเป็นศูนย์กลางไปมาได้สะดวก มีความปลอดภัยและถูกสุขลักษณะ เป็นที่สามารถสำหรับจัดกิจกรรมได้หลายอย่าง

มีเครื่องอำนวยความสะดวกอย่างอื่น เช่น ห้องน้ำ ห้องเปลี่ยนเครื่องแต่งตัวให้อยู่ใกล้เคียง เป็นที่สามารถควบคุมดูแลได้

มาโนช มิ่งทุม (2526) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการกิจกรรมพลศึกษาของสถานเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กกลางศาลคดีเด็กและเยาวชน" ผลการวิจัยพบว่า

1. จุดมุ่งหมายที่เยาวชนต้องการในการเล่นกีฬาและออกกำลังกายมีอยู่ในระดับมาก คือ ต้องการเล่นเพื่อสุขภาพ ต้องการเล่นกีฬาเป็นแฉะถูกต้อง และรู้จักกติกาของกีฬาต่าง ๆ เพื่อจะได้ดูกีฬาได้เข้าใจ

2. เยาวชนมีความต้องการการจัดการเรียนการสอนพลศึกษาอยู่ในระดับมาก คือให้มีการจัดชั่วโมงเรียนพลศึกษาในสถานฝึกและอบรม โดยเยาวชนชายต้องการเรียนฟุตบอล บิงปอง ตะกร้อ มวยไทย มวยสากล ส่วนเยาวชนหญิงต้องการเรียนวอลเลย์บอล แร้บบอล แบดมินตัน เทนนิส กิจกรรมเข้าจังหวะ จำนวนชั่วโมงเรียน 4 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ โดยจัดเป็นประจำตลอดปี ลักษณะครูพลศึกษาที่เยาวชนต้องการมากที่สุด คือ เป็นผู้ที่ปรับตัวเข้ากับเยาวชนได้ดีและเป็นผู้ที่มีความเมตตา กรุณา เภอชนมีความต้องการมากที่สุดจะให้นิติศึกษาศึกษามาฝึกสอน ผู้เชี่ยวชาญจากภายนอกในกีฬาแต่ละประเภทและอาสาสมัครเข้ามาช่วยสอนพลศึกษา นอกจากนี้ยังต้องการให้สถานฝึก อบรมจัดอุปกรณ์ให้เพียงพอและให้มีสนามกีฬาที่ใช้ในการเรียน พลศึกษาเพิ่มขึ้น

3. เยาวชนต้องการให้มีการฝึก อบรมกิจกรรมพลศึกษา และกีฬาอยู่ในระดับมาก โดยจัดให้มีการฝึกและอบรมครั้งละไม่เกิน 9 วัน และความต้องการให้มีการฝึกฝนก่อนการแข่งขันในกีฬาแต่ละประเภท

4. เยาวชนต้องการให้จัดการแข่งขันกีฬากายใน และภายนอกสถานฝึกและ อบรมอยู่ในระดับมาก โดยจัดให้มีการแข่งขันเดือนละ 1 ครั้ง ประเภทกีฬาที่ต้องการให้มีการจัดการแข่งขัน คือ ฟุตบอล บิงปอง ตะกร้อ มวยไทย - มวยสากล วอลเลย์บอล บาสเกตบอล ให้เยาวชนทุกคน เจ้าหน้าที่และข้าราชการผู้ใหญ่ได้มีส่วนร่วมในการแข่งขันกีฬา นอกจากนี้ เยาวชนยังต้องการให้สถานฝึก อบรมส่งนักกีฬาไปแข่งขันกีฬาที่จัดขึ้น โดยกรมศึกษาหรือ กรุงเทพมหานคร

5. เมื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการของเยาวชนชาย และหญิง พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ยกเว้นกิจกรรมที่ใช้ในการเรียนการสอน การฝึกอบรมและแข่งขัน ลักษณะครูพลศึกษา และการส่งนักกีฬาไปร่วมแข่งขันกีฬาที่จัดขึ้น โดยกรมพลศึกษาหรือกรุงเทพมหานคร

อาภรณ์ มณีโชติ (2538) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การศึกษาความคิดเห็นของเยาวชน และเจ้าหน้าที่ศูนย์เกี่ยวกับการจัดกิจกรรมนันทนาการของศูนย์เยาวชนในเขตกรุงเทพมหานคร" ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ความคิดเห็นของเยาวชนปรากฏว่ามีความคิดเห็นด้านกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับมาก คือ กิจกรรมที่จัดให้บริการตรงกับความต้องการและความสนใจ บรรยากาศในการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นกันเอง มีการแนะนำให้สมาชิกได้ทราบถึงวัตถุประสงค์และความสำคัญของการจัดกิจกรรมมีการจัดกิจกรรมตามกำหนดการที่วางไว้ กิจกรรมที่สามารถนำไปใช้เป็นประโยชน์ได้ กิจกรรมที่จัดสามารถดึงดูดใจให้สมาชิกเข้าไปร่วมกิจกรรม และสมาชิกได้รับความรู้และทักษะจากกิจกรรมที่เข้าร่วม ส่วนเจ้าหน้าที่ศูนย์เยาวชนปรากฏว่ามีความคิดเห็นด้านบุคลากรและด้านกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับมาก คือ เจ้าหน้าที่ที่มีความเป็นกันเองกับผู้มาใช้บริการ ผู้นำกิจกรรมมีความรู้ความสามารถตรงกับกิจกรรมที่จัด มีความสนใจและเอาใจใส่ต่อสมาชิกในขณะร่วมกิจกรรม เจ้าหน้าที่คอยให้คำแนะนำและอำนวยความสะดวกแก่ผู้มาใช้บริการ ผู้นำกิจกรรมมีความกระตือรือร้นในการปฏิบัติงานดี ในด้านกิจกรรมนันทนาการ พบว่า กิจกรรมที่จัดคำนึงถึงผลประโยชน์ที่สมาชิกได้รับ กิจกรรมที่จัดขึ้นในศูนย์มีคุณค่าและให้ประโยชน์แก่สมาชิก บรรยากาศในการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นกันเอง มีการแนะนำให้สมาชิกได้ทราบถึงวัตถุประสงค์และความสำคัญของการจัดกิจกรรม และกิจกรรมที่จัดสอดคล้องกับความต้องการและความสนใจของสมาชิก

2. ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นของเยาวชนและเจ้าหน้าที่ศูนย์เยาวชน เกี่ยวกับ การจัดกิจกรรมนันทนาการพบว่า มีความคิดเห็นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในด้านบุคลากร ด้านกิจกรรมนันทนาการ ด้านการประชาสัมพันธ์ และด้านสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก

สมบัติ กาญจนกิจ (2540) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบและองค์ประกอบศูนย์เยาวชนในระดับต่าง ๆ" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา วิเคราะห์ รูปแบบ และการดำเนินงานศูนย์เยาวชนแห่งประเทศไทย เพื่อนำเสนอนโยบายและมาตรการ รูปแบบ

ศูนย์เยาวชนที่เหมาะสมในระดับต่าง ๆ อันจะนำไปสู่ผลสัมฤทธิ์ของการพัฒนาเยาวชนในอนาคต ผลการวิจัยปรากฏดังนี้

1. รูปแบบศูนย์เยาวชนที่ปรากฏในปัจจุบัน แบ่งออกเป็น 3 รูปแบบ ได้แก่

1.1 ศูนย์เยาวชนในเมือง-นอกเมือง

- นโยบายและเป้าหมาย : เป็นศูนย์กลางเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจของเยาวชน ส่งเสริมกิจกรรม การกีฬาเพื่อมวลชน กีฬาเพื่อสุขภาพ บริการแนะแนวฝึกความรู้และวิชาชีพ กิจกรรมที่ส่งเสริมระเบียบวินัย ขนบธรรมเนียมประเพณี ตลอดจนการส่งเสริม ป้องกัน แก้ไขปัญหาเด็กและเยาวชน เพื่อให้เป็นพลเมืองที่ดี

- ข้อเด่น : เป็นการตอบสนองนโยบายของชาติเป็นแกนกลางประสานงาน และนโยบายภาครัฐและเยาวชน ส่งเสริมการเป็นผู้นำเยาวชนและศูนย์เยาวชนเป็นที่พึ่งของเยาวชนในชุมชนแออัด

- ข้อด้อย : ประสบปัญหาการจัดดำเนินงานขององค์กร เช่น ขาดบุคลากร ขาดงบประมาณ ขาดอาคารสถานที่ สิ่งแวดล้อมไม่อำนวย ขาดการประสานงาน การประชาสัมพันธ์เข้าสู่กลุ่มเยาวชน ตลอดจนกลุ่มเยาวชนมีความสลับซับซ้อน การเคลื่อนย้ายถิ่นฐานจากชนบทสู่เมือง ทำให้ขาดเยาวชนชนบท

1.2 ศูนย์เยาวชนในระบบและนอกระบบ (การศึกษา)

- นโยบายและเป้าหมาย : เป็นศูนย์กลางการจัดกิจกรรมเยาวชน ส่งเสริมหลักสูตรการเรียนการสอน ส่งเสริมการฝึกความรู้และวิชาชีพ เปิดโอกาสให้เยาวชนที่ด้อยโอกาสทางการศึกษา ส่งเสริมการพัฒนาทักษะและประสบการณ์ชีวิต

- ข้อเด่น : เป็นการสนองนโยบายของรัฐ ส่งเสริมการพัฒนาความเจริญเติบโตของเยาวชนอย่างเป็นระเบียบ ส่งเสริมประสบการณ์ชีวิต ลดพฤติกรรมเบี่ยงเบน และไม่พึ่งประสงค์ทางสังคม

- ข้อด้อย : ประสบปัญหาในด้านการจัดดำเนินงาน เช่น ขาดบุคลากร บุคลากรขาดความรู้ ขาดอุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก ขาดอาคารสถานที่ ขาดการประชาสัมพันธ์ การประสานองค์กรต่าง ๆ กิจกรรมถูกจำกัดเฉพาะในหลักสูตร และไม่ได้ตอบสนองความต้องการของเยาวชน

1.3 ศูนย์เยาวชนภาคเอกชน (องค์กรพัฒนาอาสา)

- นโยบายและเป้าหมาย : เพื่อส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชน โดยพัฒนาองค์กรรวม ได้แก่ ด้านร่างกาย สติปัญญา จิตใจ และสังคม ส่งเสริมสงเคราะห์และเป็น

สื่อกลางในการขอให้ความช่วยเหลือแก่เด็กที่อยู่ในภาวะทุพโภชนาการ รมงคให้สาธารณชนได้ตระหนักถึงความสำคัญและคุณภาพชีวิตของเยาวชน

- ข้อเด่น : เป็นศูนย์กลางที่มีรูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมพัฒนาเด็กและเยาวชนอย่างเป็นระบบ ส่งเสริมการพิทักษ์สิทธิเด็ก รมงคให้สังคมเห็นความสำคัญของเด็กและเยาวชน ส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม

- ข้อด้อย : ประสบปัญหาด้านการบริหาร จัดการศูนย์เยาวชน เช่น ขาดงบประมาณ ขาดอาคารสถานที่ และอุปกรณ์ที่ใช้ สิ่งแวดล้อมไม่เอื้ออำนวย ขาดการร่วมมือประสานงานระหว่างองค์กรของรัฐ และภาคเอกชน บุคลากรขาดขวัญกำลังใจ กิจกรรมไม่เหมาะสมและไม่ทันสมัย

กรณีการ ฎุประเสริฐ (2518) ศึกษาอัตราในทัศนของเยาวชนที่ศึกษาในโรงเรียนพุทธศาสนาวินิจฉัย 3 แห่ง โดยใช้มาตรวัดทัศนในทัศนเพียร์-แฮร์ริส พบว่า เยาวชนที่มาจากรอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมระดับกลางมีทัศนในทัศนค่อนข้างสูงกว่าเยาวชนที่มาจากรอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเยาวชนที่เป็นเพศหญิงมีทัศนในทัศนค่อนข้างสูงกว่าเพศชายเกือบทุกด้าน แต่แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นด้านรูปร่างลักษณะและบุคลิกภาพภายนอกเท่านั้นที่พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

กิ่งเพชร ธนะชัยวิบูลย์วัฒน์ (2534) ศึกษาทัศนในทัศนของวัยรุ่นเพศชายที่กระทำผิดกฎหมายในสถานฝึกอบรมของสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก จำนวน 200 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบวัดทัศนในทัศนเทเนลชี และแบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดูของ ซูศรี หนักเพชร และสมพงษ์ ตีรพัฒน์ ผลการวิจัยพบว่าวัยรุ่นเพศชายที่กระทำผิดกฎหมาย ที่บิดามารดาอยู่ร่วมกันมีทัศนในทัศนสูงกว่าวัยรุ่นเพศชายที่กระทำผิดกฎหมายที่บิดามารดาไม่ได้อยู่ร่วมกัน วัยรุ่นเพศชายที่กระทำผิดกฎหมายที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และปล่อยปละละเลย และแบบประชาธิปไตย มีทัศนในทัศนแตกต่างกันอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ในด้านร่างกายส่วนตัว ครอบครัว สังคม ความเป็นเอกลักษณ์พฤติกรรมที่ตนเองแสดงออกและด้านรวม ส่วนด้านศีลธรรมจรรยา วิพากษ์วิจารณ์ตนเองและความพึงพอใจในตนเองไม่แตกต่างกันอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 วัยรุ่นเพศชายที่กระทำผิดกฎหมายครั้งแรกที่อยู่ในสถานฝึกและอบรม ระยะเวลา 1-6 เดือน ระยะเวลากว่า

6 เดือน ถึง 1 ปี และระยะเวลา 1 ปีขึ้นไป มีอัตราในทัศนทั้ง 10 ด้าน ไม่แตกต่างกันอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

ปิยวรรณ บรรจง (2535) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ผลของการฝึกตามโปรแกรมการออกกำลังกายที่มีต่อสมรรถภาพทางกายของผู้ติดเชื้อโรคเอดส์" กลุ่มตัวอย่างประชากรผู้ติดเชื้อโรคเอดส์ในระยะที่ 1 ของชมรมเพื่อนวันพุธ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ และคลินิกนิรนาม สภาสาธารณสุขไทยที่อาสาสมัครเข้าร่วมการวิจัยจำนวน 20 คน ก่อนทำการทดลองได้มีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย แล้วนำค่าสมรรถภาพการจับออกซิเจนสูงสุดมาจัดกลุ่มโดยวิธีจัดกลุ่ม (Method group) แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 10 คน กลุ่มที่ 1 กลุ่มออกกำลังกายฝึกออกกำลังกายตามโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โปรแกรมประกอบด้วย 3 กิจกรรม คือ แอโรบิคแดนซ์ เดิน-วิ่ง และซิทอัพอยู่กับที่ ใช้ความหนักของการออกกำลังกาย 70 เปอร์เซ็นต์ของอัตราการเต้นของหัวใจสูงสุดของบุคคลแต่ละบุคคลใช้เวลาในการฝึก 10 สัปดาห์ ๆ ละ 3 วัน ๆ ละ 30 นาที กลุ่มที่ 2 กลุ่มไม่ออกกำลังกาย ปฏิบัติภารกิจประจำวันตามปกติ หลังจากทำการทดสอบสมรรถภาพทางกาย แล้วนำผลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบผลด้วยค่า "ที" (t-test) ที่ระดับนัยสำคัญ .05 ผลการวิจัยพบว่า

1. กลุ่มออกกำลังกายมีค่าสมรรถภาพการจับออกซิเจนสูงสุดและค่าความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหลังการทดลองเพิ่มขึ้นแตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05
2. กลุ่มไม่ออกกำลังกายมีค่าสมรรถภาพการจับออกซิเจน และค่าความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ หลังการทดลองไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05
3. การเปรียบเทียบค่าสมรรถภาพการจับออกซิเจนสูงสุดและค่าความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหลังจากการทดลองของทั้ง 2 กลุ่ม กลุ่มออกกำลังกายมีค่ามากกว่ากลุ่มไม่ออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ภาสวรรณ พันธุมะบำรุง (2535) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ผลของการเข้าร่วมในโปรแกรมการออกกำลังกาย และโปรแกรมนันทนาการ ที่มีต่อความวิตกกังวลของผู้ติดเชื้อโรคเอดส์" หลังจากการเข้าร่วมในโปรแกรมการออกกำลังกาย และโปรแกรมนันทนาการ และเพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ และตามลักษณะประจำตัวบุคคลของผู้ติดเชื้อโรคเอดส์หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการออกกำลังกายและโปรแกรมนันทนาการ กลุ่มตัวอย่างประชากรผู้ติดเชื้อโรคเอดส์เพศชายในระยะที่ 1 ของชมรมเพื่อนวันพุธ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ และคลินิกนิรนาม สภาสาธารณสุขไทย ที่อาสาสมัครเข้าร่วมการวิจัยจำนวน 20 คน ก่อนการวิจัยได้มี

การทดสอบความวิตกกังวลโดยใช้แบบทดสอบของสปีลเบิร์กเกอร์ (Spieberger) ฉบับภาษาไทย แล้วนำคะแนนมาจับกลุ่ม โดยวิธีจับกลุ่ม (Matched Group) ประกอบด้วย 2 กิจกรรม คือ เดิน วิ่งและขี่จักรยานอยู่กับที่ใช้ความหนัก 70 เปอร์เซ็นต์ของอัตราการเต้นของหัวใจสูงสุดของแต่ละบุคคล ใช้เวลาในการฝึก 10 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 30 นาที กลุ่มที่ 2 กลุ่มนันทนาการ ร่วมโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการตามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ผลการวิจัยมีดังนี้

1. ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มออกกำลังกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05
2. ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวล ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มนันทนาการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05
3. ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวล หลังการทดลอง ของกลุ่มออกกำลังกาย และกลุ่มนันทนาการ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

วิจัย คำทอง (2524) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "สมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษาในเขตการศึกษา 10" วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสมรรถภาพทางกายและสร้างเกณฑ์ปกติวิสัยสมรรถภาพทางกายของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษากับโรงเรียนเทศบาลในเขตการศึกษา 10 โดยใช้แบบทดสอบสมรรถภาพทางกายมาตรฐานระหว่างประเทศ สุ่มตัวอย่างโดยวิธีสุ่มแบบแบ่งกลุ่มเป็นกลุ่ม กลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนทั้งสิ้น 960 คน เป็นนักเรียนชายและนักเรียนหญิงในแต่ละระดับชั้นจำนวนแห่งละเท่า ๆ กัน วิเคราะห์ข้อมูลการทดสอบโดยเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและแปลงคะแนนดิบเป็นคะแนน "ที" ปกติ ผลการวิจัยพบว่านักเรียน อายุ 12 ปี มีน้ำหนักเฉลี่ย 38.8 กิโลกรัม มีส่วนสูงเฉลี่ย 148.74 เซนติเมตร วิ่ง 50 เมตร มีค่าเฉลี่ย 9.82 วินาที ยืนกระโดดไกล มีค่าเฉลี่ย 144.75 ครั้ง งอแขนห้อยตัว มีค่าเฉลี่ย 3.93 วินาที วิ่งเก็บของ มีค่าเฉลี่ย 13.06 วินาที วิ่งทางไกล 800 เมตร มีค่าเฉลี่ย 4.45 นาที งอตัวข้างหน้า มีค่าเฉลี่ย 5.95 เซนติเมตร

กีรพันธ์ แก่นจันทร์หอม (2538) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "ความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพทางกายกับอึดมโนทัศน์ของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี" โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของสมรรถภาพทางกายและอึดมโนทัศน์ระหว่างนักเรียนชายและหญิง โดยใช้กลุ่มตัวอย่างประชากรซึ่งเป็นนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี รุ่นที่ 1 ปีการศึกษา 2534 ชาย 45 คน หญิง 27 คน ผลการวิจัยพบว่าความสัมพันธ์ระหว่างสมรรถภาพทางกายกับอึดมโนทัศน์ของนักเรียนชาย และนักเรียนหญิงไม่มีความสัมพันธ์กัน

นักเรียนชายและนักเรียนหญิงมีสมรรถภาพทางกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในรายการวิ่งหรือวิ่ง 1 ไมล์ นิ่งก้มตัวไปข้างหน้า ดึงข้อมือ ผลรวมความหนาของไขมันใต้ผิวหนัง ส่วนสมรรถภาพทางกายรายการลูก – นิ่ง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนอึดมโนทัศน์ของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กิตติพงษ์ เทียนตระกูล (2521) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ผลของการสอนทักษะกีฬาที่มีต่ออึดมโนทัศน์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา” โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 27 คน แบ่งกลุ่มตัวอย่างประชากรออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่มีทักษะเก่ง ปานกลาง และอ่อน ทำการทดลองเป็นเวลา 6 สัปดาห์ผลการวิจัยพบว่า ทักษะกีฬาแบบดมินตัน และอึดมโนทัศน์ของกลุ่มตัวอย่างประชากรแต่ละกลุ่มดีขึ้นจากเดิมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

เสริมพงษ์ ศิริสุขเจริญพร (2524) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ผลของการสอนทักษะกีฬา วอลเลย์บอลที่มีต่ออึดมโนทัศน์ของนักเรียนหญิงระดับมัธยมศึกษา” กลุ่มตัวอย่างประชากรเป็นนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนพิบูลประชาสรรค์ จำนวน 45 คน แบ่งกลุ่มตัวอย่างประชากรออกเป็น 3 กลุ่มคือ กลุ่มที่มีทักษะเก่ง ปานกลาง และอ่อน กลุ่มละ 15 คนทำการสอนเป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่า การสอนทักษะกีฬา วอลเลย์บอลทำให้นักเรียนหญิงในระดับมัศึกษามีอึดมโนทัศน์ดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และผลของการสอนทักษะ วอลเลย์บอลของนักเรียนหญิงที่มีทักษะกีฬาแตกต่างกัน ไม่มีผลต่ออึดมโนทัศน์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พิทักษ์ ศรชัย (2535) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ผลของการฝึกอึดมโนทัศน์ของนักกีฬา โดยใช้กระบวนการ Sensitivity Training” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการฝึกโดยใช้กระบวนการการสัมผัส (Sensitivity Training) ที่มีต่ออึดมโนทัศน์ของนักกีฬาประเภททีม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาประเภททีม ซึ่งเป็นตัวแทนของสถาบันเทคโนโลยี การเกษตรแม่โจ้ ทั้งเพศหญิงและชาย โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 18 คน เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูลเป็นแบบทดสอบทักษะและทัศนคติส่วนบุคคลของ ดร.ทศนา แรมมณี ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการทดสอบค่าที (t-test) ผลการวิจัยพบว่า หลังจากนักกีฬาในกลุ่มทดลองเข้ารับการฝึกอึดมโนทัศน์โดยใช้กระบวนการการสัมผัส (Sensitivity Training) เป็นเวลา 5 วันแล้ว อึดมโนทัศน์ของนักกีฬาใน

กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อเวลาผ่านไป 1 เดือน พบว่าอัตมโนทัศน์ของนักกีฬาทั้งสองกลุ่มยังคงแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ยวดี ลักษณะพิสุทธิ (2541) ได้ทำการวิจัยเรื่อง " ผลของการสอนวิชาพลศึกษา - กระบี่ที่มีต่ออัตมโนทัศน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเบญจมราชูทิศ " โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลของการสอนวิชาพลศึกษา - กระบี่ที่มีต่ออัตมโนทัศน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2540 จำนวน 459 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสำรวจไปให้กลุ่มตัวอย่างตอบจำนวน 224 ชุด ก่อนการสอนวิชาพลศึกษา - กระบี่และหลังการสอนวิชาพลศึกษา - กระบี่ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์โปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์ โดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่า "ที" วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ด้วยวิธีของ เชฟเฟ (Scheffe) ผลการวิจัยปรากฏว่า ผลการสอนวิชาพลศึกษา - กระบี่ทำให้อัตมโนทัศน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนเบญจมราชูทิศดีขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ

เพียร์ส และแฮร์ริส (Piers and Harris , 1964) ได้สร้างแบบทดสอบที่มีชื่อเสียงมากฉบับหนึ่งเป็นแบบทดสอบวัดมโนภาพแห่งตน (The Piers - Harris Self - Concept Scale) สำหรับเด็กอายุระหว่าง 8 - 16 ปี โดยนำคุณลักษณะของเด็กที่ได้จากการสำรวจของ เจอร์วิลด์ มาเขียนประโยคบอกเล่าครอบคลุมลักษณะเกี่ยวกับตนทั้งในทางบวกและทางลบ จำนวนเท่าๆ กัน ซึ่งแต่ละประโยคจะมีระดับความเข้มของการประเมินมโนภาพแห่งตนแตกต่างกัน เพียร์สและแฮร์ริส ได้จัดแบ่งข้อความในแบบวัดนี้ออกเป็น 7 องค์ประกอบ 7 องค์ประกอบ คือแสดงลักษณะทางด้านพฤติกรรมทางสังคม แสดงลักษณะทางสติปัญญาและสถานภาพในโรงเรียน แสดงลักษณะทางรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ แสดงลักษณะทางความวิตกกังวล แสดงลักษณะความเป็นที่น่านิยมแสดงลักษณะทางความสุขและความพอใจ และแสดงลักษณะที่เป็นส่วนรวมข้อความแต่ละข้อความของแบบทดสอบมีคำตอบ 2 คำตอบ คือ จริงและไม่จริง ผู้ตอบแบบทดสอบต้องเลือกคำตอบเพียงคำตอบเดียว คือ ถ้าข้อความตรงกับความจริงของผู้ตอบก็ให้เขียนเครื่องหมาย / ในช่องจริงและถ้าข้อความใดไม่ตรงกับความเป็นจริงของผู้ตอบก็ให้ทำเครื่องหมาย / ในช่องไม่จริง สำหรับการให้คะแนน ถ้าคำตอบข้อใดแสดงว่าบุคคลนั้นมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองในทางบวก

ข้อนั้นจะได้ 1 คะแนนและจะไม่ได้คะแนน และถ้าคำตอบข้อใดแสดงว่าบุคคลนั้นมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองในทางบวก ข้อนั้นก็จะได้คะแนน แบบทดสอบฉบับนี้หาค่าความเชื่อมั่นแบบตอบซ้ำได้ 0.77

บราวน์ (Brown , 1994) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การจัดดำเนินงานศูนย์กลางกักกันเด็ก : กรณีศึกษาของศูนย์กลางการพัฒนาของเบนซาเล็ม " เพื่อศึกษาถึงความเข้าใจและการจัดโปรแกรมสำหรับวัยรุ่นที่ถูกกักขัง การทำวิจัยครั้งนี้เป็นการรวบรวมข้อมูลจากการจัดองค์กรโดยการใช้เทคนิคทางมนุษยวิทยา เป็นการสังเกตผู้มีส่วนร่วมในช่วงระยะนั้น และการวิเคราะห์เหตุการณ์ และการสัมภาษณ์ เพื่ออธิบายถึงวัฒนธรรม ผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่า ศูนย์กลางการพัฒนาเด็ก ถูกแบ่งแยกออกเป็น 2 วัฒนธรรม ซึ่งขาดการประสานงานกัน จุดเน้นของการศึกษานี้ สภาพการจัดองค์กรของศูนย์เยาวชนได้รับการพัฒนาในรูปแบบของคุณค่าความเชื่อ และพฤติกรรมภายใน 2 วัฒนธรรมนี้

ดาเวย์ (Davey , 1987) ได้ศึกษาผลของการออกกำลังกายโดยการวิ่งเหยาะและการเดินที่มีต่อระบบไหลเวียนโลหิต มโนทัศน์แห่งตน (Self-concept) และภาพลักษณ์เกี่ยวกับคน (Body Image) ของผู้ใหญ่ที่ปัญญาอ่อนอย่างอ่อน ๆ มีผู้เข้ารับการทดลอง จำนวน 33 คน (ชาย 22 คน หญิง 11 คน) อายุตั้งแต่ 21-46 ปี ระดับสติปัญญา (IQ) อยู่ระหว่าง 52-69 การทดสอบระบบไหลเวียนโลหิตใช้การทดสอบของคูเปอร์ (Cooper Test) กับจักรยานวัดงาน (PWC 170) โดยมีตัวแปร คือ ชีพจรขณะพัก , ความดันโลหิต , การระบบการจับออกซิเจนสูงสุด (Max VO₂) และระดับความหนักของงาน (Workload) มโนทัศน์แห่งตนใช้แบบวัดของปีแอร์-แฮริส (Piers-Harris Children's Self -Concept Scale) ส่วนภาพลักษณ์เกี่ยวกับคนก็ใช้วัดอีกแบบหนึ่งของปีแอร์-แฮริส (Physical Appearance and Attitude sub scale of the Pier-Harris) แบ่งผู้รับการทดลองเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ให้กลุ่มควบคุมปฏิบัติตามปกติในขณะที่กลุ่มทดลองให้ออกกำลังกายโดยการเดินและวิ่งเหยาะเป็นเวลา 8 สัปดาห์ๆ ละ 5 วัน ๆ ละ 5 นาที ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 เฉพาะด้านการไหลเวียนโลหิตในระดับความหนักของงานและระดับการจับออกซิเจนสูงสุด รวมทั้งด้านภาพพจน์เกี่ยวกับตน มโนทัศน์แห่งตนชีพจรขณะพัก และความดันโลหิตไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในด้านการจับออกซิเจนสูงสุด

ฟรายเดย์ (Friday, 1988) ได้ศึกษาผลการออกกำลังกายแบบแอโรบิคและการนำบัตรทางภูมิปัญญาที่มีต่อระบบสรีรวิทยาและจิตวิทยาในเยาวชนชายที่มีปัญหา ผู้รับการทดลองเป็นนักเรียนชาย ที่มีอายุระหว่าง 14-18 ปี จำนวน 130 คน แบ่งแยกเด็กเหล่านี้ออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มแรกให้ออกกำลังกายแบบแอโรบิคร่วมกับการนำบัตรภูมิปัญญา กลุ่มที่ 2 ให้ออกกำลังกายแบบแอโรบิคร่วมกับการเล่นกีฬาบาสเกตบอลกลุ่มที่ 3 ให้รับการนำบัตรภูมิปัญญาเพียงอย่างเดียว และกลุ่มสุดท้ายเป็นกลุ่มควบคุม กลุ่มที่ 1-3 จะให้ปฏิบัติเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ๆ ละ 3 วัน ๆ ละ 45 นาที โดยจะทดสอบก่อนและหลังการปฏิบัติ ตัวแปรทางสรีระจะศึกษาผลจากชีพจรขณะพักและขณะออกกำลังกาย รวมทั้งความดันโลหิตเมื่อหัวใจบีบตัวและคลายตัว ส่วนตัวแปรทางจิตวิทยาจะศึกษาจากมโนทัศน์แห่งตนซึ่งใช้แบบวัดของปีแอร์ - แฮร์ริส (Piers-Harris Children's Self Locus of Control Scale) ผลการวิจัยพบว่า ในด้านร่างกายของเยาวชนที่ได้ออกกำลังกายแบบแอโรบิคทั้งกลุ่มที่ 1 และ 2 จะมีสมรรถภาพทางร่างกายพัฒนาดีขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับอีก 2 กลุ่ม ซึ่งไม่ใช่กลุ่มแอโรบิค ส่วนในด้านจิตใจพบว่า ใน 3 กลุ่มแรก ซึ่งเป็นกลุ่มทดลองมโนทัศน์แห่งตนและการควบคุมตนเองพัฒนาขึ้นเมื่อเทียบกับกลุ่มควบคุม สำหรับคะแนนพฤติกรรมต่าง ๆ นั้นไม่มีความแตกต่างกันในทุก ๆ กลุ่ม

บอล (Boll, 1989) ได้ทำการวิจัยเรื่อง "การพัฒนาเยาวชน : กรณีศึกษาจากประเทศฮอนดูรัส" โดยศึกษาจากเอกสาร จากประสบการณ์ของอาสาสมัครองค์กร (Peace Corp) ผู้ซึ่งได้ไปทำงานเป็นอาสาสมัครในค่ายเยาวชนซึ่งด้อยโอกาสในประเทศฮอนดูรัส อาสาสมัครพัฒนาเยาวชนนี้ให้บริการด้านการศึกษา, การนันทนาการ, ให้ข่าวสารการศึกษาและให้คำปรึกษา อาสาสมัครได้รับมอบหมายให้ก่อตั้งศูนย์เยาวชนขึ้น เพื่อให้เป็นที่อยู่อาศัยแก่ผู้ไร้ที่อยู่ เด็กที่ถูกทารุณ หรือเด็กที่ถูกทอดทิ้ง โดยอาสาสมัครจะได้ทำงานอย่างใกล้ชิดกับประเทศเจ้าของที่มีจุดประสงค์เดียวกัน อาสาสมัครแต่ละคนจะนำทฤษฎีปฏิบัติที่ดีและเหมาะสมมาปฏิบัติ โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของการสำรวจภาคสนาม ในการพัฒนาเด็ก และประสบการณ์ส่วนบุคคล โปรแกรมสำหรับการอยู่อาศัยส่วนใหญ่สำหรับเยาวชนที่ไร้ที่อยู่นั้น เป็นเด็กซึ่งถูกแยกจากครอบครัว และเป็นเด็กในวัยใกล้เคียงกัน ซึ่งทำให้ปัญหานั้นแย่งลง ดังนั้นพวกอาสาสมัครจึงได้รับมอบหมายให้มาช่วยเหลือและสนับสนุนเรื่องยา ในส่วนของกรณีการเรียนรู้ในการศึกษานั้น โปรแกรมการศึกษาเกี่ยวกับอาชีพ จะเป็นแนวหลักใหญ่ซึ่งอยู่ในโปรแกรมการให้ที่อยู่อาศัย แต่อย่างไรก็ตามโครงการกระจายรายได้ ที่ใช้แรงงานเด็กนั้นจะต้องระมัดระวังในการเริ่มต้น ส่วนสำคัญในการที่จะส่งเสริมและพัฒนาเด็ก ก็คือ การนันทนาการและทักษะการใช้เวลาว่าง ซึ่งจะมีโปรแกรมพิเศษที่ตามมาได้แก่ 1. โครงการเลี้ยงแกะและสวน 2. โครงการเสริมสร้างกำลัง

เยาวชน 3. ห้องสมุด 4. โครงการอ่าน 5. การเพิ่มเงินช่วยเหลือ 6. การศึกษาสิ่งแวดล้อม
7. คลับเฮาส์ และ 8. การดูแลเด็กอย่างไรก็ตาม ทฤษฎีความแตกต่างในการคบค้าสมาคมนั้น
ความโน้มเอียงไปในทางเป็นปฏิปักษ์ทางกฎหมาย เป็นผลจากการคบค้าสมาคมกับผู้มีความ
ประพฤติเบี่ยงเบนการคบค้าสมาคมกับผู้มีความประพฤติเบี่ยงเบน รวมถึงการรับรู้เอาความรู้สึก
ที่ว่าการกระทำผิดให้คุณค่ามาจากกลุ่มเพื่อนที่ใกล้ชิดในการศึกษาเยาวชน กระทำผิดกฎหมายใน
สหรัฐอเมริกา พบว่าเด็กและเยาวชนกระทำผิดส่วนใหญ่เป็นกลุ่มแม้ว่าลักษณะการทำผิดเป็น
กลุ่มอาจแตกต่างกันบ้างตามประเภทการกระทำผิด

คาเมอรัอน (Cameron 1946) ศึกษาพบว่า เยาวชนที่กระทำผิดด้วยการลักทรัพย์
ที่มีความชำนาญลักทรัพย์ด้วยตนเองตามลำพังแต่พวกที่ยังอ่อนหัดส่วนใหญ่ร่วมกับเพื่อนและเมื่อ
ตนได้รับการฝึกฝนและถ่ายทอดให้มีความรู้สึกไม่วิตกกังวลหรือสบายใจแล้วจึงลักขโมยตามลำพัง
การถ่ายทอดความรู้สึกเช่นนี้ เป็นการสร้างให้ผู้อ่อนหัดมีความโน้มเอียงไปในทางเป็นปฏิปักษ์ต่อ
กฎหมาย ดังนั้นจึงเห็นได้ว่าความโน้มเอียงไปในทางเป็นปฏิปักษ์ต่อกฎหมายมีความสัมพันธ์ใกล้ชิด
ชิดกับการที่มีเพื่อนกระทำผิดด้วย

โรเจอร์ส (Rogers 1977) ได้ศึกษาเด็กนักเรียนโดยถามว่าทำไมเขาไม่กระทำผิด
กฎหมายหรือประกอบอาชญากรรม เด็กส่วนใหญ่ตอบว่า เพราะบิดามารดาสอนว่าอะไรถูก
อะไรผิด และได้แสดงตนเป็นแบบอย่างของการทำงานหนักและซื่อสัตย์ นอกจากนี้ยังกล่าวว่
บิดามารดาของตนได้สอนค่านิยมที่ควรปฏิบัติ และการไม่กระทำผิดกฎหมายเพราะเชื่อว่าค่านิยม
เหล่านั้นเป็นสิ่งที่ดี ไม่ใช่เพราะกลัวการลงโทษ ซึ่งแสดงว่านักเรียนไม่มีความโน้มเอียงไปในทาง
เป็นปฏิปักษ์ต่อกฎหมาย

คอนเฟสเซอร์ (Confessor, 1990) ได้ศึกษาสมรรถภาพทางกายของเด็กและ
เยาวชนของชาติ โดยเปรียบเทียบกับนิสัยการมีพฤติกรรมทางกาย (Physical Activity Habits)
การทดสอบสมรรถภาพทางกาย ที่นำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ การทดสอบความสามารถในการ
สร้างพลังงานแบบแอโรบิค (Aerobic Capacity) โดยใช้เกณฑ์ของแบบทดสอบฟิตเนสแกรม
(Fitnessgram) และแบบทดสอบฟิสิกอลเบสท์ (Physical Best) เยาวชนดังกล่าวเป็นเพศ
ชาย 3,280 คน และเป็นเพศหญิง 1,433 คน ทั้งหมดจะถูกสำรวจการมีกิจกรรมทางกายและ
ทดสอบเดิน/วิ่ง 1 ไมล์จากการทดสอบเดิน/วิ่ง 1 ไมล์ จะแบ่งเด็กและเยาวชนเหล่านี้ออกเป็น 3
กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 ประกอบด้วยเด็กและเยาวชนที่ไม่สามารถผ่านเกณฑ์การทดสอบความ

สามารถผ่านเกณฑ์การทดสอบความสามารถในการสร้างพลังงานแบบแอโรบิกกลุ่มที่ 2 ประกอบด้วยเด็กและเยาวชนที่สามารถผ่านเกณฑ์เดิน/วิ่งของแบบทดสอบฟิตเนสแกรม (Fitnessgram) แต่ไม่สามารถผ่านเกณฑ์เดิน / วิ่ง 1 ไมล์ของแบบทดสอบฟิสิกอล เบสท์ (Physical Best) กลุ่มที่ 3 ประกอบด้วยเด็กและเยาวชนที่สามารถผ่านเกณฑ์การเดิน/วิ่ง 1 ไมล์ ของแบบทดสอบฟิสิกอล เบสท์ (Physical Best) แต่คะแนนไม่ถึงเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 7 ผลการวิจัยพบว่า

1. เด็กและเยาวชนที่ผ่านเกณฑ์การทดสอบความสามารถในการสร้างพลังงานแบบแอโรบิกจะถูกจำแนกกลุ่ม โดยวิธีทางสถิติ ออกจากกลุ่มที่ไม่ค่อยมีกิจกรรมทางกาย
2. เด็กและเยาวชนที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกายอย่างสม่ำเสมอจะถูกจำแนกกลุ่ม โดยวิธีทางสถิติ ออกจากกลุ่มที่ไม่ค่อยมีกิจกรรมทางกาย
3. กิจกรรมทางกายนอกห้องเรียนหรือการออกกำลังกายนอกชั่วโมงเรียนพลศึกษา เป็นตัวแปรสำคัญที่จะจำแนกกลุ่มของผลการวิจัยข้อ 2
4. การทดสอบความสามารถในการสร้างพลังงานแบบแอโรบิก โดยใช้แบบทดสอบ ฟิสิกอล เบสท์ (Physical Best) จะทำให้สามารถจำแนกกลุ่ม โดยวิธีทางสถิติของเด็กและ เยาวชนที่มีความสามารถในการสร้างพลังงานแบบแอโรบิกดีและไม่ดี (Fit and Unfit) ออกจากกัน

ลูนี และ โพลว์แมน (Loony and Plowman, 1990) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องอัตราการ ผ่านเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพร่างกาย (Fitnessgram Criterion Scores) ของเด็กและเยาวชน อเมริกา โดยมีวัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาเปอร์เซ็นต์ของนักเรียนอายุ 6-18 ปี ที่สามารถผ่านอัตราการผ่านเกณฑ์ การทดสอบสมรรถภาพทางกาย ซึ่งมีรายการทดสอบดังนี้
 - เปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกาย (Percent Body Fat)
 - ดรรชนีมวลของร่างกาย (Body Mass Index)
 - วิ่ง 1 ไมล์ (1 Mile Run)
 - ลุก-นั่ง (Sit-ups)
 - ดึงข้อ (Pull-ups)
 - นั่งอตัวไปข้างหน้า (Sit and Reach)
2. เพื่อหาเทคนิควิธีการเสริมสร้างสมรรถภาพทางร่างกายให้กับนักเรียนที่ทดสอบไม่ ผ่านเกณฑ์ ซึ่งกลุ่มนักเรียนดังกล่าวแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่มีความกระฉับกระเฉง (Active) และกลุ่มที่ไม่กระฉับกระเฉง (Inactive) ผลการวิจัยพบว่าเด็กและเยาวชนชาวอเมริกัน ส่วนใหญ่สามารถผ่านเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพทางกายในรายการต่าง ๆ เรียงลำดับดังต่อไปนี้

นี่คือ รายการทดสอบนั่งอตัวด้านหน้า เพศชายผ่านเกณฑ์ร้อยละ 90 เพศหญิงผ่านเกณฑ์ร้อยละ 97 การวัดเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกาย เพศชายผ่านเกณฑ์ร้อยละ 89 เพศหญิงผ่านเกณฑ์ร้อยละ 91 การวัดความถี่มวลของร่างกาย ผู้ชายผ่านเกณฑ์ร้อยละ 88 เพศหญิงผ่านเกณฑ์ร้อยละ 60 ลูก - นิ่ง เพศชายผ่านเกณฑ์ร้อยละ 65 เพศหญิงผ่านเกณฑ์ร้อยละ 57 และดึงข้อ เพศชายผ่านเกณฑ์ร้อยละ 73 เพศหญิงผ่านเกณฑ์ร้อยละ 32



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย