Chulalongkorn University
Chula Digital Collections

Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD)

2018

ผลของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5

วรัฐา นพพรเจริญกุล
คณะครุศาสตร์

Follow this and additional works at: https://digital.car.chula.ac.th/chulaetd

Part of the Educational Psychology Commons

Recommended Citation

นพพรเจริญกุล, วรัฐา, "ผลของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5" (2018). *Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD)*. 2893.
https://digital.car.chula.ac.th/chulaetd/2893

This Thesis is brought to you for free and open access by Chula Digital Collections. It has been accepted for inclusion in Chulalongkorn University Theses and Dissertations (Chula ETD) by an authorized administrator of Chula Digital Collections. For more information, please contact ChulaDC@car.chula.ac.th.

ผลของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5

น.ส.วรัฐา นพพรเจริญกุล

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2561

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF FUTURE ORIENTATION PROGRAM ON ADVERSITY QUOTIENT OF FIFTH GRADE STUDENTS

Miss Warruththa Nopporn chrenkul

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education in Educational Psychology
Department of Educational Research and Psychology
Faculty of Education
Chulalongkorn University
Academic Year 2018

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	ผลของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5
โดย	น.ส.วรัฐา นพพรเจริญกุล
สาขาวิชา	จิตวิทยาการศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

..... คณบดีคณะครุศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร.ศิริเดช สุชีวะ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชุติมา สุรเศรษฐ)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร.ฉัฐวีณ์ สิทธิ์ศิรอรรถ)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

วรัฐา นพพรเจริญกุล : ผลของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5. (EFFECTS OF FUTURE ORIENTATION PROGRAM ON ADVERSITY QUOTIENT OF FIFTH GRADE STUDENTS) อ.ที่ปรึกษาหลัก : ผศ. ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดสำนักบริหารงาน คณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร เขต 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 60 คน เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยคือ โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต และแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค การเก็บรวบรวมข้อมูลแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (Independent t-test) และสถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA)

ผลการวิจัยพบว่า 1) หลังจากได้รับโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

สาขาวิชา	จิตวิทยาการศึกษา	ลายมือชื่อนิสิต .....
ปีการศึกษา	2561	ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก .....

6083348827 : MAJOR EDUCATIONAL PSYCHOLOGY
KEYWORD: Adversity quotient, Future Orientation

Warruththa Nopporchrenkul : EFFECTS OF FUTURE ORIENTATION PROGRAM ON ADVERSITY QUOTIENT OF FIFTH GRADE STUDENTS. Advisor: Asst. Prof. Piyawan Visessuvanapoom, Ph.D.

The purpose of this research was to study effects of future orientation program on adversity quotient of fifth graded students. Subjects consisted of 60 students semester 2 and academic year 2018 from Office of the Private Education Commission school. Instruments used in this study included a future orientation program and an adversity quotient test. Data collection consisted of 3 phases: pretest, posttest and delayed posttest. Data was analyzed employing independent t-test and One-way Repeated Measures (ANOVA).

Findings were as follows: 1) After receiving the future orientation program, experimental group students had posttest scores and delayed-posttest scores of the adversity quotient test significantly higher than their pretest scores at the .05 level of significance. 2) Experimental group students had posttest and delayed-posttest scores of adversity quotient test significantly higher than those of the control group at the .05 level of significance.

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

Field of Study:	Educational Psychology	Student's Signature .....
Academic Year:	2018	Advisor's Signature .....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ต้องขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่กรุณาให้ความรู้ ความช่วยเหลือ สละเวลาในการให้คำปรึกษา และแนะนำแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขตลอดระยะเวลาในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชุติมา สุรเศรษฐ ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์ ดร.ฉัฐวีณ์ สิทธิ์ศิรอรรถ กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่ได้ให้ความเมตตา ความรู้คำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไขวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีความถูกต้องและมีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ช่วยตรวจสอบเครื่องมือในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ และช่วยให้คำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไขพัฒนาเครื่องมือที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการ และนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดสำนักบริหารงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร เขต 2 กรุงเทพมหานคร ที่ได้ให้ความร่วมมืออย่างดีในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณเพื่อน ๆ พี่น้อง สาขาจิตวิทยาการศึกษาทุกคน ที่ให้ความช่วยเหลือ ให้คำปรึกษา และเป็นกำลังใจที่ดีตลอดเวลาในการทำวิจัยครั้งนี้

สุดท้ายนี้ ขอขอบพระคุณครอบครัว และญาติพี่น้องทุกคน ที่คอยให้ความช่วยเหลือ ส่งเสริมและสนับสนุนการศึกษาและการทำวิทยานิพนธ์ในทุก ๆ ด้านจนสามารถสำเร็จการศึกษา และผู้วิจัยขอระลึกถึงพระคุณของครูอาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสาทวิชาความรู้และอบรมสั่งสอนผู้วิจัยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

วรัฐา นพพรเจริญกุล

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย ..... ง

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ ..... จ

กิตติกรรมประกาศ ..... ฉ

สารบัญ ..... ช

สารบัญตาราง ..... ญ

สารบัญแผนภาพ ..... ฎ

บทที่ 1 บทนำ 1

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา 1

คำถามวิจัย 7

วัตถุประสงค์ของการวิจัย 7

สมมุติฐานการวิจัย 7

ขอบเขตของการวิจัย 7

คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย 9

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ 10

บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 11

ตอนที่ 1 ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค 12

1.1 ความหมายของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค 12

1.2 ความสำคัญของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค 13

1.3 แนวคิดพื้นฐานของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค 15

1.4 องค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค 18

1.5 การพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค 20

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

1.6 การวัดความสามารถในการเผชิญละฟันฝ่าอุปสรรค 21
1.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค 25
ตอนที่ 2 ลักษณะมุ่งอนาคต 29
2.1 ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต 29
2.2 ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต 30
2.3 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับลักษณะมุ่งอนาคต 31
2.4 ปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคต 39
2.5 การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต 40
2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวกับลักษณะมุ่งอนาคต 44
ตอนที่ 3 การนำแนวคิดการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค 47
ตอนที่ 4 พัฒนาการวัยรุ่นตอนต้น 50
ตอนที่ 5 กรอบแนวคิดการวิจัย 52
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย 55
ตอนที่ 1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง 55
ตอนที่ 2 การออกแบบการวิจัย 56
ตอนที่ 3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 57
ตอนที่ 4 การดำเนินการ และเก็บรวบรวมข้อมูล 63
ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ข้อมูล 64
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล 65
ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 66
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA) 67

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (Independent t -test) 71

บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ 75

สรุปผลการวิจัย 75

ข้อเสนอแนะ 81

บรรณานุกรม 83

ภาคผนวก 92

ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ 93

ภาคผนวก ข หนังสือขอความร่วมมือในการวิจัย 94

ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 98

ภาคผนวก ง ผลการประเมินความตรงเชิงเนื้อหาของ แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค และโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต 153

ค่าดัชนีความสอดคล้องแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค 154

ภาคผนวก จ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล 156

ประวัติผู้เขียน 167

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 2.1 ตัวอย่างการเปรียบเทียบลักษณะของมาตรวัดการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคที่พัฒนาโดยนักวิจัยต่างประเทศและในประเทศ 25

ตารางที่ 2.2 การประยุกต์แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้ในการพัฒนาโปรแกรมพัฒนา ลักษณะมุ่งอนาคต 39

ตารางที่ 2.3 การสังเคราะห์กระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต 42

ตารางที่ 2.4 การสังเคราะห์แนวคิดการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค 48

ตารางที่ 3.1 จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย 56

ตารางที่ 3.2 รายละเอียดของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต 59

ตารางที่ 3.3 ค่าความเที่ยงทั้งฉบับและค่าความเที่ยงรายด้านของแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค 63

ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามเพศ 66

ตารางที่ 4.2 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) จำนวนคน (N) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล 66

ตารางที่ 4.3 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลองระหว่างการวัดในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลด้วยสถิติ Mauchly's W 68

ตารางที่ 4.4 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลองระหว่างการวัดในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลด้วยสถิติ Sphericity Assumed 68

ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลองระหว่างการวัดในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลด้วยการวิเคราะห์ Pairwise Comparisons 70

ตารางที่ 4.6 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคระยะหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 72

ตารางที่ 4.7 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะติดตามผลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม..... 74

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

สารบัญแผนภาพ

หน้า

แผนภาพที่ 2.1 ต้นไม้แห่งความสำเร็จ Stoltz 14

แผนภาพที่ 2.2 กรอบแนวคิดพื้นฐานของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค 18

แผนภาพที่ 2.3 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรม สิ่งแวดล้อม และ บุคคล 31

แผนภาพที่ 2.4 กรอบแนวคิดการวิจัย 54

แผนภาพที่ 3.1 รูปแบบการวิจัย 57

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

บทที่ 1
บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วัยรุ่นตอนต้น อยู่ในช่วงอายุ 10-14 ปี เป็นช่วงวัยที่เป็นหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นช่วงรอยต่อของชีวิตจากวัยเด็กเข้าสู่การเปลี่ยนแปลงวัยผู้ใหญ่ เป็นช่วงวัยที่ต้องการเป็นที่ยอมรับของผู้อื่นด้วยการคิดสร้างสรรค์ และพยายามทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตนเองให้เหมือนผู้ใหญ่ มีการแสวงหาอัตลักษณ์ของตนเอง มีความคิดเป็นของตัวเอง คิดสงสัยในตนเอง และมีความคิดหาเหตุผลนอกเหนือจากข้อเท็จจริงที่มีอยู่ หากได้รับการสนับสนุนจะเป็นการกระตุ้นให้เกิดกำลังใจ ให้มีความมานะพากเพียรพยายามมากขึ้น แต่หากไม่ได้รับความสนใจ จะทำให้เกิดเป็นความรู้สึกต่ำต้อยด้อยค่า เกิดเป็นความรู้สึกสับสน ขาดความมั่นใจ ไม่รู้ว่าจะดำเนินชีวิตไปในเส้นทางไหน ขาดทักษะการแก้ปัญหาที่ดี มีอารมณ์หงุดหงิดและโกรธง่าย อารมณ์เหล่านี้อาจส่งผลต่อพฤติกรรมเกเร ก้าวร้าว ส่งผลต่อการเรียนและการดำเนินชีวิต (E. H Erikson, 1994; Piaget, 1969)

จากข้อมูลสารสนเทศทางการศึกษาตั้งแต่ปีการศึกษา 2556-2558 นักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้นมีอายุ 10-14 ปี ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ถึง มัธยมศึกษาปีที่ 2 (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ, 2561) โดยที่การเรียนการสอนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ถึง มัธยมศึกษาปีที่ 2 มุ่งเน้นพัฒนาให้นักเรียนมีคุณภาพตามมาตรฐานการเรียนรู้ และมีความสามารถในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ, 2551) ขณะที่ นักเรียนช่วงวัยนี้ อาจจะต้องย้ายโรงเรียน มีการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม สิ่งแวดล้อม จำเป็นต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น รวมทั้งมีการเปลี่ยนแปลงตามพัฒนาการของช่วงวัย จึงเกิดเป็นภาระหน้าที่และความรับผิดชอบที่นักเรียนต้องพยายามปฏิบัติให้ลุล่วงและประสบความสำเร็จในหลากหลายด้าน อาทิ การแข่งขันเพื่อให้ประสบความสำเร็จทางด้านการศึกษา การพยายามเข้ากับเพื่อนใหม่ ครูใหม่ สิ่งแวดล้อมใหม่ เป็นต้น รวมถึงการเลือกรับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ เช่น อินเตอร์เน็ต นิตยสาร หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ เป็นต้น โดยที่นักเรียนในช่วงวัยนี้ อาจเป็นนักเรียนที่มีวุฒิภาวะไม่มากพอ จึงไม่สามารถแยกแยะสิ่งถูกผิด ไม่สามารถคัดกรองการรับสื่อต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้อง และเกิดการทำพฤติกรรมเลียนแบบ และไม่ประพฤติตนอยู่ในคุณธรรม ศีลธรรมอันดีงาม ก่อให้เกิดเป็นปัญหาทางสังคมที่มีความรุนแรงและมีจำนวนมากขึ้นในทุก ๆ วัน ซึ่งพฤติกรรมที่เป็นปัญหาและพบบ่อย ได้แก่ การติดเกม การใช้สารเสพติด ติดสุรา ติดการพนัน การข่มขืนล่วงละเมิดทางเพศ การตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร อาชญากรรม โรคซึมเศร้าและการฆ่าตัวตายในที่สุด (พนม เกตุมาน, 2546; สำนักเฝ้าระวังทางวัฒนธรรม สำนักงานปลัดกระทรวงวัฒนธรรม, 2559) ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลของศูนย์เทคโนโลยี

สารสนเทศ กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน รายงานว่าระหว่างปี พ.ศ. 2554-2558 เด็กและเยาวชนที่ถูกดำเนินคดีโดยสถานพินิจฯ ทั่วประเทศที่มีอายุเกิน 10 ปี แต่ไม่เกิน 15 ปี มีจำนวน 5,082 ราย 6,108 ราย 10,672 ราย 10,776 ราย และ 4,383 ราย (กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน, 2555) คิดเป็นร้อยละ 0.095 0.119 0.216 0.222 0.091 ของจำนวนวัยรุ่นทั้งหมดตามลำดับ

จะเห็นว่าในแต่ละปีมีจำนวนเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดดังกล่าว มีจำนวนสูงขึ้น แม้ว่าบางปีมีจำนวนลดลง แต่ยังคงมีสัดส่วนที่มากเมื่อเทียบกับจำนวนวัยรุ่นทั้งหมดต่อปี จากสถิติดังกล่าวแสดงให้เห็นว่ามีเด็กและเยาวชนที่ถูกดำเนินคดีเป็นจำนวนมาก และเป็นนักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้น เช่นเดียวกับงานวิจัยของ ขัตติยา รัตนดิลก (2553) ที่ได้สำรวจข้อมูลของเด็กอายุระหว่าง 10-12 ปี ที่ถูกจับกุม หรือถูกดำเนินคดีโดยสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จำนวน 348 ราย พบว่า มีระดับการศึกษาที่ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ประถมศึกษาปีที่ 5 และประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 41 ราย 105 ราย และ 81 ราย คิดเป็นร้อยละ 11.78 30.17 และ 23.28 ตามลำดับ จากจำนวนเด็กและเยาวชนที่ถูกจับกุม หรือถูกดำเนินคดี พบว่า เป็นการกระทำผิดคนเดียว จำนวน 69 ราย และเป็นการกระทำผิดร่วมกับผู้อื่น จำนวน 221 ราย คิดเป็นร้อยละ 19.83 และ 63.51 ตามลำดับ โดยถูกจับกุม หรือถูกดำเนินคดีในฐานความผิดเกี่ยวกับทรัพย์ จำนวน 215 ราย, ฐานความผิดเกี่ยวกับความสงบสุข จำนวน 42 ราย, ฐานความผิดเกี่ยวกับชีวิตและร่างกาย จำนวน 33 ราย และฐานความผิดเกี่ยวกับเพศ จำนวน 23 ราย คิดเป็นร้อยละ 61.78 12.07 9.48 และ 6.61 ตามลำดับ จากสถิติดังกล่าว จะเห็นได้ว่าเด็กอายุระหว่าง 10-12 ปี ที่ถูกจับกุมหรือดำเนินคดีนั้น เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งเป็นสัดส่วนที่มากที่สุด เมื่อเทียบกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ดังนั้น เด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 น่าจะเป็นเด็กที่อยู่ในกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการกระทำผิดมากที่สุด

ความรุนแรงที่เกิดจากการกระทำของวัยรุ่น เป็นผลจากพัฒนาการทางด้านความคิดและสังคมตามช่วงวัย โดยเด็กวัยรุ่นส่วนใหญ่ใช้เวลากับเพื่อนมาก ชอบเลียนแบบจากกลุ่มเพื่อน ต้องการได้รับการยอมรับจากผู้อื่น พยายามเอาชนะ หากไม่สามารถปรับตัวได้ ส่งผลให้เกิดเป็นความรู้สึกรุนแรง ที่มีผลต่อความคิดและบุคลิกภาพที่แสดงออก ก่อให้เกิดพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ อาทิ ไม่มีวินัย หนีเรียน ขาดความกระตือรือร้นในการเรียน ไม่มีความอดทน ขาดความรับผิดชอบต่อตนเอง ปฏิเสธการทำงานหนัก ไม่ชอบการทำงานกลุ่มหรือการเข้าร่วมสังคม ไม่นึกถึงส่วนรวม ขาดจิตสำนึกที่ดี และขาดคุณธรรมและจริยธรรม เป็นต้น (E. H Erikson, 1994; ทิพภา ประเสริฐกุล, 2553)

ปัญหาที่เกิดกับนักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้น ไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านการเรียน ปัญหาด้านชีวิตส่วนตัว และปัญหาด้านสังคม ล้วนแต่ส่งผลกระทบต่อพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่น

รวมถึงทักษะชีวิตของวัยรุ่น ซึ่งเป็นรากฐานที่นำไปสู่การเกิดปัญหาในด้านต่าง ๆ ของวัยรุ่น เกวลี นาควิโรจน์ (2555) และ ไตรรัตน์ เอี่ยมพันธ์ และประกอบ คุณารักษ์ (2560) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาด้านต่าง ๆ ของนักเรียน พบว่า สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากทัศนคติและตัวนักเรียนเอง นักเรียนที่มีลักษณะถอยหนีปัญหา ส่งผลให้ไม่สามารถอดทนต่อปัญหาและอุปสรรค หรือความยากลำบากที่เข้ามาในชีวิต ไม่สามารถหาวิธีการแก้ไขปัญหา หรือหาทางออกของปัญหาได้อย่างถูกวิธี ส่งผลกระทบทั้งทางตรงและทางอ้อมในการดำเนินชีวิต เกิดเป็นความกดดัน ความเครียด ความท้อแท้ และเป็นการสิ้นหวังในการเรียนรู้ในที่สุด (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2552; สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2560; อดุลย์ วังศรีคูณ, 2557) พฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ดังกล่าวข้างต้น แสดงถึงการที่นักเรียนมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอยู่ในระดับต่ำ (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2545) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ทฤษฎี สุทธินนท์ (2555) พบว่า นักเรียนที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูง มีการปรับตัวได้ และสามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามาในชีวิตได้มากกว่านักเรียนที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคต่ำ ผลการศึกษาของสำนักมาตรฐานการศึกษาและพัฒนาการเรียนรู้ สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา พบว่า ปัจจุบันวัยรุ่นต้องเผชิญกับปัญหา ความยากลำบาก ความสาหัสที่แตกต่างกันไป ตามสภาพสังคม ความสลับซับซ้อนของปัญหา สถานการณ์ต่าง ๆ วัยรุ่นบางคนสามารถต่อสู้ ผ่านพ้นปัญหา และประสบความสำเร็จในชีวิต แต่วัยรุ่นบางคนอาจจะท้อแท้ สิ้นหวัง ประสบความล้มเหลว บุคคลที่ประสบความสำเร็จหรือพบความล้มเหลวนั้น ไม่ได้แตกต่างกันที่ความรู้ ความสามารถ สติปัญญา อายุ ฯลฯ แต่แตกต่างกันที่การมีจิตใจเข้มแข็ง และพร้อมที่จะต่อสู้กับปัญหา หรืออุปสรรคต่าง ๆ

ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (Adversity quotient) เป็นความสามารถที่ทำให้บุคคลประสบความสำเร็จนอกเหนือจากการที่บุคคลมีความสามารถทางเชาวน์ปัญญา และความสามารถทางเชาวน์อารมณ์ (Stoltz, 1997; มัณฑรา ธรรมบุศย์, 2544) โดย Stoltz นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ซึ่งศึกษาและเผยแพร่แนวคิดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค มองว่าบุคคลเกิดมาพร้อมกับแรงขับที่ผลักดันให้ก้าวไปข้างหน้าในการกระทำต่าง ๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ เมื่อพบเจอสถานการณ์ที่ยากลำบาก หรือมีปัญหาและอุปสรรค แต่ละบุคคลจะแสดงพฤติกรรมเพื่อตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรคแตกต่างกันไป ทั้งนี้ขึ้นกับความสามารถในการเข้าใจ การควบคุม และจัดการปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดยมีวิธีการจัดการปัญหาที่แตกต่างกันไปตามทัศนคติ ความเชื่อ ในแง่มุมต่าง ๆ ลักษณะของการพิจารณาปัญหา รวมถึงคุณลักษณะของแต่ละบุคคลที่มีต่อปัญหานั้น ๆ

จากการศึกษางานวิจัยเชิงทดลองที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของวัยรุ่นตอนต้น ทั้งงานวิจัยภายในประเทศ และงานวิจัยต่างประเทศ ผู้วิจัยพบว่างานวิจัย

ส่วนใหญ่ศึกษาและพัฒนาโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้กับวัยรุ่นตอนต้น โดยใช้ตัวแปรในงานวิจัยแตกต่างกันไป ได้แก่ ความรับผิดชอบ (Samart, Piyakun, & Phusee-orn, 2017; ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง, 2551; สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม, 2554), สัมพันธภาพ (นพดล โชติกพานิชย์, 2549; สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม, 2554), ความเชื่อมั่นในตนเอง, การรับรู้ความสามารถของตนเอง (ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง, 2551), การมองโลกในแง่ดี (ณีน์นรา ดีสม และสุวรี ศิวะแพทย์, 2554; รุ่งระวี สุขแย้ม, 2559), ความพยายาม (Samart et al., 2017; รุ่งระวี สุขแย้ม, 2559), การทำงานร่วมกับผู้อื่น (รุ่งระวี สุขแย้ม, 2559; สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม, 2554) และการเข้าใจในตนเอง (สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม, 2554) นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่งานวิจัยเหล่านี้เลือกใช้มากที่สุด คือ นักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้น ที่มีอายุระหว่าง 11-15 ปี ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่าก่อนการทดลอง (Samart et al., 2017; ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง, 2551; รุ่งระวี สุขแย้ม, 2559; สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม, 2554)

ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ เกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้น พบว่า ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้น ได้แก่ บุคลิกภาพ (กนิษฐา หมั่นกิจการ, 2550; ทศพร บรรจง, 2555; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556), รูปแบบการเลี้ยงดูของบิดา มารดา (Yakoh, Chongrukasa, & Prinyapol, 2015; กนิษฐา หมั่นกิจการ, 2550; จินดาพร ไชยคำ และคณะ, 2560; ทศพร บรรจง, 2555; ธิดา ฐิติพานิชยางกูร, 2550; ปรียภัสร์ อุปชิต, 2557; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556), การมองโลกในแง่ดี (อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556), ความเชื่อมั่นในตนเอง (Pangma, Tayraukham, & Nuangchalerm, 2009; จินดาพร ไชยคำ และคณะ, 2560; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556), การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Babajide, 2015; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556), ลักษณะมุ่งอนาคต (ปรียภัสร์ อุปชิต, 2557; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556), แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Babajide, 2015; Pangma et al., 2009; กนิษฐา หมั่นกิจการ, 2550; จินดาพร ไชยคำ และคณะ, 2560; ปรียภัสร์ อุปชิต, 2557; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556), ความรับผิดชอบ (Pangma et al., 2009; จินดาพร ไชยคำ และคณะ, 2560; ปรียภัสร์ อุปชิต, 2557; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556), สัมพันธภาพ (ทศพร บรรจง, 2555; ธิดา ฐิติพานิชยางกูร, 2550; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556), ความฉลาดทางอารมณ์ (จินดาพร ไชยคำ และคณะ, 2560; ปรียภัสร์ อุปชิต, 2557), เชาวน์ปัญญา (จินดาพร ไชยคำ และคณะ, 2560) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (Pangma et al., 2009)

จากการสังเคราะห์งานวิจัยดังกล่าวข้างต้น พบว่า งานวิจัยในประเทศ ส่วนใหญ่มุ่งศึกษาตัวแปรและกระบวนการที่สามารถเพิ่มหรือพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝันฝ่าอุปสรรค แต่งานวิจัยต่างประเทศ ส่วนใหญ่มุ่งศึกษาความสัมพันธ์ของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่า

อุปสรรคกับตัวแปรต่าง ๆ ซึ่งทั้งงานวิจัยในประเทศและต่างประเทศ ศึกษาตัวแปรที่สอดคล้องกัน ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี, การรับรู้ความสามารถของตนเอง, ลักษณะมุ่งอนาคต, การเห็นคุณค่าของตนเอง, ความฉลาดทางอารมณ์, ความเชื่อมั่นในตนเอง, ความรับผิดชอบ, เชาวน์ปัญญา, แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และสัมพันธภาพ ผลการวิจัย พบว่า ตัวแปรและกระบวนการดังกล่าว สามารถเพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้แก่นักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้นได้ จากงานวิจัยที่ผ่านมามีงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ ที่พบว่าลักษณะมุ่งอนาคต มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (R) เฉลี่ยเท่ากับ 0.8 (ปรียภัสร์ อุปชิต, 2557; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556)

ลักษณะมุ่งอนาคต (Future Orientation) เป็นความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคล เป็นการกระทำ การแสดงออก การประพฤติ และการปฏิบัติตนในการจัดการ การวางแผน การดำเนินการ ตลอดจนความสามารถในความอดทน เพียรพยายาม เพื่อก้าวข้ามผ่านอุปสรรค จนบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ในอนาคต โดยคำนึงถึงผลดีและผลเสียที่เกิดขึ้น บุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจะมีความสามารถในการวางแผนล่วงหน้า สามารถคาดการณ์ถึงผลเสียที่จะเกิดขึ้น มีความอดทนและสามารถควบคุมตนเองจากการกระทำที่ไม่เหมาะสมได้ (Mischel, 1974) โดยที่ลักษณะมุ่งอนาคตจะมีมากเฉพาะในช่วงวัยรุ่นตอนต้น (ดวงเดือน พันธุมนาวิน, 2539; ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจจนึก, 2520) สอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ที่สามารถพัฒนาและเปลี่ยนแปลงได้ โดยจะถูกสร้างขึ้นตั้งแต่อายุ 12 ปี (Stoltz, 1997)นักเรียนในช่วงวัยนี้ถ้าได้รับการสนับสนุนและส่งเสริมอย่างเหมาะสม จะช่วยให้นักเรียนสามารถพัฒนาไปตามขั้นตอนพัฒนาการได้อย่างสมบูรณ์ยิ่งขึ้น สอดคล้องกับทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอิริคสัน กล่าวคือ เด็กในช่วงวัยรุ่นตอนต้น หากได้รับการเลี้ยงดู ดูแลเอาใจใส่ จากครอบครัวมีโอกาสได้รับการเรียนรู้ที่เหมาะสม และสามารถปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้ เด็กจะสามารถพัฒนาไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ สามารถรับมือกับปัญหาและอุปสรรคที่เข้ามาในชีวิต สามารถมองเห็นเป้าหมายในอนาคต และได้รับการยอมรับจากบุคคลรอบข้าง ในทางตรงกันข้าม เด็กที่ไม่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูอย่างเหมาะสม ขาดการเรียนรู้ จะส่งผลให้ขาดทักษะที่เหมาะสมในการแก้ไขสถานการณ์ เมื่อเผชิญกับปัญหาจะเกิดพฤติกรรมหลบเลี่ยงมากกว่าที่จะเผชิญหน้าแก้ไขปัญหา เกิดเป็นความรู้สึกที่รุนแรง ซึ่งมีผลต่อการแสดงออกและบุคลิกภาพ ไม่มั่นใจในอัตลักษณ์ของตนเอง เกิดความสับสนและแสดงบทบาทที่ไม่เหมาะสม (E. H Erikson, 1994) ดังนั้น นักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้น จึงเป็นนักเรียนที่ควรได้รับการปลูกฝังแนวทางพัฒนาคุณลักษณะมุ่งอนาคต เพื่อให้นักเรียนมีความเข้าใจในอัตลักษณ์ของตนเอง มองเห็นเป้าหมายในอนาคต และสามารถวางแผนจัดการ การดำเนินชีวิตในอนาคตได้อย่างเหมาะสม มีความอดทน พร้อมเผชิญหน้า รับมือ และหาวิธีการจัดการกับปัญหาที่เข้ามาได้อย่างถูกวิธีและมีความเหมาะสม สอดคล้องกับผลการวิจัยของ

(กุมารี ผลภาษี, 2547) ที่ได้ศึกษาและพัฒนาโปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และงานวิจัยของ (อรทัย ภูอกิจ และสมบัติ ท้ายเรือคำ, 2559) ได้พัฒนาโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคต ด้วยแนวคิดอัตมโนทัศน์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลจากการวิจัย พบว่า หลังจากการเรียนการสอนโดยใช้โปรแกรมดังกล่าว นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงขึ้น

จากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาที่กล่าวมา จะเห็นได้ว่า ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เป็นคุณลักษณะที่มีความสำคัญในการพัฒนาให้เกิดขึ้นแก่นักเรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้นที่ประสบกับปัญหาและอุปสรรคมากมายหลากหลายด้าน จากการเปลี่ยนแปลงตามช่วงวัย การเรียน และการดำเนินชีวิต ซึ่งลักษณะมุ่งอนาคต เป็นตัวแปรสำคัญตัวแปรหนึ่งที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต น่าจะสามารถเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้แก่นักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้นได้ ดังนั้น การฝึกลักษณะมุ่งอนาคต ซึ่งเป็นการฝึกให้นักเรียนมีการจัดการ มีการวางแผน ตั้งเป้าหมายต่อการกระทำสิ่งต่าง ๆ ในอนาคต และการเอาชนะปัญหาและอุปสรรค ด้วยความอดทนและความเพียรพยายาม น่าจะทำให้ผู้ที่ได้รับการฝึกมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคได้ อย่างไรก็ตาม ปัจจุบันยังไม่มีงานวิจัยเชิงทดลองที่ศึกษาผลของการฝึกลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้แก่วัยรุ่นตอนต้น งานวิจัยนี้ ผู้วิจัยจึงมุ่งพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้น ที่กำลังศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีพัฒนาการทางสติปัญญาอยู่ในช่วงรอยต่อระหว่างขั้นปฏิบัติการคิดด้านรูปธรรมและขั้นปฏิบัติการคิดด้วยนามธรรม ที่มีความเข้าใจเหตุผล รู้จักการแก้ปัญหาสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นรูปธรรม และนามธรรม และสอดคล้องกับกระบวนการทางสติปัญญาของเพียเจต์ (Piaget, 1969) ซึ่งประกอบด้วยการซึมซับ (assimilation) ที่เป็นการรับประสบการณ์ใหม่ คือแนวคิดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเข้ามาสะสมไว้เพื่อจะได้ใช้ประโยชน์ต่อไป การปรับและจัดระบบ (accommodation) ที่เป็นการปรับประสบการณ์เดิมของนักเรียนให้เข้ากับประสบการณ์ใหม่ที่รับเข้ามา หรือเป็นการเปลี่ยนแนวความคิดเดิมของนักเรียนให้สอดคล้องกับแนวคิดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เกิดเป็นพฤติกรรมใหม่ และการเกิดความสมดุล (equilibration) ที่เป็นผลจากการปรับในขั้นตอนก่อนหน้านี้ ถ้านักเรียนไม่สามารถปรับแนวความคิดเดิมของตนเองให้สอดคล้องกับแนวคิดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคได้ นักเรียนจะต้องปรับความคิดของตนเอง จนกระทั่งนักเรียนสามารถผสมผสานแนวคิดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้เข้ากับแนวคิดเดิมเกิดเป็นความสมดุล โดยที่กระบวนการเหล่านี้ต้องใช้เวลา เพื่อให้มีการสร้างและพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ที่เริ่มมีในเด็กอายุ 12 ปี และพัฒนาไปจนถึงอายุ 23 ปี ด้วยการฝึก

ซ้ำบ่อย ๆ ทำให้นักเรียนมีการปรับปรุง เปลี่ยนแปลง วิธีการตอบสนองปัญหาและอุปสรรค และสามารถจัดการกับปัญหาและอุปสรรค อย่างเป็นอัตโนมัติ (Stoltz, 1997; วิทยา นาควัชระ, 2544) ซึ่งช่วยให้นักเรียนมีการตั้งเป้าหมาย และสามารถทำเป้าหมายนั้นได้สำเร็จ โดยมีกระบวนการคิดวิเคราะห์ ตระหนัก รับรู้และสามารถตัดสินใจแก้ไขปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการใช้โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้น ที่กำลังศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เนื่องจากนักเรียนในระดับชั้นนี้ มีอายุ 10-11 ปี เป็นช่วงวัยที่มีความเหมาะสมในการเริ่มพัฒนาและเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อจะได้เป็นนักเรียนที่มีความอดทน สามารถต่อสู้ เอาชนะ ปัญหาและอุปสรรค ความยากลำบาก ได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถดำเนินชีวิตในโลกปัจจุบัน และประสบความสำเร็จในอนาคตได้ต่อไป

คำถามวิจัย

โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตสามารถเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ได้หรือไม่

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

สมมุติฐานการวิจัย

1. ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
2. ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากร

นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดสำนักบริหารงาน คณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร

2. กลุ่มตัวอย่าง

นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนแห่งหนึ่งในสังกัดสำนักบริหารงาน คณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร เขต 2 กรุงเทพมหานคร จำนวน 60 คน

3. ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

ตัวแปรตาม ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเรื่องโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้น ประกอบไปด้วย โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต และ แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

4.1. โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตเป็นกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นจากการศึกษาและสังเคราะห์เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต (Bandura, Barbaranelli, Caprara, & Pastorelli, 1996; Nurmi, 1991; Nuttin, Lorion, & Dumas, 1984; Weiner, 1985; Wright, 1975; ดวงเดือน พันธุมนาวิน, 2529; เริงชัย จงพิพัฒนสุข, 2543; วุฒิพงษ์ ทองก้อน, 2543; สุพิชชา กลิ่นบุหงา, 2540; อรทัย ภูอกิจ และสมบัติ ท้ายเรือคำ, 2559) โดยมีโครงสร้างในกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต 4 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นคาดการณ์ไกล ขั้นวางแผน ขั้นลงมือปฏิบัติ และขั้นประเมินผลลัพธ์ ร่วมกับการศึกษาบริบทของโรงเรียนและนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้ได้สถานการณ์ที่มีความเหมาะสมสำหรับการพัฒนากิจกรรม ประกอบด้วยแผนกิจกรรม 12 แผน ดำเนินกิจกรรมวันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที เป็นระยะเวลาต่อเนื่อง 12 วัน

4.2. แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ผู้วิจัยได้ปรับและสร้างข้อคำถามใหม่เพิ่มเติมจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (The Adversity Response Profile (ARP) Quick Test) ของ Stoltz (1997) โดยยึดตามแนวคิดและองค์ประกอบของ Stoltz เพื่อให้มีความเหมาะสมกับนักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้นมากยิ่งขึ้น แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคที่พัฒนาขึ้น เป็นมาตรวัดที่มีลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ มีลักษณะเป็นข้อคำถามเชิงสถานการณ์ จำนวน 40 ข้อ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 มิติ ได้แก่ มิติด้านการควบคุม มิติด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ มิติด้านการกระจายตัวของปัญหา และมิติด้านความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา ใช้เวลาในการทำแบบวัด 40 นาที

คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย

ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (Adversity Quotient) เป็นความสามารถ ของแต่ละบุคคลในการจัดการกับปัญหาและอุปสรรค และเอาชนะความทุกข์ยากลำบาก จนสามารถผ่านพ้นวิกฤต และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ บุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค จะสามารถปรับตัวอยู่ในสังคม และฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ จนสามารถทำตามเป้าหมายที่วางไว้ได้

งานวิจัยนี้ แบ่งองค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเป็น 4 มิติ เช่นเดียวกับ (Stoltz, 1997) ได้แก่

1) มิติด้านการควบคุม เป็นความสามารถในการรับรู้ และการควบคุม สถานการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรค เพื่อหาวิธีการแก้ไข และดำเนินการแก้ไข ให้ผ่านพ้นเหตุการณ์ที่มีปัญหาไปได้

2) มิติด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ เพื่อหาสาเหตุและวิธีแก้ไขปัญหาและอุปสรรคให้สำเร็จของแต่ละบุคคล ด้วยความรู้สึกรับผิดชอบว่าเป็นปัญหาของตนเอง ไม่ผลักภาระความรับผิดชอบไปให้บุคคลอื่น

3) มิติด้านการกระจายตัวของปัญหา เป็นความรู้สึกของแต่ละบุคคลต่อการประเมินผลกระทบของปัญหาและอุปสรรคที่มีต่อการดำเนินชีวิตของตนเอง และประเมินว่าปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นมีการกระจายตัวอย่างไร มีผลเฉพาะเหตุการณ์นั้น ๆ หรือมีผลต่อเหตุการณ์อื่น ๆ ด้วย

4) มิติด้านความอดทนต่อยืดเยื้อของปัญหา เป็นความสามารถในการอดทน และในการจัดการกับความยืดเยื้อของปัญหา การพยายามจัดการปัญหาและอุปสรรค

โดยการวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนในงานวิจัยนี้ ใช้แบบวัดที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ซึ่งเป็นมาตรวัดที่มีลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ที่มีลักษณะเป็นข้อคำถามเชิงสถานการณ์ จำนวน 40 ข้อ

โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง ชุดกิจกรรมตามกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น เพื่อฝึกให้นักเรียนแก้ปัญหาที่เป็นอุปสรรคต่อการบรรลุเป้าหมายของนักเรียน 4 ด้าน ได้แก่ 1) ปัญหาของตนเองที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวัน 2) ปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 3) ปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และ 4) ปัญหาเกี่ยวกับความถนัดและความชอบ ซึ่งประกอบด้วย การฝึกให้นักเรียนควบคุมการกระทำของตนเอง ปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม สามารถวางแผน จัดการกับปัญหาและอุปสรรค ด้วยความอดทน เพียรพยายาม จนบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ในอนาคต โดยมีขั้นตอนกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต 4 ขั้นตอน ได้แก่

1) ขั้นคาดการณ์ไกล ประกอบด้วย การฝึกตั้งเป้าหมาย การระบุเป้าหมายในอนาคต การวิเคราะห์ความเป็นไปได้ของเป้าหมาย และ การวิเคราะห์ข้อดี ข้อเสียที่เกิดขึ้นจากการตั้งเป้าหมาย

2) ขั้นวางแผน ประกอบด้วย การฝึกการวางแผน โดยการกำหนดขั้นตอน วิธีการ วิธีดำเนินการ การกำหนดระยะเวลาในการดำเนินการตามแผนที่กำหนดไว้ การตัดสินใจเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสม

3) ขั้นลงมือปฏิบัติ ประกอบด้วย การฝึกปฏิบัติตามแผนการที่วางไว้

4) ขั้นประเมินผลลัพธ์ ประกอบด้วย การฝึกการประเมินผลลัพธ์ ด้วยการวิเคราะห์ระยะเวลาที่ใช้สำหรับการคาดการณ์ไกล และการวางแผน การระบุปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นระหว่างการปฏิบัติ และการพิจารณาแนวทางแก้ไข ปัญหาและอุปสรรค

นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ประจำภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้โปรแกรมสำหรับพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อนำไปในการใช้พัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งช่วยให้นักเรียนมีการตั้งเป้าหมายและสามารถทำเป้าหมายนั้นได้สำเร็จ โดยมีกระบวนการคิดวิเคราะห์ รับรู้และสามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม

2. เป็นประโยชน์สำหรับครู ผู้สอน ที่สนใจพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้แก่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5

3. เป็นแนวทางสำหรับงานวิจัยที่ศึกษาการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคต่อไป

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

บทที่ 2
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่องโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผู้วิจัยได้รวบรวมศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

1.1. ความหมายของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

1.2. ความสำคัญของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

1.3. แนวคิดพื้นฐานของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

1.4. องค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

1.5. การพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

1.6. การวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

1.7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

ตอนที่ 2 โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

1.8. ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต

1.9. ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต

1.10. แนวคิดพื้นฐานของลักษณะมุ่งอนาคต

1.11. ปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคต

1.12. การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

1.13. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต

ตอนที่ 3 การนำแนวคิดการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

ตอนที่ 4 พัฒนาการวัยรุ่นตอนต้น

ตอนที่ 5 กรอบแนวคิดการวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตอนที่ 1 ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

1.1 ความหมายของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค หรือ AQ มาจากคำว่า Adversity Quotient เป็นแนวคิดที่ถูกนำมาช่วยให้บุคคลสามารถจัดการกับปัญหาและเอาชนะความทุกข์ยากลำบาก สามารถผ่านพ้นวิกฤต และประสบความสำเร็จในชีวิตได้ นักเรียนที่ได้รับการพัฒนาให้มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเพิ่มมากขึ้น จะช่วยให้นักเรียนสามารถปรับตัวอยู่ในสังคม สามารถฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ทั้งด้านการเรียน สังคม อาชีพ ฯลฯ และประสบความสำเร็จในชีวิต

มีผู้ให้ความหมายของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ไว้หลากหลาย เป็นต้นว่า ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค หมายถึง ความสามารถในการต่อสู้ เพื่อเอาชนะ ปัญหาและอุปสรรค ความยากลำบากต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ด้วยความอดทน พากเพียร ไม่ท้อถอย จนสำเร็จ (Stoltz, 1997) โดยที่ วิทยา นาควัชระ (2557) ได้ให้ความหมายเพิ่มเติมจาก Stoltz ว่าเป็นความสามารถในการเอาชนะปัญหาและอุปสรรค ด้วยความเพียรพยายาม อดทน มีกำลังใจ และมีความหวัง เช่นเดียวกับ ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์ (2551) และสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2552) ที่ได้ขยายความหมายเพิ่มเติมจากที่ Stoltz ได้ให้ความหมายไว้ ว่าเป็นความสามารถที่ช่วยให้บุคคลจัดการกับปัญหาอย่างมีสติ แม้ว่าประสบกับความผิดพลาด ล้มเหลว จะไม่ยอมแพ้ หรือล้มเลิกการทำงาน แต่จะการเรียนรู้จากข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้น และเพียรพยายาม แก้ไขปัญหาและอุปสรรค ขณะที่ นันทนุช ตั้งเสถียร (2546) และจินดา น้าเจริญ (2556) ได้ให้ความหมาย และแนวคิดในการจัดการกับปัญหาและอุปสรรค เพิ่มเติมจาก Stoltz ว่า เป็นการพยายามทำความเข้าใจปัญหา ค้นหาสาเหตุของปัญหา หาแนวทางวิธีการแก้ไข และทำการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ที่เกิดขึ้น ศันสนีย์ ฉัตรคุปต์ (2545) ให้ความหมายของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพิ่มเติมจากแนวคิดของ Stoltz ในเชิงสรีรวิทยาของระบบประสาท ว่า พฤติกรรมการตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เป็นรูปแบบการจัดการปัญหาของแต่ละบุคคล เป็นกลไกทางสมองซึ่งเกิดจากเส้นใยประสาทต่าง ๆ ที่ถูกสร้าง ได้รับการฝึกฝน และพัฒนา จนมีการทำงานเป็นอัตโนมัติ

จากความหมายดังกล่าวจึงสรุปได้ว่า ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เป็นความสามารถของแต่ละบุคคลที่มีการตอบสนองต่อปัญหา สถานการณ์ที่ยากลำบาก และอุปสรรคที่เข้ามารบกวนการดำเนินชีวิต โดยลักษณะพฤติกรรมการตอบสนองต่ออุปสรรคของแต่ละบุคคลจะแตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับพื้นฐานของแต่ละบุคคลในการรับมือและจัดการกับปัญหาและอุปสรรคเหล่านั้น ซึ่งบุคคลที่อดทน พากเพียร และรับผิดชอบต่อตนเอง จะสามารถเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคไปได้อย่างผู้มีชัยชนะ ส่วนบุคคลที่อ่อนแอและยอมแพ้ต่อปัญหา อุปสรรค จะประสบความล้มเหลวในชีวิต และจมอยู่กับความเครียด ความทุกข์ไปตลอดชีวิต

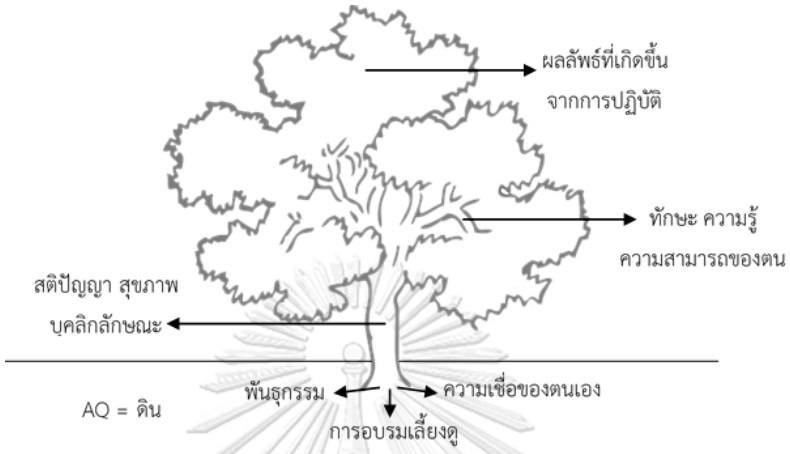
1.2 ความสำคัญของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เป็นแนวคิดที่มีความสำคัญ และมีบทบาทในการดำเนินชีวิตของบุคคลในยุคปัจจุบันที่ต้องพบกับปัญหาและอุปสรรค ในชีวิต ในรูปแบบของปัญหาความซับซ้อน ที่แตกต่างกันไป โดยช่วยให้บุคคลสามารถจัดการปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นให้หมด เพื่อจะได้ประสบความสำเร็จตามจุดประสงค์ที่วางไว้ ช่วยให้บุคคลประสบความสำเร็จในการทำงาน เป็นการเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน โดย Stoltz (1997) เปรียบความสำเร็จของบุคคล เสมือนกับการเจริญเติบโตของต้นไม้ เรียกว่าต้นไม้แห่งความสำเร็จ (The Tree of Success) ประกอบด้วย ราก ลำต้น กิ่งก้าน และใบ ดอก ผล โดยที่ 1) ราก หมายถึง พันธุกรรม การอบรมเลี้ยงดู ความเชื่อของตนเอง 2) ลำต้น หมายถึง สติปัญญา สุขภาพ บุคลิกลักษณะ 3) กิ่งก้าน หมายถึง ทักษะ ความรู้ ความสามารถของตนเอง และ 4) ใบ ดอก ผล หมายถึง ผลการปฏิบัติงาน ความสำเร็จ

ต้นไม้จะเจริญเติบโตแข็งแรง แผ่กิ่งก้าน แตกใบ ผลิดอกออกผลได้ จำเป็นต้องมีดินสำหรับให้รากใช้ในการหยั่งลึก เพื่อให้ลำต้นของต้นไม้ยืนต้นได้อย่างมั่นคง แข็งแรง และเป็นแหล่งของน้ำ อากาศ แร่ธาตุสำคัญ ที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโต แข็งแรง และให้ผลผลิตสูง โดยที่ องค์ประกอบของดิน และคุณสมบัติต่าง ๆ ของดิน เป็นต้นว่า เนื้อดิน โครงสร้างของดิน ความเป็นกรด-ด่างของดิน และความอุดมสมบูรณ์ของดิน ส่งผลโดยตรงต่อการเจริญเติบโตของต้นไม้ (โครงการสารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน โดยพระราชประสงค์ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว, 2539) Stoltz จึงเปรียบดินเป็นเสมือนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่ช่วยให้บุคคลประสบความสำเร็จ ด้วยการควบคุม จัดการ และแก้ไขสถานการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรค ด้วยความรับผิดชอบ อดทน เพียรพยายาม เชื่อว่าทุกปัญหาสามารถควบคุมและแก้ไขได้ และพยายามฝึกฝนเรียนรู้จากทุกประสบการณ์ที่เกิดขึ้น เพื่อให้ปัญหาและอุปสรรค หมดสิ้น

ดังนั้น การพัฒนาและเสริมสร้างให้บุคคลมีระดับของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูง ด้วยการฝึกฝนให้บุคคลตั้งเป้าหมาย กำหนดขั้นตอน และวิธีดำเนินการในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ลงมือปฏิบัติตามแผนการที่วางไว้ และประเมินผลลัพธ์ จะช่วยเสริมสร้างให้บุคคลนั้น สามารถควบคุมสถานการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรค และพยายามหาวิธีการที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ด้วยความตั้งใจ มุ่งมั่น เพียรพยายาม อดทน และช่วยให้บุคคลนั้นประสบผลสำเร็จ บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ (Mischel, 1974) เปรียบเสมือนปุ๋ยที่ใส่ลงในดิน เพื่อเพิ่มธาตุสารอาหาร และความอุดมสมบูรณ์ให้แก่ดิน ช่วยให้รากแข็งแรง ทำหน้าที่ดูดซึมแร่ธาตุขึ้นไปเลี้ยงลำต้น เพื่อให้ลำต้นลำเลียงน้ำ แร่ธาตุ ชูกิ่งก้าน ใบ ดอก ผล ช่วยให้ต้นไม้เจริญเติบโต งอกงาม ได้ผลผลิตดียิ่งขึ้น เช่นเดียวกับบุคคล ที่ได้รับการพัฒนาและเสริมสร้างให้มีระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงขึ้น โดยมีพื้นฐานครอบครัว สภาพแวดล้อม และลักษณะทางสังคมที่ดี บนพื้นฐานความเชื่อ และทัศนคติเชิงบวก เป็นรากฐานสำคัญ ที่ช่วยเสริมสร้างให้บุคคลนั้นมีกระบวน

ความคิด สุขภาพกาย และสุขภาพจิต ดีขึ้น สามารถควบคุม จัดการ และหาวิธีแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ด้วยเพียรพยายาม อดทน ทำให้บุคคลนั้นก้าวข้ามผ่านปัญหาและอุปสรรค และประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้น



แผนภาพที่ 2.1 ต้นไม้แห่งความสำเร็จ Stoltz (1997, p. 30)

ในการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคนั้น แต่ละบุคคลจะมีรูปแบบการตอบสนอง และมีการจัดการที่แตกต่างกันไป ตามพื้นฐานครอบครัว บุคคลรอบข้างในช่วงวัยเด็ก โดยที่ Stoltz เชื่อว่าความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเริ่มมีในเด็กที่มีอายุ 12 ปี และพัฒนาไปจนถึงอายุ 23 ปี ในการสร้างและพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคนั้น สามารถทำได้ด้วยการฝึกฝนรูปแบบความคิด ให้มีแนวคิดที่ถูกต้อง โดยมีการฝึกซ้ำบ่อย ๆ ซึ่งจะช่วยปรับปรุง เปลี่ยนแปลงทัศนคติ มุมมอง วิธีการตอบสนองปัญหาและอุปสรรค อย่างคนที่มีกำลังใจและมุ่งมั่น จนสามารถจัดการกับปัญหาและอุปสรรค อย่างเป็นอัตโนมัติ (Stoltz, 1997; วิทยา นาควัชระ, 2544)

ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสามารถนำไปใช้ในการพัฒนาประสิทธิภาพการทำงานของบุคคล นักเรียนที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูง จะมีความเพียรพยายามในการเรียนรู้ด้วยความสุข เพื่อให้ได้ผลการเรียนรู้ตามเป้าหมาย แม้ว่าในบางครั้งนักเรียนพบกับความผิดพลาด เกิดการล้มเหลวในการทำงาน หรือการเรียน นักเรียนจะยังคงมีกำลังใจ มีความอดทน พร้อมที่จะรับผิดชอบการกระทำของตนเอง พยายามปรับปรุง และพัฒนาตนเองจากความผิดพลาด หรือความล้มเหลวที่เกิดขึ้น และสู้ต่อไป ด้วยจิตใจที่เข้มแข็ง มุ่งมั่น และอดทน โดยมีความหวังว่า จะสามารถเอาชนะปัญหาและอุปสรรค และประสบความสำเร็จในที่สุด ในทางตรงกันข้ามหากนักเรียนที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคต่ำ เมื่อพบเจอกับปัญหา ไม่ว่าจะเป็นปัญหาเล็ก หรือปัญหาใหญ่ก็ตาม มักจะหลบเลี่ยง ไม่สู้กับปัญหาและยอมรับกับความพ่ายแพ้

จึงไม่สามารถประสบความสำเร็จในสิ่งที่ทำได้ (Samart et al., 2017; ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง, 2551; รุ่งระวี สุขแย้ม, 2559; สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม, 2554)

นอกจากนี้ ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค สามารถนำไปใช้ในการทำนายได้ว่าบุคคลใดจะเป็นผู้ที่สามารถต่อสู้ เอาชนะ ปัญหาและอุปสรรคได้ หรือบุคคลใดจะเป็นผู้ที่ยอมแพ้กับปัญหาและอุปสรรค และทำนายศักยภาพในการทำงาน การแก้ปัญหาของแต่ละบุคคล โดยสามารถทำนายได้ว่า บุคคลใดจะได้รับความสำเร็จ หรือบุคคลใดจะล้มเลิกการทำงาน แนวคิดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค จึงถูกนำไปใช้ในงานด้านต่าง ๆ เช่น การคัดเลือกและพัฒนาบุคลากรขององค์การให้มีการทำงานด้วยความสนุกสนาน มีความสุข และมีศักยภาพในการทำงานสูงขึ้น การพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียน ทั้งในด้านการเรียน และการทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้นักเรียนสามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น โดยไม่ยอมแพ้กับปัญหาที่เข้ามาในรูปแบบต่าง ๆ แต่พยายามแก้ปัญหาอย่างมีสติ อดทน มีความรับผิดชอบ ยอมรับและเรียนรู้จากข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้น ด้วยการปรับปรุง เปลี่ยนแปลง และพัฒนาตัวเองอย่างสม่ำเสมอ เพื่อจะได้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย (นพดล โชติกพานิชย์, 2549; สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม, 2554)

1.3 แนวคิดพื้นฐานของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

แนวคิดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค มีพื้นฐานจากวิทยาศาสตร์ 3 กลุ่มแนวคิด (Stoltz, 1997) โดยทั้ง 3 กลุ่มแนวคิดได้อธิบายความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในมุมมองที่ต่างกัน ดังต่อไปนี้

1.3.1. กลุ่มแนวคิดจิตวิทยาการรู้คิด(Cognitive Psychology Approach)

จิตวิทยาการรู้คิดเป็นศาสตร์ที่เกิดขึ้นจากการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความต้องการควบคุมตนเองของบุคคล กระบวนการรับรู้ กระบวนการทางความคิดของบุคคล ที่นำมาใช้ในการวิเคราะห์และเก็บจำข้อมูลที่แต่ละบุคคลได้รับมา นักจิตวิทยาการรู้คิดได้ศึกษาเกี่ยวกับขั้นตอนการทำงานของกระบวนการต่าง ๆ ซึ่งส่งผลให้บุคคลเกิดความตระหนัก และเกิดความเข้าใจถึงกระบวนการความคิดของตนเองว่าส่งผลกระทบต่อการแสดงออกของพฤติกรรมมากน้อยเพียงใด โดยกระบวนการทางความคิดของบุคคล ประกอบด้วย 3 ขั้นตอนหลัก ได้แก่ ขั้นตอนการรับรู้ ขั้นตอนการตีความ และขั้นตอนการเก็บข้อมูล

จิตวิทยาการรู้คิดประกอบด้วย 6 แนวคิดสำคัญ ได้แก่

1) การสิ้นหวังในการเรียนรู้ (Learned Helplessness) คือ การอธิบายมุมมองของบุคคลและความรู้สึก โดยมองถึงสาเหตุ และปัจจัยต่าง ๆ ที่ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกยอมแพ้ สิ้นหวัง ท้อแท้หมดกำลังใจ เมื่อพบปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่เข้ามาในชีวิต ส่งผลให้เกิดเป็นความล้มเหลวภายในตัวบุคคล ขาดแรงจูงใจในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ทั้งในด้านการทำงาน การเรียน หรือการดำเนินชีวิต

2) ทฤษฎีการอ้างสาเหตุ (Attributional Theory) คือการอธิบายถึงเหตุการณ์หรือสาเหตุการเกิดพฤติกรรมของตนเองหรือของบุคคลอื่น ที่ทำให้บุคคลต้องเผชิญหน้ากับปัญหาและอุปสรรค ซึ่งส่งผลให้บุคคลประสบความสำเร็จและประสบความล้มเหลว โดยพฤติกรรมอาจเกิดจากปัจจัยภายใน อาทิ ลักษณะนิสัย ความพยายาม ความถนัด ความสามารถของบุคคล หรือพฤติกรรมเกิดจากปัจจัยภายนอก ซึ่งเป็นอิทธิพลของสังคมหรือสิ่งแวดล้อม อาทิ หากนักเรียนทำการบ้านไม่ได้ นักเรียนอาจให้เหตุผลว่า เป็นเพราะครูสอนไม่เข้าใจ

3) ความเข้มแข็งอดทน (Hardiness) คือ การอธิบายเกี่ยวกับกระบวนการทางความคิดและการแสดงออกของพฤติกรรมเชิงบวกของแต่ละบุคคลในการจัดการกับความรู้สึกเชิงลบ อาทิ ความเครียด ความโกรธ ความหงุดหงิด เป็นต้น โดยเมื่อเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค หรือความยากลำบากในการดำเนินชีวิต บุคคลจะสามารถปรับตัว อย่างผู้มีความอดทน และยอมรับในผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น โดยไม่คิดหลีกเลี่ยง

4) การฟื้นพลัง (Resilience) คือ การอธิบายเกี่ยวกับความสามารถของแต่ละบุคคล ในการปรับสภาพจิตใจของตนเอง ภายหลังจากได้รับความกระทบกระเทือนทางอารมณ์ หรือความรู้สึก จากเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความไม่สบายใจ ความรู้สึกทุกข์ เกิดเป็นภาวะวิกฤติ รบกวนการดำเนินชีวิตประจำวัน ซึ่งการฟื้นพลังเป็นคุณสมบัติหนึ่งที่ช่วยให้บุคคลสามารถรับมือ ต่อสู้ และผ่านพ้นกับปัญหาและอุปสรรคได้

5) การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) คือ การอธิบายเกี่ยวกับความเชื่อในความสามารถของตนเองของแต่ละบุคคล เป็นความคาดหวังและการแสดงออกของพฤติกรรมในตัวของบุคคล ที่ตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรคที่เข้ามาในชีวิต เพื่อนำไปสู่ผลลัพธ์ตามการคาดหวังของตนเอง โดยที่การตอบสนองนั้น แต่ละบุคคลจะใช้วิธีการที่แตกต่างกันไป ทั้งนี้ขึ้นกับทักษะ แรงจูงใจ และการประเมินความสามารถของตนเอง

6) ความเชื่ออำนาจ (Locus of Control) คือ การอธิบายเกี่ยวกับความเชื่อภายในตัวบุคคล ที่เชื่อว่าการแสดงพฤติกรรมตอบสนองของบุคคลจะมีอิทธิพลมาจากสภาพแวดล้อม บุคคลรอบข้าง และสิ่งตอบแทนที่ได้รับในชีวิต แบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่ 1) ความเชื่ออำนาจในตน เป็นมุมมองของบุคคลที่มองว่าความสำเร็จหรือความล้มเหลวที่เกิดขึ้นมีข้อดี ข้อเสียและมาจากการกระทำของตนเอง ซึ่งจะทำให้บุคคลสามารถควบคุมตนเองได้มากขึ้น และ2) ความเชื่ออำนาจนอกตน เป็นมุมมองของบุคคลว่าความสำเร็จหรือความล้มเหลวที่เกิดขึ้นนั้น มาจากโชคชะตา หรือการกระทำของบุคคลอื่น ซึ่งอยู่เหนือการควบคุมของตนเอง

จิตวิทยาการรู้คิดเป็นแนวคิดสำคัญเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้ของบุคคล ซึ่งช่วยให้บุคคลนำข้อมูลที่ได้จากกระบวนการทางความคิด ผ่านกระบวนการวิเคราะห์ และเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของข้อมูล เกิดเป็นข้อมูลใหม่และเก็บสะสมไว้ ก่อให้เกิดเป็นพฤติกรรมใหม่ ๆ สำหรับใช้ในการแก้ไข

ปัญหาและอุปสรรค ดังนั้น เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค บุคคลนั้นจะนำข้อมูลที่สะสมไว้จากประสบการณ์ในอดีตเข้ามาช่วยในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ทำให้สามารถรับรู้ เข้าใจ และควบคุมสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรคที่เข้ามารบกวนการดำเนินชีวิต สามารถเรียนรู้จากปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น คิดว่าปัญหาและอุปสรรคเป็นสิ่งชั่วคราว สามารถกำจัดให้หมดสิ้นได้ จึงสามารถฟื้นฟูตัวเองจากสภาพที่เลวร้าย มีพลังกายและพลังใจในการลุกขึ้นสู้ เกิดเป็นกระบวนการเรียนรู้จากข้อผิดพลาด หรือความล้มเหลวที่เกิดขึ้น และพยายามปรับปรุง เปลี่ยนแปลง แก้ไข ด้วยความเพียรพยายาม อดทน และมีความเชื่อมั่นว่าตนเองจะสามารถผ่านพ้นปัญหาและอุปสรรคไปได้ และประสบความสำเร็จจนได้รับชัยชนะ

1.3.2. กลุ่มแนวคิดทางจิตประสาทและภูมิคุ้มกันวิทยา (Psychoneuroimmunology Approach)

จิตประสาทและภูมิคุ้มกันวิทยา (Psychoneuroimmunology) เป็นวิทยาศาสตร์สุขภาพสมัยใหม่ที่ สามารถวัดการเชื่อมโยงกันระหว่างความคิดและความรู้สึกกับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในร่างกายของบุคคลได้ ผลการศึกษาของ Stoltz (1997) พบว่า ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคมีความสัมพันธ์โดยตรงกับ สุขภาพทางกายและสุขภาพทางใจของแต่ละบุคคล โดยบุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค จะเป็นผู้ที่มีความเข้มแข็งทางจิตใจ สามารถควบคุมตัวเองได้อย่างมีสติ สามารถต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรค ที่เข้ามาในชีวิต จะช่วยให้บุคคลนั้นมีภูมิคุ้มกันโรคภัย สามารถต่อสู้ และฟื้นฟูตัวเองจากปัญหาสุขภาพกาย สุขภาพใจ ที่เกิดขึ้น มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดี

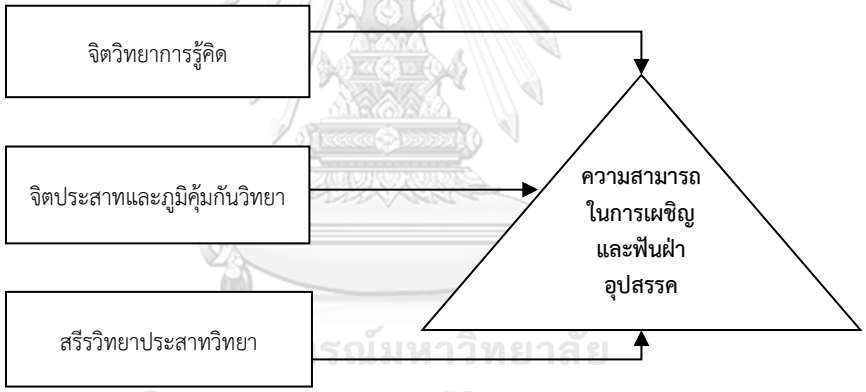
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

1.3.3. กลุ่มแนวคิดสรีรวิทยาประสาทวิทยา (Neurophysiology Approach)

สรีรวิทยาประสาทวิทยา (Neurophysiology) เป็นแนวคิดที่เชื่อว่า การกระทำใด ๆ ของบุคคลอาจเป็นการกระทำที่เกิดขึ้นโดยที่บุคคลนั้นมีสติ และรู้ตัว หรือเป็นการกระทำที่เกิดขึ้นจากการที่บุคคลนั้น ไม่มีสติ และไม่รู้ตัว ซึ่งการกระทำดังกล่าว เป็นลักษณะนิสัยที่เกิดขึ้นของแต่ละบุคคลที่มาจากการเรียนรู้ทักษะต่าง ๆ จากประสบการณ์ในอดีต หรือ เป็นการเรียนรู้ใหม่ ๆ ด้วยความตั้งใจ จดจ่อ และใส่ใจ การกระทำที่เกิดขึ้นโดยรู้ตัว เป็นการกระทำที่ทำซ้ำ ๆ ถูกควบคุมโดยสมองส่วน ซีรีบรัลคอร์เท็กซ์ (Cerebral cortex) ซึ่งเป็นสมองส่วนที่ควบคุมกิจกรรมที่รู้ตัว โดยที่กิจกรรม หรือการกระทำของบุคคล สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ดังนั้น บุคคลที่ได้รับการฝึกฝน เกิดการเรียนรู้ จะสามารถเปลี่ยนแปลงการกระทำของตนเอง เมื่อฝึกฝนซ้ำบ่อย ๆ จะเกิดเป็นการกระทำที่เกิดขึ้นโดยไม่รู้ตัว และถูกย้ายไปอยู่ในส่วนควบคุมของสมอง เบซัล แกงเกลีย (Basal ganglia) ที่มีการทำงานโดยอัตโนมัติ ซึ่งสามารถนำแนวคิดนี้ไปใช้ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคได้

เนื่องจาก ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เป็นความสามารถที่บุคคลสามารถเรียนรู้และปรับเปลี่ยน หรือพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ เหมือนกับลักษณะนิสัยอื่น ๆ ดังนั้น หากบุคคลมีการปรับเปลี่ยนและพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคซ้ำ ๆ ให้มีระดับสูงขึ้นเรื่อย ๆ บุคคลนั้นก็จะมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงขึ้น

จากแนวคิดจิตวิทยาการรู้คิดจิตประสาทและภูมิคุ้มกันวิทยา และสรีรวิทยาประสาทวิทยา สามารถสรุปได้ว่า ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของบุคคลประกอบด้วย คุณลักษณะภายใน เช่น ความอดทน ความกล้าหาญ แรงจูงใจ เป็นต้น และคุณลักษณะภายนอกของบุคคล เช่น ทักษะ ความรู้ เป็นต้น ซึ่งสามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ โดยบุคคลต้องได้รับการฝึกฝนให้เกิดเป็นการกระทำซ้ำ ๆ เพื่อให้สมองจดจำพฤติกรรม และสามารถตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรคได้อย่างเข้มแข็งจนเป็นอัตโนมัติ บุคคลที่มีระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูง จะเป็นบุคคลที่มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี มีความอดทน ประสบความสำเร็จในการทำสิ่งต่าง ๆ และมีความสุขในการดำเนินชีวิต แผนภาพที่ 2.2 แสดงกรอบแนวคิดพื้นฐานของ



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

แผนภาพที่ 2.2 กรอบแนวคิดพื้นฐานของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค
Stoltz (1997, p. 83)

1.4 องค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

Stoltz (1997) ได้นำแนวคิดการมองโลกในแง่ดี และทฤษฎีการควบคุมผสมผสาน (Hybrid Control Theory) ที่เป็นการผสมผสานแนวคิดความเข้มแข็งอดทน ความเชื่ออำนาจ การฟื้นพลัง การรับรู้ความสามารถของตนเอง และทฤษฎีการอ้างสาเหตุ พัฒนาเป็นองค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 มิติ เรียกว่า CO_2RE และถูกนำไปใช้ในการประเมินระดับของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

มิติที่ 1 การควบคุม (C = Control) หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ และการควบคุมสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรค เพื่อหาวิธีการแก้ไข และดำเนินการแก้ไข ให้ผ่านพ้นเหตุการณ์ที่มีปัญหาไปได้ บุคคลที่มีมิติด้านการควบคุมสูง เมื่อเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค จะพยายามหาหนทางแก้ไข และทำการแก้ไข ด้วยความเพียรพยายามและอดทน และมีความเชื่อว่าทุกปัญหาสามารถควบคุมและแก้ไขได้ ส่วนบุคคลที่มีมิติด้านนี้ต่ำ มักไม่สนใจปัญหา ไม่พยายามแก้ไขปัญหาที่คิดว่าตนเองไม่สามารถควบคุมได้ ปล่อยให้ตัวเองจมอยู่กับความทุกข์ที่เกิดจากปัญหาและอุปสรรคเหล่านั้น เกิดเป็นความรู้สึกยอมพ่ายแพ้กับทุกสิ่งที่เกิดขึ้น

มิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ (O_2 = Origin and Ownership) หมายถึง การคิดวิเคราะห์เพื่อหาสาเหตุและวิธีการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคให้สำเร็จ ด้วยความรู้สึกรับผิดชอบว่าเป็นปัญหาของตนเอง ไม่ผลักภาระความรับผิดชอบไปให้บุคคลอื่น โดยบุคคลที่มีมิติด้านสาเหตุและความรับผิดชอบสูง เมื่อเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค จะคิดว่าตนเองเป็นเจ้าของปัญหา และพยายามวิเคราะห์เพื่อหาสาเหตุของปัญหานั้น ด้วยการพิจารณาจาก ตัวเอง และปัจจัยภายนอก เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ในข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้น และมีการปรับปรุงแก้ไข จนสามารถแก้ไขปัญหาและเอาชนะอุปสรรคได้ ส่วนผู้ที่มีมิติด้านนี้ต่ำมักจะตำหนิหรือกล่าวโทษตนเอง ทำให้หมดกำลังใจ ไม่มีความหวัง เกิดเป็นความรู้สึกท้อแท้ ซึมเศร้า และยอมแพ้ในที่สุด

มิติที่ 3 การกระจายตัวของปัญหา (R = Reach) หมายถึง การที่แต่ละบุคคลประเมินผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค ที่มีต่อการดำเนินชีวิตของตนเอง และประเมินว่าปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นมีการกระจายตัวอย่างไร มีผลเฉพาะเหตุการณ์นั้น ๆ หรือมีผลต่อเหตุการณ์อื่น ๆ ด้วย บุคคลที่มีมิติการกระจายตัวของปัญหาสูง จะเป็นบุคคลที่สามารถควบคุมอารมณ์ สามารถควบคุมผลกระทบของปัญหา พร้อมรับความยากลำบาก ไม่จมกับความทุกข์ที่เกิดขึ้น และคิดว่าปัญหาที่เกิดขึ้น จะเกิดเฉพาะในเหตุการณ์นั้น ๆ เท่านั้น ส่วนบุคคลที่มีมิติด้านนี้ต่ำ จะคิดว่าปัญหาและอุปสรรค ที่เกิดขึ้นจะส่งผลกระทบต่อเหตุการณ์อื่น ๆ ด้วย จนทำให้ไม่สามารถทำงานต่าง ๆ ได้สำเร็จ

มิติที่ 4 ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา (E = Endurance) หมายถึง ความสามารถในการอดทน และในการจัดการกับความยืดเยื้อของปัญหา การพยายามจัดการปัญหาและอุปสรรค โดยบุคคลที่มีมิติความอดทนสูง จะเข้าใจว่าปัญหาและอุปสรรค เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นในระยะเวลาหนึ่ง และจะพยายามแก้ไขปัญหาและอุปสรรคให้หมดโดยเร็ว ตลอดจนพยายามฝึกฝนตนเองให้มีความรู้ความสามารถ และมีทักษะอย่างสม่ำเสมอ จนเป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จ ส่วนบุคคลที่มีมิติด้านนี้ต่ำ จะคิดว่าปัญหาและอุปสรรค ส่วนบุคคลที่มีมิติด้านนี้ต่ำ จะคิดว่าปัญหาและอุปสรรค เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ไม่สามารถแก้ไขได้ ไม่สามารถทำให้หมดสิ้นลงได้ เกิดเป็นความรู้สึกท้อแท้ หมดกำลังใจ และสิ้นหวัง ส่งผลให้ประสบความล้มเหลวในการดำเนินชีวิต

จากองค์ประกอบทั้ง 4 มิติของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคนั้น จะเห็นได้ว่า บุคคลที่มีระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูง เมื่อเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค จะคิดว่าตนเองเป็นเจ้าของปัญหา และพยายามวิเคราะห์เพื่อหาสาเหตุของปัญหานั้น ๆ โดยมีความคิดว่าปัญหาและอุปสรรค เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นชั่วคราว สามารถควบคุมได้ สามารถแก้ไขได้ และจะพยายามหาหนทางแก้ไข ด้วยความเพียร พยายาม อดทน เพื่อให้ปัญหาและอุปสรรค หมดสิ้นโดยเร็ว และจะพยายามฝึกฝนตนเองให้มีความรู้ ความสามารถ และมีทักษะ อย่างสม่ำเสมอ

1.5 การพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

Stoltz (1997) ได้เสนอแนวทางการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ที่ประกอบไปด้วย 4 ขั้นตอนเรียงลำดับต่อเนื่องกัน เรียกว่า LEAD ได้แก่ ขั้นที่ 1 การฟังการตอบสนองปัญหาและอุปสรรค (Listen: L) เป็นการฟังการตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรค ความยากลำบากที่เข้ามารบกวนการดำเนินชีวิต ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญในการเปลี่ยนแปลงความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของแต่ละบุคคล ที่ฝังลึกในจิตใจมานานและเกิดเป็นนิสัยติดตัว ขั้นที่ 2 การสำรวจต้นเหตุของปัญหา (Explore: E) เป็นการสำรวจต้นเหตุของปัญหาและอุปสรรค และการแสดงความรับผิดชอบของตนเองต่อปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น ตลอดจนเรียนรู้ความผิดพลาดในการกระทำของตนเอง ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ (Analyze: A) การวิเคราะห์การตอบสนองของตนเองที่มีต่อปัญหา และอุปสรรคที่เกิดขึ้น โดยพยายามกำจัดการตอบสนองในเชิงลบ เพื่อให้ปัญหาและอุปสรรคที่มีอยู่มีระดับความรุนแรงที่ลดลง และขั้นที่ 4 การปฏิบัติ (Do Something: D) การลงมือปฏิบัติเพื่อให้ปัญหาและอุปสรรคหมดสิ้น และหาวิธีควบคุมเพื่อไม่ให้ปัญหาและอุปสรรคเข้ามามีบทบาทในการดำเนินชีวิต

งานวิจัยอื่น ๆ ได้นำขั้นตอนการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของ Stoltz (1997) ไปปรับใช้ ด้วยการปรับโครงสร้าง และรายละเอียดในแต่ละขั้นตอน เป็นต้นว่า นพดล โชติกพานิชย์ (2549) ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง (2551) และสิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม (2554) เสนอขั้นตอนการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ที่ประกอบไปด้วย 4 ขั้นตอน เช่นเดียวกับ Stoltz (1997) แต่ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง (2551) ได้เพิ่มขั้นตอนการสรุปและประเมินผล ที่เป็นการสรุป และประเมินผลการแก้ไขอุปสรรคของตนเอง

งานวิจัยของ (รุ่งระวี สุขแย้ม, 2559) ได้เสนอ ขั้นตอนการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ที่มีบางขั้นตอนของการพัฒนาเช่นเดียวกันกับขั้นตอนการพัฒนาของ Stoltz (1997) ได้แก่ การเผชิญปัญหาและอุปสรรค การวางแผนกำหนดเป้าหมาย และการปฏิบัติ โดยเพิ่มเติมขั้นตอน การรวบรวมข้อมูลและสรุป และการประเมินและปรับปรุง เช่นเดียวกับ ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง (2551)

จะเห็นได้ว่า งานวิจัยต่าง ๆ ได้ยึดขั้นตอนการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของ Stoltz (1997) เป็นต้นแบบ ทำให้ได้ระดับของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงขึ้น ดังนั้น งานวิจัยนี้จึงใช้ขั้นตอนการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของ Stoltz (1997) ในการศึกษาวิจัยด้วยเช่นกัน

1.6 การวัดความสามารถในการเผชิญละฟันฝ่าอุปสรรค

การวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของแต่ละบุคคลนั้น เป็นการวัดจากคุณลักษณะด้านความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ที่ประกอบด้วย 4 มิติ ได้แก่ มิติการควบคุม มิติสาเหตุและความรับผิดชอบ มิติการกระจายตัวของปัญหา และมิติความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา โดยที่แบบวัดหรือมาตรวัดประกอบด้วยข้อคำถาม ที่เป็นสถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อให้ผู้ตอบคำถามคิดว่าถ้าสถานการณ์นั้นเกิดขึ้นกับตนเอง จะตอบสนองต่อสถานการณ์นั้นอย่างไร

Stoltz (1997) ได้พัฒนามาตรวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเรียกว่า The Adversity Response Profile – ARP ประกอบด้วยคำถามข้อใหญ่จำนวน 30 ข้อ แต่ละข้อใหญ่มีคำถามย่อยจำนวน 2 ข้อ เพื่อใช้วัดองค์ประกอบของความสามารถการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคทั้ง 4 มิติ มิติละ 15 ข้อ มาตรวัดประกอบด้วยข้อคำถามเชิงบวก มิติละ 5 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบ มิติละ 10 ข้อ แต่ละข้อคำถาม มีระดับการเลือกตอบ 5 ระดับ (1 2 3 4 และ 5) และกำหนดให้นำเฉพาะข้อคำถามเชิงลบไปใช้ในการคำนวณคะแนนระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคต่อไป

โดยกำหนดการแปลผลคะแนนรวมของ 4 มิติ 200 คะแนน เป็น 5 ระดับ คือ 1) ระดับสูง มีคะแนนตั้งแต่ 166 ถึง 200 คะแนน หมายถึง บุคคลนั้นมีความอดทน เพียรพยายาม ในการต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรค มีมุมมองเชิงบวกเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคที่เข้ามาในชีวิต สามารถพลิกวิกฤติให้เป็นโอกาส เป็นบุคคลที่พร้อมพัฒนาศักยภาพของตนเองอยู่เสมอ สามารถก้าวผ่านปัญหาและอุปสรรค และประสบผลสำเร็จในชีวิต 2) ระดับค่อนข้างสูง มีคะแนนตั้งแต่ 135 ถึง 165 คะแนน หมายถึง บุคคลนั้นมีความอดทน เพียรพยายาม ในการต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรคระดับปานกลาง เป็นบุคคลที่สามารถเรียนรู้ ปรับเปลี่ยนมุมมองเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรค เพื่อพัฒนาศักยภาพของตนเอง และสามารถก้าวผ่านปัญหาและอุปสรรค 3) ระดับปานกลาง มีคะแนนตั้งแต่ 95 ถึง 134 หมายถึง บุคคลนั้นสามารถทำงานได้ดีตามศักยภาพของตนเอง มีการรับรู้ความสามารถของตนเองปานกลาง มีการดำเนินชีวิตที่ค่อนข้างราบเรียบ แต่หากเกิดปัญหาและอุปสรรคที่ก่อให้เกิดความล้มเหลวในชีวิต จะเป็นความรู้สึกเสียใจ สูญเสีย คับแค้นใจ โกรธ คิดว่าเป็นวิกฤติของชีวิต และสะสมความรู้สึกเหล่านี้ไว้เป็นระยะเวลานาน 4) ระดับค่อนข้างต่ำ มีคะแนนตั้งแต่ 60 ถึง 94 คะแนน หมายถึง บุคคลนั้นมีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำ ไม่ใช้ความสามารถของตนเองตามศักยภาพ

ที่มีอยู่ ส่งผลให้ไม่สามารถก้าวข้ามผ่านปัญหาและอุปสรรค จนเกิดความรู้สึกหมดความเพียรพยายาม ต้องการหลีกหนีปัญหาและอุปสรรค และท้อแท้ สิ้นหวัง ในชีวิต และ 5) ระดับต่ำ มีคะแนนตั้งแต่ 59 ถึง 0 คะแนน หมายถึง บุคคลนั้นขาดแรงจูงใจ ขาดความอดทน เพียรพยายาม ในการทำสิ่งต่าง ๆ ก่อให้เกิดความทุกข์กาย ไม่สบายใจ ส่งผลต่อประสิทธิภาพในการทำงาน สุขภาพกาย สุขภาพใจ และการดำเนินชีวิตประจำวัน (Stoltz, 1997)

Stoltz (2000) ได้ปรับมาตรวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคที่ได้พัฒนาไว้ เพื่อนำไปใช้เป็นแบบทดสอบในการคัดเลือกพนักงาน และการพัฒนาบุคลากร โดยปรับให้มีจำนวนคำถามลดลงเหลือ 20 ข้อ ไม่มีข้อย่อย และเป็นคำถามเดียวในแต่ละสถานการณ์ที่เกี่ยวกับการเผชิญวิกฤตทางอาชีพ มีระดับการเลือกตอบ 5 ระดับ ในการคำนวณคะแนน ให้นำทุกข้อคิดคำนวณ และนำคะแนนรวมที่ได้คูณด้วย 2 ทำให้ได้คะแนนเต็มทั้งฉบับเท่ากับ 200 เพื่อจะได้ใช้การแปลผลระดับคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคตามเกณฑ์ของ Stoltz (1997) ต่อไป

งานวิจัยอื่น ๆ ได้นำมาตรวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของ Stoltz (1997) และ Stoltz (2000) ไปปรับใช้ ด้วยการปรับข้อคำถาม ภาษา เพื่อให้เหมาะสมกับงานวิจัยและกลุ่มตัวอย่างกลุ่มต่าง ๆ ได้แก่ พนักงานองค์การ (Stoltz, 2000; ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์, 2551), เยาวชน (นันทนุช ตั้งเสถียร, 2546), นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง, 2551; รุ่งระวี สุขแย้ม, 2559), นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม, 2554), นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 (Samart et al., 2017), นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 (กรรณิกา สุขสมัย, 2549), นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 (นพดล โชติกพานิชย์, 2549) และนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 (ณีน์นรา ดีสม และสุวรี ศิวะแพทย์, 2554)

โดยมาตรวัดในแบบวัดของ ของ Stoltz (1997) Stoltz (2000) ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์ (2551) และนันทิยา วชิรลาภไพฑูรย์ (2547) มีลักษณะเป็นมาตรวัดจำแนกความหมาย (Semantic Differential Scale) หรือมาตรวัดของออสกูด (Osgood scale) ส่วนมาตรวัดของ Samart et al. (2017) กรรณิกา สุขสมัย (2549) ณีน์นรา ดีสม และสุวรี ศิวะแพทย์ (2554) นพดล โชติกพานิชย์ (2549) ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง (2551) รุ่งระวี สุขแย้ม (2559) และ สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม (2554) เป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ท (Likert scale) โดยแต่ละมาตรวัดดังกล่าว ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ ส่วนที่เป็นข้อความคำถามซึ่งเป็นสถานการณ์ที่กำหนด และคำตอบให้ผู้ตอบรายงานระดับความคิดเห็นหรือความรู้สึกของตนเอง

รูปแบบของส่วนที่เป็นข้อคำถาม ประกอบด้วย รูปแบบคำถามสมบูรณ์ (Complete Statement) ซึ่งเป็นประโยคที่มีเนื้อหาสมบูรณ์ เช่น หากไฟฟ้าดับระหว่างการทำการบ้านนักเรียนจะปิดไฟและเข้านอน (กรรณิกา สุขสมัย, 2549; นพดล โชติกพานิชย์, 2549; นันทิยา วชิรลาภไพฑูรย์, 2547; สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม, 2554) และรูปแบบคำถามไม่สมบูรณ์ (Incomplete Statement)

ซึ่งเป็นประโยคที่เป็นข้อความไม่สมบูรณ์ เช่น หากไฟดับระหว่างทำการบ้านนักเรียนจะ... (Stoltz, 1997, 2000; ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์, 2551; ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง, 2551; รุ่งระวี สุขแย้ม, 2559) โดยมีจำนวนข้อคำถามแตกต่างกัน คือ Stoltz (2000) ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์ (2551) และ นันทิยา วชิรลาภไพฑูรย์ (2547) กำหนดให้ส่วนของคำถาม ประกอบด้วย ข้อคำถาม จำนวน 20 ข้อ ขณะที่ กรรณิกา สุขสมัย (2549) ณีน์นรา ดีสม และสุวรี ศิวะแพทย์ (2554) และ นพดล โชติกพานิชย์ (2549) กำหนดให้มีจำนวนข้อคำถาม 35 32 และ 34 ข้อตามลำดับ ส่วนของ Samart et al. (2017) ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง (2551) รุ่งระวี สุขแย้ม (2559) และ สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม (2554) กำหนดให้มีจำนวนข้อคำถาม 40 ข้อ และStoltz (1997) มีข้อคำถามทั้งหมด 60 ข้อ

รูปแบบของส่วนที่เป็นคำตอบของแต่ละมาตรวัด มีรูปแบบคำตอบที่แตกต่างกันออกไป เป็นต้นว่า รูปแบบการแสดงความคิดเห็นหรือการแสดงความรู้สึกสองขั้ว (Bipolar Scale) เช่น ยาก-ง่าย ดี-เลว ที่อาจแบ่งช่วงความคิดเห็นระหว่างสองขั้วนั้นออกเป็น 5 ระดับ และใช้ตัวเลข 1 2 3 4 และ 5 แสดงระดับของความคิดเห็น (Stoltz, 1997, 2000) หรืออาจแบ่งช่วงความคิดเห็นระหว่างสองขั้วนั้นเป็น 7 ระดับ โดย ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์ (2551) ใช้ตัวเลข 1 2 3 4 5 6 และ 7 แสดงระดับของความคิดเห็น ส่วน นันทิยา วชิรลาภไพฑูรย์ (2547) ใช้ตัวเลข 3 2 1 0 1 2 และ 3 แสดงระดับของความคิดเห็น นอกจากนี้ ยังมีรูปแบบคำตอบที่เป็นการประเมินค่าความคิดเห็น (Rating scale)
เป็นสเกลตั้งแต่ 3 ถึง 7 ระดับ โดยที่ กรรณิกา สุขสมัย (2549) ใช้สเกล 4 ระดับ ที่ได้ตัดระดับความรู้สึกปานกลางออกไป คงเหลือระดับความรู้สึก มากที่สุด มาก น้อย และน้อยที่สุด ส่วน Samart et al. (2017) ณีน์นรา ดีสม และสุวรี ศิวะแพทย์ (2554) นพดล โชติกพานิชย์ (2549) และ สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม (2554) ใช้สเกล 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด ขณะที่ ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง (2551) และ รุ่งระวี สุขแย้ม (2559) ใช้สเกล 3 ระดับ ที่เป็นการเลือกตอบ (Multiple choice) 3 ตัวเลือก เช่น ก.ไม่เกิดขึ้นแน่นอน ข.อาจเกิดขึ้น ค.เกิดขึ้นเสมอ

ในการคำนวณคะแนนเพื่อนำคะแนนที่ได้ไปแปลผลต่อไป อาจจะเป็นการคำนวณคะแนนเฉพาะข้อคำถามเชิงลบ หรือเป็นข้อคำถามที่ก่อให้เกิดความรู้สึกถึงความยากลำบาก (Stoltz, 1997; สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม, 2554) หรือเป็นการคำนวณคะแนนจากทุกข้อคำถามในมาตรวัด (Samart et al., 2017; กรรณิกา สุขสมัย, 2549; ณีน์นรา ดีสม และสุวรี ศิวะแพทย์, 2554; ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์, 2551; นพดล โชติกพานิชย์, 2549; นันทิยา วชิรลาภไพฑูรย์, 2547; ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง, 2551)

ตารางที่ 2.1 แสดงการเปรียบเทียบลักษณะของมาตรวัดการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคที่พัฒนาโดยนักวิจัยต่างประเทศและในประเทศ (Samart et al., 2017; Stoltz, 2000; กรรณิกา สุขสมัย, 2549; ณีน์นรา ดีสม และสุวรี ศิวะแพทย์, 2554; ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์, 2551; นพดล โชติก

พานิชย์, 2549; นันทิยา วชิรลาภไพฑูรย์, 2547; ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง, 2551; รุ่งระวี สุขแย้ม, 2559; สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม, 2554) ที่เป็นการพัฒนาตามมาตรวัดของ Stoltz (1997) จะเห็นได้ว่า งานวิจัยส่วนมากใช้มาตรวัดแบบลิเคิร์ท ที่มีรูปแบบคำถามสมบูรณ์ จำนวน 30-40 ข้อ และส่วนที่เป็นคำตอบประเมินความคิดเห็นที่มี 5 ระดับ ดังนั้น งานวิจัยนี้ได้พัฒนามาตรวัดการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตาม Stoltz (1997) ด้วยเช่นกัน โดยใช้ลักษณะมาตรวัดแบบลิเคิร์ท ซึ่งเป็นมาตรวัดเจตคติที่ได้รับความนิยมมากที่สุด (ปราณี ทองคำ, 2539) และมีค่าความเชื่อมั่นสูงกว่ามาตรวัดแบบอื่น ๆ (บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์, 2531) โดยมาตรวัดที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วยข้อความที่มีรูปแบบคำถามสมบูรณ์ (Complete statement) และเป็นคำถามที่เป็นสถานการณ์ในชีวิตประจำวัน และการเรียนของนักเรียน จำนวน 40 ข้อคำถาม ที่ครอบคลุมองค์ประกอบทั้ง 4 มิติ ของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค และกำหนดมาตรวัดแต่ละข้อเป็นมาตรวัดประเมินค่า 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด เพื่อให้มีความเหมาะสม และไม่ก่อให้เกิดความยากลำบาก ในการประเมินความรู้สึกของผู้ตอบ ที่เป็นนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 นอกจากนี้ ผู้วิจัยกำหนดการให้คะแนนการตอบของแต่ละตัวเลือกด้วยการให้น้ำหนักตัวเลือก 5 4 3 2 และ 1 ซึ่งทำให้ได้คะแนนรวมเป็น 200 คะแนน เช่นเดียวกับมาตรวัดของ Stoltz (1997) และ Stoltz (2000) เพื่อจะได้นำคะแนนที่ได้แปลความหมายตาม Stoltz (1997) ต่อไป

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตารางที่ 2.1 ตัวอย่างการเปรียบเทียบลักษณะของมาตรวัดการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคที่พัฒนาโดยนักวิจัยต่างประเทศและในประเทศ

ลักษณะมาตรวัด	นักวิจัย										
	Stoltz (1997)	Stoltz (2000)	ธีรศักดิ์ (2546)	นันทิยา (2547)	กรรณิการ์ (2549)	นพดล (2549)	ภิญญาพัชญ์ (2551)	สิริวรรณ (2554)	ณิน์นรา (2554)	รุ่งระวี (2559)	Samart (2017)
กลุ่มตัวอย่าง	บุคคลทั่วไป	พนักงาน/องค์การ	พนักงาน/องค์การ	เยาวชนกระทำผิด	นักเรียนชั้น ม.4	นักเรียนชั้น ม.5	นักเรียนชั้น ป.6	นักเรียนชั้น ม.1	นักเรียนชั้น ม.6	นักเรียนชั้น ป.6	นักเรียนชั้น ม.3
จำนวนข้อคำถาม	60 ข้อ	20 ข้อ	20 ข้อ	20 ข้อ	35 ข้อ	34 ข้อ	40 ข้อ	40 ข้อ	32 ข้อ	40 ข้อ	40 ข้อ
รูปแบบคำถาม	ไม่สมบูรณ์	ไม่สมบูรณ์	ไม่สมบูรณ์	สมบูรณ์	สมบูรณ์	สมบูรณ์	ไม่สมบูรณ์	สมบูรณ์	ไม่มีข้อมูล	ไม่สมบูรณ์	ไม่มีข้อมูล
ประเภทสเกล	Osgood scale	Osgood scale	Osgood scale	Osgood scale	Likert scale	Likert scale	Likert scale	Likert scale	Likert scale	Likert scale	Likert scale
มาตรวัด	สเกล 5 ระดับ	สเกล 5 ระดับ	สเกล 7 ระดับ	สเกล 7 ระดับ	สเกล 4 ระดับ	สเกล 5 ระดับ	เลือกตอบ 3 ตัวเลือก	สเกล 5 ระดับ	สเกล 5 ระดับ	เลือกตอบ 3 ตัวเลือก	สเกล 5 ระดับ
ตัวเลขแสดงระดับ	1,2,3,4,5	1,2,3,4,5	1,2,3,4,5,6,7	3,2,1,0,1,2,3	1,2,3,4	1,2,3,4,5	3 ตัวเลือก	1,2,3,4,5	1,2,3,4,5	3 ตัวเลือก	1,2,3,4,5
การคำนวณคะแนน	เฉพาะข้อคำถามเชิงลบ 40 ข้อ	นำคะแนนทุกข้อคูณ 2	ทุกข้อ	ทุกข้อ	ทุกข้อ	ทุกข้อ	ทุกข้อ	เฉพาะข้อยากลำบาก	ทุกข้อ	ทุกข้อ	ทุกข้อ
คะแนนรวม	200	200	140	140	140	170	120	140	160	120	200
ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัด	ไม่มีข้อมูล	ไม่มีข้อมูล	ไม่มีข้อมูล	0.800	0.890	.936	0.857	0.880	0.861	0.895	0.938

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

1.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยเชิงทดลอง และงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ ที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของวัยรุ่นตอนต้น พบว่า งานวิจัยเชิงทดลองส่วนใหญ่ศึกษาและพัฒนาโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้กับวัยรุ่นตอนต้น โดยใช้ตัวแปรในงานวิจัยแตกต่างกันไป เช่นเดียวกันกับงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ มีการศึกษากลุ่มตัวอย่างในระดับชั้นเรียนต่าง ๆ เพื่อศึกษาตัวแปร ปัจจัย ที่มีผลต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

งานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์

งานวิจัยนี้ ได้ศึกษางานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ ที่เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรวิจัยต่าง ๆ กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างกันไป งานวิจัยของ อภิษฎา จันต๊ะวงค์ (2556) ใช้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 400 คน กนิษฐา หมั่นกิจการ (2550) ใช้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 398 คน จินดาพร ไชยคำ และคณะ (2560) ธิดา ฐิติพานิชยางกูร (2550) ปรียภัสร์ อุปชิต (2557) ใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 475, 873 และ 684 คน ตามลำดับ ทศพร บรรจง (2555) ใช้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 400 คน Pangma et al. (2009) ใช้นักเรียนเกรด 12 จำนวน 672 คน และ Yakoh et al. (2015) ใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นเยาวชน อายุ 8 ถึง 21 ปี จำนวน 116 คน

ผลจากการวิจัยพบว่า ตัวแปรบุคลิกภาพมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ซึ่งอาจเป็นบุคลิกภาพการแสดงออก (กนิษฐา หมั่นกิจการ, 2550; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556) บุคลิกภาพด้านอารมณ์แปรปรวน (กนิษฐา หมั่นกิจการ, 2550) บุคลิกภาพแบบมีสติ บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว บุคลิกภาพการยอมรับผู้อื่น (ทศพร บรรจง, 2555)

นอกจากนี้ Yakoh et al. (2015) กนิษฐา หมั่นกิจการ (2550) จินดาพร ไชยคำ และคณะ (2560) ธิดา ฐิติพานิชยางกูร (2550) ปรียภัสร์ อุปชิต (2557) และ อภิษฎา จันต๊ะวงค์ (2556) พบว่า ตัวแปรการอบรมเลี้ยงดูมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยอาจจะเป็นการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (ปรียภัสร์ อุปชิต, 2557; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556) การอบรมเลี้ยงดูแบบมีเหตุผล (กนิษฐา หมั่นกิจการ, 2550; ธิดา ฐิติพานิชยางกูร, 2550) หรือเป็นการอบรมเลี้ยงดูแบบตามใจ (กนิษฐา หมั่นกิจการ, 2550)

งานวิจัยของ (ธิดา ฐิติพานิชยางกูร, 2550) และ (ทศพร บรรจง, 2555) พบว่า ตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับนักเรียน และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยที่ ธิดา ฐิติพานิชยางกูร (2550) พบว่า สัมพันธภาพภายในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคด้วยเช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อภิษฎา จันต๊ะวงค์ (2556) นอกจากนี้ ตัวแปร ความฉลาดทางอารมณ์ (จินดาพร ไชยคำ และคณะ, 2560; ปรียภัสร์ อุปชิต, 2557) เชาวน์ปัญญา (จินดาพร ไชยคำ และคณะ, 2560) และ บรรยากาศการเรียนการสอน (ธิดา ฐิติพานิชยางกูร, 2550) มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคด้วย

ขณะที่ผลการวิจัยของ กนิษฐา หมั่นกิจการ (2550) จินดาพร ไชยคำ และคณะ (2560) ธิดา ฐิติพานิชยางกูร (2550) ปรียภัสร์ อุปชิต (2557) และ อภิษฎา จันต๊ะวงค์ (2556) พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยที่ Pangma et al., (2009) ปรียภัสร์ อุปชิต (2557) และ อภิษฎา จันต๊ะวงค์ (2556) พบว่า ตัวแปร ความรับผิดชอบมี

ความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยมีตัวแปรการมุ่งผลสัมฤทธิ์ และความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มเติมด้วย เช่นเดียวกันกับผลการวิจัยของ จินดาพร ไชยคำ และคณะ (2560) และ อภิษฎา จันต๊ะวงค์ (2556) ที่พบว่าความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

นอกจากนี้ ปรียภัสร์ อุปชิต (2557) และ อภิษฎา จันต๊ะวงค์ (2556) ได้พบว่า ตัวแปรลักษณะมุ่งอนาคตมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเพิ่มเติมด้วย โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.74 และ 0.86 ตามลำดับ แสดงให้เห็นว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระดับสูง

จากการศึกษางานวิจัยข้างต้น พบตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนที่เป็นวัยรุ่นตอนต้น เป็นต้นว่า บุคลิกภาพ ความรับผิดชอบ ความเชื่อมั่นในตัวเอง สิ่งแวดล้อม การอบรมเลี้ยงดู ลักษณะมุ่งอนาคต แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ฯลฯ ดังนั้น การพัฒนาตัวแปรต่าง ๆ เหล่านี้ จะเป็นการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้แก่นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้นได้

งานวิจัยเชิงทดลอง

งานวิจัยนี้ได้ศึกษางานวิจัยต่าง ๆ ที่พัฒนาโปรแกรม หรือรูปแบบการเรียนรู้ เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการพัฒนาและฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักเรียนระดับชั้นต่าง ๆ

งานวิจัยของ นพดล โชติกพานิชย์ (2549) พัฒนาโปรแกรมพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคด้านการเรียนของนักเรียน ที่ใช้ตัวแปรในการศึกษา คือ เพศ สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน โปรแกรมประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ ตระหนักรู้ถึงปัญหา ค้นหาสาเหตุของปัญหา วิเคราะห์ปัญหา และลงมือปฏิบัติการแก้ปัญหา เช่นเดียวกันกับขั้นตอนการพัฒนาความสามารถและฟันฝ่าอุปสรรคของ Stoltz (1997) โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 20 คน เป็นชาย 10 คน หญิง 10 คน ใช้เวลาในการทดลอง 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ผลจากการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคมากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 และนักเรียนชายและนักเรียนหญิง มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคด้านการเรียนไม่มีความแตกต่างกัน

ขณะที่ ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง (2551) ได้พัฒนารูปแบบการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ที่นำหลักสำคัญในการแก้ปัญหาตามแนวพุทธศาสตร์ คือ อริยสัจ 4 บูรณาการกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค รูปแบบการเรียนรู้ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน โดยมี ขั้นตอน ระลึกรู้อุปสรรค สืบหาสาเหตุ ปฏิบัติการ เช่นเดียวกับ นพดล

โชติกพานิชย์ (2549) แต่ตัดขั้นตอนวิเคราะห์ปัญหาออกไป และเพิ่มขั้นตอนกำหนดเป้าหมาย และขั้นตอนสรุปและประเมินผลเข้ามา งานวิจัยนี้ใช้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 72 คน เป็นกลุ่มตัวอย่าง ใช้เวลาทดลอง 18 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 54 ชั่วโมง ผลจากการวิจัยพบว่า รูปแบบการเรียนรู้สามารถเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคได้ในระดับมาก นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการเรียนรู้ด้วยรูปแบบการเรียนรู้ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคก่อนและหลังการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เช่นเดียวกับงานวิจัยของ สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม (2554) ที่ได้พัฒนาโปรแกรมพัฒนานักเรียนที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค แต่ใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนานักเรียนประกอบด้วย 7 ขั้นตอน โดยมีขั้นตอนการพัฒนาโปรแกรม เช่นเดียวกับ นพดล โชติกพานิชย์ (2549) ได้แก่ ตระหนักรู้ถึงปัญหา ค้นหาสาเหตุของปัญหา วิเคราะห์ปัญหา และลงมือปฏิบัติการแก้ปัญหา และได้เพิ่มขั้นตอน เสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง เสริมสร้างการคิดบวก และเสริมสร้างกำลังใจ งานวิจัยนี้ใช้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 40 คน เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทดลองสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 45 นาที รวม 12 ครั้ง ผลจากการวิจัย พบว่า การเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนานักเรียน ช่วยพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้สูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

รุ่งระวี สุขแย้ม (2559) พัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอนเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ที่ใช้กระบวนการเรียนรู้แบบสืบเสาะหาความรู้ บูรณาการกับแนวคิดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ได้แก่ เผชิญปัญหาและอุปสรรค วางแผนกำหนดเป้าหมาย ปฏิบัติการแก้ปัญหา รวบรวมข้อมูลและสรุป ประเมินและปรับปรุง รู้ค่าและเสริมพลัง โดยมีขั้นตอนลงมือปฏิบัติการแก้ปัญหา และสรุป ประเมินผลลัพธ์ เช่นเดียวกันกับ ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง (2551) งานวิจัยนี้ ใช้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 24 คน เป็นกลุ่มตัวอย่าง ใช้เวลาทดลองเป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 32 ชั่วโมง ผลจากการวิจัย พบว่า ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในการเรียนหลังจากการเรียนโดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนการสอน สูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีผลการเรียนของนักเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ณีน์นรา ดีสม และสุวรี ศิวะแพทย์ (2554) ได้นำแนวคิดพุทธศาสนาเข้ามาช่วยในงานวิจัยเช่นเดียวกับงานวิจัยของ ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง (2551) แต่เป็นการพัฒนาโปรแกรมความคิดเชิงบวกที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ซึ่งนำแนวคิดพุทธศาสนาคือ โยนิโสมนสิกาเข้ามาใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะความคิดเชิงบวก 5 องค์ประกอบ ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี ความเชื่อ ความมุ่งมั่น ความมั่นใจ และความอดทน งานวิจัยใช้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 20 คน เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทำการทดลองสัปดาห์ละ 3 ครั้ง จำนวน 4 สัปดาห์ รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ผลจากการวิจัยพบว่า หลังการเข้าร่วมโปรแกรมความคิดเชิงบวก กลุ่มทดลองมี

คะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

นอกจากนี้ Samart et al. (2017) พัฒนาโปรแกรมพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคด้านการเรียนของนักเรียน โดยได้ศึกษาตัวแปร ความเข้าใจ การเห็นอกเห็นใจ ความรับผิดชอบ การให้คำปรึกษา ใช้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 16 คน เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทำการทดลอง 7 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวม 14 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที ผลการศึกษาวิจัยพบว่า หลังจากใช้โปรแกรมฯ สามารถพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนให้สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

จากการศึกษางานวิจัยข้างต้น พบว่า ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคนั้น สามารถทำได้ด้วยการพัฒนารูปแบบการเรียนรู้ หรือโปรแกรมการจัดการการเรียนรู้ ที่นำหลักสำคัญในการแก้ปัญหาตามแนวพุทธศาสตร์ หรือกระบวนการเรียนรู้ บูรณาการกับแนวคิดทฤษฎีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค หรือเป็นการพัฒนาโปรแกรมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคที่ใช้ตัวแปรต่าง ๆ ที่เหมาะสม เช่น ความเชื่อ ความเข้าใจ ความมุ่งมั่น ความอดทน ความรับผิดชอบ ฯลฯ นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่งานวิจัยเหล่านี้เลือกใช้มากที่สุด คือ นักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้น ที่มีอายุระหว่าง 11-15 ปี และมีระยะเวลาที่เหมาะสมในการทำกิจกรรม 7 ถึง 18 สัปดาห์ ครั้งละ 30 - 60 นาที ดังนั้น งานวิจัยนี้จะได้พัฒนาโปรแกรมลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยมีการออกแบบกิจกรรมให้แก่กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วม จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที

ตอนที่ 2 ลักษณะมุ่งอนาคต

2.1 ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต

ลักษณะมุ่งอนาคต (Future Orientation: FO) เป็นกระบวนการที่ถูกนำมาใช้ในการพัฒนาบุคคลให้สามารถคาดการณ์ และมองเห็นเป้าหมายในอนาคต เป็นบุคคลที่มีความอดทน พากเพียร ไม่ย่อท้อ พร้อมต่อสู้กับปัญหา และรับมือกับอุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น รวมถึงสามารถหาวิธีจัดการกับปัญหาและอุปสรรคเหล่านั้นได้อย่างเหมาะสม เพื่อช่วยให้บรรลุเป้าหมายที่แต่ละบุคคลได้ตั้งไว้

มีผู้ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตไว้หลากหลาย เป็นต้นว่า Mischel (1974) ได้ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตว่า เป็นความสามารถของบุคคลในการคาดการณ์ และตั้งเป้าหมายสำหรับอนาคต โดยที่บุคคลนั้นต้องมีสุขภาพทางกายและสุขภาพทางใจดี สามารถควบคุมตนเอง ให้มีความอดทน รู้จักการรอคอย เพื่อให้ได้รับสิ่งที่ดีและเหมาะสมมากกว่าในอนาคต ประสบความสำเร็จและได้รับผลลัพธ์ตามเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ นอกจากนี้ Segura (1991) และ Heckhausen (1967)

ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตเพิ่มเติมจาก Mischel (1974) ว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการวางแผน และจัดการ โดยใช้ความสามารถของตนเอง เพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่คาดการณ์ไว้ในอนาคต เช่นเดียวกับ ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2539) และ นาตยา ปิลันธนานนท์ (2526) ได้ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตเพิ่มเติมจาก Mischel (1974) ในด้านจริยธรรมของบุคคลว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นคุณลักษณะหนึ่งของบุคคลที่มีพฤติกรรมพึงปรารถนา อาทิ ความซื่อสัตย์สุจริต ประพฤติตนตามกฎระเบียบของสังคม ไม่สร้างความเดือดร้อนให้ตนเอง บุคคลอื่น สังคม และประเทศชาติ เป็นต้น ตลอดจนเป็นบุคคลที่สามารถต่อต่อสู้กับอุปสรรค ด้วยความพากเพียรพยายามเพื่อให้ตนเองประสบความสำเร็จ โดยบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง จะเป็นบุคคลที่มีจินตนาการทางความคิด สามารถตัดสินใจเลือกวิธีการที่ดีที่สุด เพื่อไปถึงเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ และสามารถมองเห็นผลดีและผลเสียที่เกิดขึ้นจากการใช้วิธีการต่าง ๆ ที่เลือกไว้ (บุญรับ ศักดิ์มณี, 2532; ศศิธร คงครบ, 2558; สุรพงษ์ ชูเดช, 2534; อุบล เลี้ยววาริณ, 2534)

จากความหมายดังกล่าว สรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคต เป็นคุณลักษณะหนึ่งของพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออก โดยมีความเกี่ยวข้องกับกระบวนการคิด การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา บุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคต จะมีความสามารถในการคาดการณ์เกี่ยวกับเป้าหมายในอนาคต มีการจัดการวางแผน มีการตัดสินใจ เลือกใช้วิธีการที่ดีและเหมาะสมที่สุดสำหรับการแก้ไขปัญหา รู้จักการรอคอย และมีความอดทนเพื่อทำเป้าหมายที่วางไว้ให้สำเร็จ

2.2 ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต

ลักษณะมุ่งอนาคต มีความสำคัญต่อการพัฒนาคุณลักษณะที่ดีให้เกิดขึ้นในตัวบุคคล เนื่องจากบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง จะมีความตั้งใจ มีความมุ่งมั่น มีความพากเพียร มีความอดทน มีความพยายามในการกระทำต่าง ๆ และช่วยให้บุคคลนั้นสามารถจัดการและวางแผน สามารถใช้เหตุผลมากกว่าอารมณ์ในการอธิบายหรือคาดการณ์ตัดสินและแก้ไขปัญหาต่าง ๆ สามารถควบคุมตนเองได้ และประเมินผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นตามมาจากการกระทำของตนเองในอนาคต ทั้งในด้านผลดีและผลเสีย นอกจากนี้ ลักษณะมุ่งอนาคตยังเป็นแรงจูงใจให้บุคคลกระทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ในอนาคต (Mischel, 1974; บุญรับ ศักดิ์มณี, 2532) งานวิจัยของ ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจจนึก (2520) พบว่า เยาวชนที่มีอายุมากขึ้น จะมีลักษณะมุ่งอนาคตในระดับที่ลดลง และแปรผันไปตามลักษณะของสังคม ได้แก่ เพศ ชั้นเรียน สังคม และสภาพแวดล้อมที่บุคคลนั้นอาศัยอยู่ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Nurmi (1991) พบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับลักษณะมุ่งอนาคตของเยาวชน โดยที่เยาวชนเพศหญิงจะมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าเยาวชนเพศชาย ดังนั้น การส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคตให้แก่เยาวชนตั้งแต่แรกเริ่ม อาจส่งผลให้เกิดการพัฒนาเยาวชนที่มีคุณภาพ เติบโตเป็นบุคลากรที่สร้างประโยชน์ให้แก่สังคม และประเทศชาติ รู้จัก

มองการณ์ไกล ประเมินถึงผลดีและผลเสียที่จะตามมาจากการกระทำของตนเอง อีกทั้งเกิดเป็นระบบความคิด การตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพในการดำเนินชีวิต เพื่อจะได้รับมือและจัดการกับปัญหาและอุปสรรคที่เข้ามาในชีวิตและประพฤติปฏิบัติตนให้เกิดพฤติกรรมที่น่าพึงปรารถนา

2.3 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับลักษณะมุ่งอนาคต

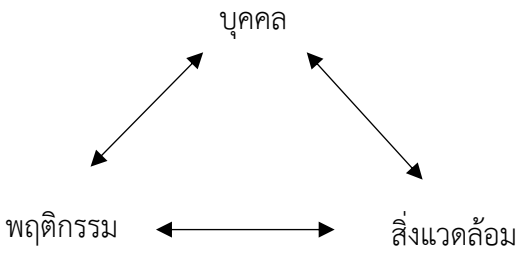
ลักษณะมุ่งอนาคต สามารถพัฒนา และเปลี่ยนแปลงได้ โดยมีแนวคิดและทฤษฎีพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ของบุคคลกับพฤติกรรมที่แสดงออก โดยผ่านกระบวนการทางความคิดที่มีไตร่ตรอง ในการเลือกกระทำพฤติกรรมใด ๆ ซึ่งรวมไปถึงคุณลักษณะอันพึงปรารถนาของแต่ละบุคคลและการมีคุณธรรมและจริยธรรม การอธิบายลักษณะมุ่งอนาคตมาจากแนวคิดและทฤษฎี ดังนี้

2.3.1. ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Learning Theory)

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม เป็นแนวคิดของ Bandura and Walters (1977) โดยศึกษาพฤติกรรมการเรียนรู้ของบุคคลและมีความเชื่อว่า การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นตามแนวคิดในทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาทางสังคม เป็นการเรียนรู้จากการที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และการเลียนแบบจากกระบวนการสังเกต นอกจากนี้ยังส่งผลไปถึงความสามารถในการกำกับตนเองของบุคคล

2.3.1.1 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรม สิ่งแวดล้อม และ บุคคล พฤติกรรม (Behavior) ที่แต่ละบุคคลแสดงออก มีความสัมพันธ์กันอย่างต่อเนื่องระหว่างบุคคล (Person) และสิ่งแวดล้อม (Environment) ดังแสดงในแผนภาพที่ 2.3 โดยที่ผลของการเรียนรู้กับพฤติกรรมที่แสดงออกของแต่ละบุคคล อาจมีความแตกต่างกันออกไป เนื่องจาก บุคคลอาจมีการเรียนรู้โดยไม่มีการแสดงออก หรือไม่ได้แสดงพฤติกรรมออกมาทันที อาทิ การเลียนแบบของบุคคล หากผลของการกระทำใดส่งผลเชิงลบ บุคคลอาจมีการเรียนรู้แต่ไม่แสดงพฤติกรรมที่เลียนแบบ หรือกระทำพฤติกรรมตามตัวแบบ เป็นต้น

CHULALONGKORN UNIVERSITY



แผนภาพที่ 2.3 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรม สิ่งแวดล้อม และ บุคคล

(Bandura & Walters, 1977)

2.3.1.2 การเรียนรู้จากการสังเกต พฤติกรรมของบุคคลส่วนใหญ่เกิดจากการเรียนรู้จากกระบวนการสังเกต การเลียนแบบจากตัวแบบที่บุคคลนั้นชื่นชอบ ประทับใจ และต้องการนำมา

เป็นแบบอย่าง ซึ่งผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการเลียนแบบนั้น จะส่งผลให้เกิดพฤติกรรมใหม่ในตัวบุคคล เกิดเป็นความคาดหวัง ความเชื่อของแต่ละบุคคลที่พร้อมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และเลือกตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม กระบวนการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม แบ่งออกเป็น 2 รูปแบบ ได้แก่

1) การเรียนรู้จากผลของการกระทำ เป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง เรียนรู้จากผลของการกระทำของตนเอง ทั้งในเชิงบวก และเชิงลบ และนำประสบการณ์จากอดีตมาปรับใช้ในปัจจุบัน โดยผลของการกระทำช่วยให้บุคคลสามารถประเมินได้ว่าการกระทำที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ต่าง ๆ นั้น ก่อให้เกิดผลดีหรือผลเสีย หากการกระทำนั้นก่อให้เกิดผลดี จะเกิดเป็นแรงจูงใจ และเป็นสิ่งที่เสริมแรงให้บุคคลนั้นเกิดการกระทำเดิมซ้ำอีก จนสามารถใช้เป็นแนวทางในการกำหนดพฤติกรรมที่เกิดขึ้นของบุคคลได้ในอนาคต

2) การเรียนรู้จากการสังเกต หรือ การเรียนรู้จากการเลียนแบบ เป็นวิธีการหนึ่งที่ช่วยให้บุคคลสามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้กว้างขึ้น โดยสังเกตจากบุคคลอื่น และนำการกระทำหรือพฤติกรรมที่สังเกตได้ มาประพฤติ และปฏิบัติตาม กระบวนการเรียนรู้จากการสังเกตประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ 4 ประการ ได้แก่

2.1) ขั้นใส่ใจ (Attention Process) เป็นขั้นตอนที่บุคคลให้ความใส่ใจและความสนใจในการรับรู้พฤติกรรมของตัวแบบ ซึ่งมีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ การสังเกต และการรับรู้ของแต่ละบุคคล ส่งผลให้บุคคลแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่เลียนแบบออกมา

2.2) ขั้นจดจำ (Retention Process) เป็นขั้นตอนของบุคคลที่มีการจดจำตัวแบบและเก็บไว้ในความทรงจำระยะยาวด้วยการสร้างมโนภาพ และสัญลักษณ์ทางภาษา ขึ้นมาให้มีความชัดเจน เพื่อใช้แทนการจดจำรายละเอียดต่าง ๆ ของพฤติกรรมที่บุคคลต้องการเลียนแบบ ซึ่งทั้ง 2 องค์ประกอบนี้ จะช่วยให้บุคคลสามารถจดจำรายละเอียดต่าง ๆ ได้ง่าย และมีความคงทนในการจดจำ โดยที่การเลียนแบบพฤติกรรมต่าง ๆ นั้น จะไม่สามารถเกิดขึ้นได้ หากไม่มีการจดจำของบุคคล

2.3) ขั้นลงมือปฏิบัติ (Reproduction Process) เป็นขั้นตอนที่บุคคลจะแปรเปลี่ยนสัญลักษณ์หรือมโนภาพที่ตนเองสร้างขึ้นจากขั้นตอนการจดจำ เป็นการแสดงพฤติกรรมจากการเลียนแบบของตัวแบบออกมาได้อย่างเหมาะสม โดยในระยะแรกของการปฏิบัติให้สอดคล้องกับพฤติกรรมตัวแบบ จะกระทำได้ยาก แต่หากบุคคลรับรู้ข้อบกพร่องในสัญลักษณ์ที่ดัดแปลงเพื่อใช้ในการกระทำตามตัวแบบ จะช่วยให้บุคคลสามารถปรับแก้พฤติกรรม จนกระทั่งมีการกระทำตามตัวแบบได้อย่างถูกต้องและมีความเหมาะสม

2.4) ขั้นจูงใจ (Motivation Process) เป็นขั้นตอนที่บุคคลแสดงพฤติกรรมตามตัวแบบเมื่อผลลัพธ์จากขั้นปฏิบัติเป็นไปในทางบวก และจะหยุดการแสดงพฤติกรรมตามตัวแบบเมื่อผลลัพธ์

จากขั้นปฏิบัติเป็นไปในทางลบ ดังนั้น ผลจากการกระทำของตัวแบบมีอิทธิพลอย่างมากต่อแรงจูงใจในการกระทำตามตัวแบบของผู้สังเกต

2.3.1.3 ประเภทของตัวแบบ Bandura and Walters (1977) แบ่งประเภทของตัวแบบออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่

1) ตัวแบบที่มีชีวิต (Live Model) คือ ตัวแบบที่บุคคลสามารถปฏิสัมพันธ์ สังเกต ได้โดยตรง ไม่ต้องผ่านสื่อ ได้แก่บุคคลจริง เช่น บิดา มารดา เพื่อน ครู เป็นต้น

2) ตัวแบบทางสัญลักษณ์ (Symbolic Model) คือ ตัวแบบที่บุคคลสามารถสังเกตได้ผ่านทางสื่อ หรือสัญลักษณ์ เช่น ตัวแบบที่ปรากฏตามโทรทัศน์ วิทยุ นิตยสาร หรือตามคำบอกเล่าจากบุคคลอื่น เป็นต้น

3) ตัวแบบในรูปคำสอน (Verbal Description) คือ ตัวแบบที่เป็นคำสอนผ่านการพูดหรือบอกทางวาจา หรือการเขียนเป็นลายลักษณ์อักษร เช่น คำอธิบายการประกอบหุ่นยนต์ ชุดคำสอนใช้โปรแกรมทางคอมพิวเตอร์ การอบรมสั่งสอนนักเรียน เป็นต้น

2.3.1.4 อิทธิพลของตัวแบบ Bandura and Walters (1977) เชื่อว่า แต่ละบุคคลจะเลือกกระทำพฤติกรรมเลียนแบบตามตัวแบบที่บุคคลนั้นได้รับแรงจูงใจ หรือมีความประทับใจ และเป็นตัวแบบที่ให้ผลลัพธ์ของการกระทำที่ดี มีประโยชน์กับตนเอง ตัวแบบจึงมีอิทธิพลอย่างมากต่อบุคคล โดยบุคคลที่ต้องการเลียนแบบตามตัวแบบ จะสร้างกฎเกณฑ์ หรือหลักการ ในรูปแบบของสัญลักษณ์ เพื่อนำไปใช้ในกระบวนการสังเกต หรืออาจใช้ประสบการณ์ของตนเองร่วมกับกระบวนการสังเกต ทำให้เกิดการปรับปรุง เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ช่วยลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของบุคคล รวมทั้งทำให้เกิดการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ในตัวบุคคล นอกจากนี้ ตัวแบบยังช่วยส่งเสริมการกระทำของบุคคลทั้งเชิงบวก และเชิงลบ โดยบุคคลอาจเลียนแบบพฤติกรรมที่ต้องการ และได้พิจารณาแล้วว่าเป็นพฤติกรรมที่ดี แม้ว่าพฤติกรรมนั้นเป็นพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ เช่น พฤติกรรมก้าวร้าว เป็นต้น และตัวแบบยังมีอิทธิพลต่ออารมณ์ของบุคคลที่ทำการเลียนแบบ โดยที่บุคคลนั้นอาจมีอารมณ์คล้อยตามอารมณ์ของตัวแบบ ตัวแบบที่ง่ายต่อการกระทำตาม หรือสามารถเลียนแบบได้ง่าย รวดเร็ว จะส่งผลให้บุคคลนั้นแผ่ขยายการกระทำที่ได้เลียนแบบจากตัวแบบไปสู่บุคคลอื่นได้

2.3.1.5 กระบวนการกำกับตนเอง (Self-Regulation) การกำกับตนเองเป็นกระบวนการที่มีความสัมพันธ์กันของ บุคคล สิ่งแวดล้อม และพฤติกรรมที่แต่ละบุคคลแสดงออก ซึ่งเป็นตามหลักการพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม ของ Bandura โดยที่ การกำกับตนเอง หมายถึง ความสามารถในการควบคุมความคิด อารมณ์ พฤติกรรมของตนเองด้วยความตั้งใจอย่างมีสติ มีการวางแผนอย่างเป็นระบบ ใช้การตั้งเป้าหมาย การเสริมแรง เพื่อเปลี่ยนแปลงการตอบสนองของพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา ไปสู่พฤติกรรมใหม่ที่มีคุณค่าและเป็นพฤติกรรมที่พึง

ปรารถนา และสำเร็จตามเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ ช่วยให้บุคคลได้รับการพัฒนาศักยภาพที่มีอยู่ได้อย่างเต็มที่ ตลอดจนเกิดเป็นทักษะการเรียนรู้เกี่ยวกับการใช้ชีวิตร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข (Bandura & Walters, 1977; Plutchik, 2003; Schunk & Zimmerman, 1994; ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ, 2559) มีนักจิตวิทยาหลายท่านได้เสนอ กระบวนการกำกับตนเองไว้แตกต่างกัน สามารถสรุปออกเป็น 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นการเตรียมความพร้อม การดำเนินการ และการประเมินผลลัพธ์ มีรายละเอียดแต่ละขั้นตอน ได้แก่

1) การเตรียมความพร้อม บุคคลจะมีการคาดการณ์ล่วงหน้า มีการวางแผน ตั้งเป้าหมาย โดยใช้ความคิด ความเชื่อ ประสบการณ์เดิมในอดีต ความสนใจ การประเมินเกี่ยวกับความสามารถของตนเองและการรับรู้ถึงคุณค่าในตนเอง มาใช้ประกอบการตัดสินใจในการกระทำพฤติกรรม

2) การดำเนินการ บุคคลเลือกตัดสินใจ และลงมือปฏิบัติตามแผนการที่ตนได้วางไว้ โดยมีการควบคุมตนเองและการสังเกตตัวเอง เพื่อให้สามารถบรรลุตามเป้าหมายที่ตนเองวางไว้

3) ประเมินผลลัพธ์ บุคคลจะประเมินตนเอง และพิจารณาผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติว่าสาเหตุใดที่ทำให้ประสบความสำเร็จ หรือ สาเหตุใดที่ทำให้เกิดความล้มเหลว และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นมีความสอดคล้องกับเป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ โดยการตอบสนองนั้นเป็นไปได้ทั้งในเชิงบวก เมื่อบุคคลกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ และเป็นไปในเชิงลบ เมื่อบุคคลกระทำพฤติกรรมได้ต่ำกว่าเกณฑ์ หรือเป้าหมายที่ตนเองกำหนดไว้ ซึ่งขึ้นอยู่กับความพึงพอใจเกี่ยวกับพฤติกรรมที่แต่ละบุคคลประเมินได้

การกำกับตนเอง มีความสำคัญอย่างยิ่งกับนักเรียน ในการช่วยส่งเสริม และพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียนให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น มีการตั้งเป้าหมาย และมีความอดทน พากเพียรในการดำเนินชีวิต และพยายามที่จะทำให้เป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ประสบความสำเร็จ (ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ, 2559)

ดังนั้น การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ในมุมมองของทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม จึงเป็นการเรียนรู้และพัฒนาโดยผ่านการควบคุมและเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเองจากประสบการณ์ในอดีต โดยใช้กระบวนการสังเกต ร่วมกับการเลียนแบบพฤติกรรมผ่านตัวแบบ ด้วยความมานะ มุ่งมั่น อดทน พยายาม มีความเชื่อมั่น และมีความหวัง เพื่อนำตนเองไปสู่เป้าหมายจนประสบความสำเร็จ (Kay, 1950) นอกจากนี้ ลักษณะมุ่งอนาคตสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามอิทธิพลของตัวแบบและแรงเสริม ดังนั้น ผู้สอนควรเป็นตัวแบบที่ดี มีการให้แรงเสริมทางบวกที่เหมาะสมแก่นักเรียน โดยผู้สอนอาจเป็นผู้คอยชี้แนะ ชี้นำแนวทาง ให้นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมายที่เป็นจริง กระตุ้นให้นักเรียนได้คิดถึงอนาคต เปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น และยอมรับ

ความคิดเห็นของนักเรียน ซึ่งจะเป็นการส่งเสริมและสนับสนุนให้นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตสูง (พรรณี ชูทัย เจนจิต, 2545)

2.3.2. จิตวิทยาการรู้คิด(Cognitive Psychology)

จิตวิทยาการรู้คิดเป็นการศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการทางจิต เป็นพฤติกรรมภายในที่ไม่สามารถสังเกต มองเห็น รับรู้ และสัมผัสได้โดยตรงจากประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าว ได้แก่ การรับรู้ การจดจำ การคิด การตีความ การให้เหตุผล การแก้ปัญหา การตัดสินใจ และความเข้าใจ เป็นต้น แนวคิดของกลุ่มจิตวิทยาการรู้คิด เชื่อว่าบุคคลเป็นผู้กระทำต่อสิ่งแวดล้อม มากกว่ากระทำตามสิ่งแวดล้อม เพราะบุคคลสามารถจัดการกับข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ และสามารถคัดกรองสิ่งที่ต้องการรับเข้ามาได้ และเชื่อว่า ความคิดของบุคคลย่อมส่งผลต่อการกระทำหรือพฤติกรรมที่บุคคลนั้นแสดงออกมา

2.3.2.1 จิตวิทยาการรู้คิดประกอบด้วย 2 องค์ประกอบที่สำคัญ ดังนี้

1) การตระหนักรู้ในตนเอง (Awareness) บุคคลมีการตระหนักรู้ และรับรู้กระบวนการทางความคิดของตนเอง สามารถวิเคราะห์ ตีความ เลือกตัดสินใจรับข้อมูล ข่าวสารต่าง ๆ ด้วยวิธีการที่มีความเหมาะสม มีประสิทธิภาพ และก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อตนเองและผู้อื่น

2) กระบวนการกำกับตนเอง (Self - Regulation) ความสามารถของแต่ละบุคคลในการควบคุมตนเอง เมื่อมีปัญหาและอุปสรรคเกิดขึ้น และพิจารณาสาเหตุ ผลกระทบที่ตามมาจากปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น ตลอดจนหาวิธีการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคที่เหมาะสมกับศักยภาพและความสามารถของตนเอง

2.3.2.2 ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญา (Cognitive Development Theory)

ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของเพียเจต์ (Piaget’s Cognitive Development Theory) ได้ศึกษาพัฒนาการทางสติปัญญาของบุคคล ซึ่งเป็นไปตาม 4 ขั้นตอน ตามลำดับ ได้แก่

1) ขั้นประสาทรับรู้และการเคลื่อนไหว (Sensory-Motor Stage) เป็นพัฒนาการทางสติปัญญาเริ่มตั้งแต่วัยแรกเกิด ถึงอายุ 2 ปี โดยใช้ประสาทรับสัมผัสและตอบสนองสิ่งเร้าและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม พฤติกรรมของเด็กช่วงวัยนี้จะใช้การเคลื่อนไหวของอวัยวะในร่างกายเป็นส่วนใหญ่

2) ขั้นเตรียมการคิด ขั้นก่อนปฏิบัติการคิด (Preoperational Stage) เป็นพัฒนาการทางสติปัญญาของช่วงวัยเด็กตอนต้นอายุ 2 ปี ถึง 7 ปี ซึ่งถือว่าตนเองเป็นศูนย์กลางของสังคม จึงเอาแต่ใจตนเอง ขาดความรู้สึกผิดชอบชั่วดี ไร้เหตุผล แต่สามารถเข้าใจความสัมพันธ์ของสิ่งต่าง ๆ ได้มากขึ้น เข้าใจความหมายของจำนวน และสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้

3) ขั้นปฏิบัติการคิดด้านรูปธรรม (The Concreate Operation Stage) เป็นพัฒนาการทางสติปัญญาของช่วงวัยเด็กอายุ 7 ปี ถึง 11 ปี ในช่วงวัยนี้ เด็กสามารถใช้ความคิดด้วยเหตุผลได้ดีขึ้น เข้าใจในเหตุของการเปรียบเทียบของสิ่งต่าง ๆ และสามารถจัดรวมหรือแยกประเภทของวัตถุที่มีความแตกต่างกันได้

4) ขั้นปฏิบัติการคิดด้วยนามธรรม (Formal Operation Stage) เป็นพัฒนาการของเด็กวัยรุ่นอายุ 11 ปี ถึง 15 ปี ช่วงวัยนี้เด็กสามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้จากรูปธรรมและนามธรรม เริ่มมีวิธีการคิดคล้ายวัยผู้ใหญ่ ตลอดจนเข้าใจกฎระเบียบ กฎเกณฑ์ ข้อบังคับของสังคม สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา คิดตั้งสมมุติฐานและพิสูจน์ข้อเท็จจริงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้

โดยกระบวนการทางสติปัญญา ประกอบด้วย

1) การซึมซับ (Assimilation) เป็นกระบวนการทางความคิดของบุคคลเมื่อมีการรับข้อมูลจากการปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เป็นการรับเหตุการณ์ใหม่ เรื่องราวใหม่ และประสบการณ์ใหม่ เข้ามาเก็บสะสมไว้เพื่อสร้างเป็นโครงสร้างทางความรู้และนำไปใช้ประโยชน์ต่อไป

2) การปรับและจัดระบบ (Accommodation) คือกระบวนการความคิดของบุคคลที่เป็นการปรับความรู้ ความเข้าใจจากประสบการณ์เดิมในอดีตให้เข้ากับประสบการณ์ใหม่ที่รับเข้ามา หรือเป็นการเปลี่ยนแนวความคิดเดิมของบุคคลให้สอดคล้องกับแนวคิดใหม่จนเกิดเป็นพฤติกรรมใหม่

3) การเกิดความสมดุล (Equilibration) เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นจากขั้นตอนของการปรับและการจัดระบบ หากบุคคลสามารถปรับกระบวนการทางความคิดจากอดีตผสมผสานเข้ากับปัจจุบันได้อย่างดี จะเกิดเป็นความสมดุลขึ้น แต่หากบุคคลไม่สามารถปรับกระบวนการทางความคิดจากอดีตและปัจจุบันเข้ากันได้ จะก่อให้เกิดความขัดแย้งทางปัญญาขึ้นในตัวบุคคล

ดังนั้นการพัฒนาหรือเสริมสร้างให้บุคคลมีลักษณะมุ่งอนาคต ในมุมมองของแนวคิดจิตวิทยาการรู้คิด เป็นการเสริมสร้างให้บุคคลสามารถเรียนรู้ สร้างความเข้าใจ ตระหนักรู้และรับรู้เกี่ยวกับกระบวนการทางความคิดของตนเอง โดยบุคคลจะนำประสบการณ์ในอดีต มาเก็บไว้เป็นข้อมูล เพื่อสร้างเป็นกระบวนการเรียนรู้ใหม่ และนำมาใช้ในการแก้ไขปัญหา และอุปสรรคต่าง ๆ ที่เข้ามาในการดำเนินชีวิต ส่งผลให้บุคคลนั้นสามารถควบคุมให้ตนเองให้มีความประพฤติ การปฏิบัติตน และการแสดงออกของพฤติกรรมให้เหมาะสมกับกาลเทศะ ไม่ฝ่าฝืนกฎระเบียบทางสังคม ศาสนา และกฎหมาย สามารถแก้ไขปัญหาด้วยความอดทน พยายาม ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค และเลือกใช้วิธีที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหากับศักยภาพของตนเอง จนทำให้เป้าหมายประสบสำเร็จ

2.3.3. ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล (Theory of Reasoned Action : TRA)

ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผลเป็นแนวคิดที่ถูกสร้างขึ้นโดย Ajzen and Fishbein (1980) เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการทำความเข้าใจ อธิบาย และทำนายพฤติกรรม ของบุคคลที่มีการกระทำ

หรือแสดงพฤติกรรมที่ผ่านการไตร่ตรองแล้ว โดยเชื่อว่า บุคคลมีความตั้งใจ หรือเจตนา ในการแสดงพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จ โดยที่ความตั้งใจ หรือเจตนา ถูกกำหนดด้วยปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ ทัศนคติทางบวกหรือทางลบต่อการประเมินพฤติกรรมนั้น ๆ และถูกกำหนดด้วยปัจจัยทางสังคม ได้แก่ ความคาดหวังทางสังคม ทฤษฎีนี้มีข้อจำกัดบางประการ และไม่สามารถใช้อธิบายบางพฤติกรรมของบุคคลที่มีทักษะดีอยู่แล้ว หรือพฤติกรรมที่แสดงออกทางอารมณ์ที่ขาดการคิดไตร่ตรอง เนื่องจากพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกอาจมีปัจจัยหรืออิทธิพลอื่น ๆ เป็นตัวกระตุ้นในการแสดงออก

ดังนั้น การพัฒนาหรือเสริมสร้างให้บุคคลมีลักษณะมุ่งอนาคตสูง สามารถพัฒนาด้วยการฝึกฝนให้บุคคลมีการกระทำด้วยเหตุผล ด้วยการพิจารณาผลลัพธ์ที่เกิดจากการกระทำของตนเองก่อนตัดสินใจลงมือปฏิบัติ หรือแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ โดยพิจารณาว่า การกระทำนั้นจะก่อให้เกิดผลดีหรือผลเสีย สามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสม สามารถหาวิธีการ และเลือกแนวทางที่ดีที่สุดสำหรับการแก้ไขปัญหา เพื่อให้มีความประพฤติ การปฏิบัติตน และการแสดงออกจากการกระทำของตนเองเป็นไปในทิศทางบวก ไม่ก่อให้เกิดปัญหา และสร้างความเดือดร้อนให้แก่ตนเอง บุคคลอื่น สังคม และประเทศชาติ

2.3.4. ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม

ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นตัวแปรหนึ่งในจิตลักษณะ (ลักษณะทางจิตใจ) ทั้ง 8 ประการของทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม ซึ่งเป็นแนวคิดของ ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2539) โดยมีพื้นฐานทางความคิดมาจากทฤษฎีพัฒนาการของโคลเบอร์ก และการประมวลผลการวิจัย ที่เกี่ยวกับการศึกษาสาเหตุของพฤติกรรมประเภทต่าง ๆ ของคนไทยอายุระหว่าง 6-60 ปี โดยที่ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม แสดงถึงความสัมพันธ์เชิงสาเหตุและผลระหว่างจิตลักษณะ 8 ประการ กับพฤติกรรมต่าง ๆ ที่น่าพึงปรารถนาของบุคคลที่เป็นคนดี และคนเก่ง นอกจากนี้ยังแสดงถึงความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างจิตลักษณะพื้นฐาน 3 ประการ ได้แก่ สติปัญญา ประสบการณ์ทางสังคม และ สุขภาพจิต กับ จิตลักษณะบางประการ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เหตุผลเชิงจริยธรรมและลักษณะมุ่งอนาคต

ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมประกอบไปด้วย ส่วนแรก คือ ดอกและผลของต้นไม้ ซึ่งเป็นส่วนที่แสดงถึงพฤติกรรมของบุคคลที่เป็นคนดี และคนเก่ง ประกอบด้วยพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างน่าพึงปรารถนา 4 พฤติกรรม ได้แก่ พฤติกรรมไม่เบียดเบียนตนเอง พฤติกรรมไม่เบียดเบียนผู้อื่น พฤติกรรมปฏิบัติตามหน้าที่ และพฤติกรรมพัฒนาตนเองและสังคม ส่วนที่สอง คือ ส่วนของลำต้น ประกอบด้วยจิตลักษณะ 5 ด้าน ได้แก่ เหตุผลเชิงจริยธรรม ลักษณะมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง ความเชื่ออำนาจในตน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และ ทัศนคติ คุณธรรม ค่านิยม ส่วนสุดท้าย คือ ส่วนของราก ประกอบด้วยจิตลักษณะ 3 ด้าน ได้แก่ สติปัญญา ประสบการณ์ทางสังคม และสุขภาพจิต โดยที่แต่ละส่วนของต้นไม้อาจส่งผลซึ่งกันและกัน กล่าวคือ ส่วนของรากอาจเป็นสาเหตุของการพัฒนา

จิตลักษณะ 5 ประการที่อยู่ที่ลำต้น และ ส่วนของลำต้น อาจเป็นสาเหตุในการพัฒนาเพื่อให้บุคคลเกิดพฤติกรรมของการเป็นคนเก่ง และคนดี

ดังนั้น ในการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ซึ่งเป็นจิตลักษณะด้านหนึ่งที่อยู่ในส่วนของลำต้น ในส่วนประกอบของทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับระดับจริยธรรม โดยลำต้นจะเจริญเติบโต แข็งแรง ชูกิ่ง ก้าน ใบ ดอก ได้นั้น จำเป็นต้องมีรากที่สมบูรณ์และแข็งแรง ซึ่งทำหน้าที่ดูดซึม น้ำ แร่ธาตุ ส่งไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ของต้นไม้ เปรียบเสมือนบุคคลที่ได้รับการพัฒนาทางสติปัญญาที่เหมาะสม มีพื้นฐานทางสังคม และสุขภาพจิตที่ดี จะส่งผลให้บุคคลนั้นเข้าใจ เห็นความสำคัญ และเห็นแนวทางในการพัฒนาตนเองได้ตามหลักจริยธรรม สามารถตั้งเป้าหมายในอนาคต ควบคุมตนเองเพื่อลดการกระทำ หรือพฤติกรรมไม่พึงปรารถนาต่าง ๆ ด้วยความอดทน และสามารถรอคอยสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีกว่าในอนาคตได้ เป็นผลให้บุคคลนั้นมีคุณลักษณะของบุคคลที่เป็นคนเก่งและคนดี ซึ่งเปรียบเสมือนดอกและผลของต้นไม้ในทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม

จากทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม ทฤษฎีจิตวิทยาการรู้คิด ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล และทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม จะเห็นได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคต เป็นคุณลักษณะหนึ่งที่เกิดขึ้นจากการกระบวนการเรียนรู้ทางสังคมของแต่ละบุคคล ซึ่งได้รับอิทธิพลมาจากตัวแบบ และการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง นอกจากนี้ลักษณะมุ่งอนาคต ยังส่งผลให้บุคคลตระหนักและรับรู้เกี่ยวกับกระบวนการทางความคิดของตนเอง มีการประเมินผลลัพธ์ที่เกิดจากการกระทำของตนเองด้วยความเป็นเหตุเป็นผล และสามารถควบคุมตนเองได้จนเกิดเป็นพฤติกรรมที่น่าพึงปรารถนา ดังนั้น ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยจึงนำ 4 ทฤษฎีข้างต้นมาประยุกต์ใช้เพื่อเป็นแนวทางสำหรับการออกแบบและพัฒนาโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต เพื่อเสริมสร้างให้นักเรียนมีความสามารถคาดการณ์ไกลเกี่ยวกับเป้าหมายในอนาคต มีความอดทนรอคอยสิ่งต่าง ๆ สามารถเลือกประพฤติ ปฏิบัติตนให้มีความเหมาะสม ถูกกาลเทศะ ไม่ผิดกฎระเบียบของสังคม ไม่สร้างความเดือดร้อนให้แก่ตนเอง บุคคลอื่น สังคม และประเทศชาติ ตลอดดจนเป็นบุคคลที่มีคุณธรรมและมีจริยธรรม ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 2.2

ตารางที่ 2.2 การประยุกต์แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้ในการพัฒนาโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

แนวคิดและทฤษฎี	หลักการสำคัญ	การนำมาใช้ในงานวิจัยนี้
1. ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม	บุคคลเลียนแบบจากประสบการณ์ตรง และการสังเกตจากตัวแบบ	การให้ตัวแบบ และให้นักเรียนลงมือปฏิบัติจากสถานการณ์เสมือนจริง
2. ทฤษฎีจิตวิทยาการรู้คิด	บุคคลสามารถจัดการข้อมูล ข่าวสาร และสามารถคัดกรองสิ่งต่าง ๆ ที่ต้องการรับเข้ามาได้	การให้นักเรียนร่วมกันวางแผนเพื่อแก้ไขปัญหาและอุปสรรค
3. ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล	บุคคลพิจารณาผลลัพธ์ที่เกิดจากการกระทำของตนเอง และเลือกวิธีการที่เหมาะสมก่อนตัดสินใจลงมือปฏิบัติเพื่อให้ได้ผลลลัพธ์ที่สำเร็จ	การให้อิสระนักเรียนตัดสินใจเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสมในการแก้ปัญหาและอุปสรรค เพื่อทำให้เป้าหมายประสบผลสำเร็จ
3. ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม	บุคคลเลือกประพฤติ ปฏิบัติตนเองให้มีคุณลักษณะของการเป็นคนดี คนเก่ง และมีจริยธรรม	การดำเนินกิจกรรมที่ทำให้นักเรียนสามารถควบคุมความรู้สึกของตนเอง ลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา เมื่อต้องอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ

2.4 ปัจจัยที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคต

การส่งเสริมให้นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตสูง มีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการ สามารถแบ่งออกเป็นกลุ่มต่าง ๆ ดังนี้

1) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน นักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น เป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ เริ่มวางแผนเกี่ยวกับอนาคตของตนเอง โดยใช้ความคิด และใช้การไตร่ตรองเป็นอย่างมาก ในการคาดการณ์เกี่ยวกับสิ่งที่เกิดขึ้นในอนาคต เป็นนักเรียนที่มีความหวังและมีความเชื่อว่าสิ่งที่คาดการณ์ ซึ่งเป็นผลมาจากประสบการณ์หรือตัวแบบที่นักเรียนนำมาใช้เป็นแบบอย่างนั้น จะสามารถเกิดขึ้นได้จริงในอนาคต (สุรพงษ์ ชูเดช, 2534) งานวิจัยที่ผ่านมาแสดงผลการวิจัยในหลากหลายแง่มุม งานวิจัยของ Frieder and Laura (2002) Mischel (1974) ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจจนึก (2520) และ สาวิตรี เต็งณฤทธิ์ศิริ (2547) พบผลการศึกษาที่สอดคล้องกันว่า ในเด็กที่มีอายุไม่เกินระดับชั้นประถมศึกษา เด็กที่มีอายุมากกว่าจะมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าเด็กที่มีอายุน้อยกว่า ในทางกลับกันพบผลงานวิจัยที่สอดคล้องกันว่า ในกลุ่มนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาขึ้นไปจนถึงระดับชั้นปริญญาตรี ลักษณะมุ่งอนาคตจะลดลงตามอายุที่

เพิ่มขึ้น ซึ่งแสดงว่านักเรียนที่มีอายุมากกว่าจะมีลักษณะมุ่งอนาคตน้อยกว่า (Nurmi, 1991; ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจจนึก, 2520; มาลี วิทยาธรรัตน์, 2540)

จากผลการวิจัยทั้ง 2 กลุ่มนี้ สามารถอภิปรายได้ว่า ในช่วยวัยเด็กลักษณะมุ่งอนาคตของบุคคลนั้นจะมีระดับสูงขึ้นตามช่วงวัยที่เพิ่มมากขึ้น จนถึงช่วงวัยรุ่นตอนต้นและมีระดับลดลงเมื่อบุคคลเข้าสู่วัยรุ่นตอนกลาง และตอนปลาย ดังนั้นในงานวิจัยนี้ จึงออกแบบโปรแกรมเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งกำลังเข้าสู่วัยรุ่นตอนต้นและมีแนวโน้มที่จะมีลักษณะมุ่งอนาคตลดลงในอนาคตเมื่อมีช่วงวัยที่สูงขึ้น และการฝึกให้นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตน่าจะทำให้นักเรียนมีทักษะในการแก้ปัญหาที่เป็นอุปสรรคต่อการบรรลุเป้าหมายในอนาคตได้ (ทองทิพภา วิริยะพันธุ์, 2546; พรรณี ชูทัย เจนจิต, 2545)

2) ปัจจัยทางทางสังคมและฐานะเศรษฐกิจ นักเรียนที่อยู่ในบริบทของสังคมที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ มีสภาพแวดล้อมที่ดี และมีฐานะทางเศรษฐกิจระดับปานกลางหรือระดับสูง มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่านักเรียนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ (Kay, 1950) นอกจากนี้ ความสัมพันธ์ในครอบครัวและการอบรมเลี้ยงดู ยังเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคตให้แก่นักเรียน เนื่องจาก สถาบันครอบครัวเป็นรากฐานสำคัญที่ช่วยหล่อหลอมให้นักเรียนเป็นบุคคลที่มีความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจที่ดี มีพฤติกรรมที่น่าพึงปรารถนา มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีสติปัญญาที่พัฒนาตามช่วงวัย ส่งผลให้นักเรียนมีความมั่นใจในตนเอง มีความกล้าในการคาดการณ์ วางแผนกำหนดเป้าหมายสำหรับอนาคต (ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจจนึก, 2520)

3) ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับครู ผู้สอน นักเรียนใช้ชีวิตอยู่ในโรงเรียนเป็นส่วนใหญ่ ดังนั้น ครูจึงมีอิทธิพลอย่างมากที่ช่วยส่งเสริมลักษณะมุ่งอนาคตให้แก่นักเรียน ด้วยการกระตุ้นให้นักเรียนได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น ตั้งเป้าหมายเกี่ยวกับอนาคต จัดการวางแผน ค้นหาข้อมูล และแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง รวมถึงให้แรงเสริมกับนักเรียนอย่างเหมาะสม นอกจากนี้ สัมพันธภาพที่ดีระหว่างครูและนักเรียนเป็นส่วนสำคัญในการสร้างบรรยายกาศที่ดีภายในชั้นเรียน ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนมีกำลังใจในการทำตามเป้าหมายที่ได้วางไว้ มีความภาคภูมิใจในตนเอง และประสบผลสำเร็จในอนาคต (พนิดา สินสุวรรณ, 2527; ศิริบูรณ์ สายโกสุม, 2548)

2.5 การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

มีผู้กล่าวถึงกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่ประกอบด้วยขั้นตอนต่าง ๆ มากมาย เป็นต้นว่า Nurmi (1991) เสนอกระบวนพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การตั้งเป้าหมายเกี่ยวกับอนาคต (Future-Oriented Goals) เป็นการตั้งเป้าหมายในอนาคตของแต่ละบุคคล ขึ้นกับแรงจูงใจที่บุคคลนั้น ๆ ได้รับ รวมถึงการที่บุคคลนั้นเห็นความสำคัญของการตั้งเป้าหมายในอนาคต โดยที่นักเรียนช่วงวัยรุ่นจะมีมุมมองเกี่ยวกับอนาคตด้วยความคาดหวังและ

ความกลัว ดังนั้น ผู้ปกครอง โรงเรียน คุณครู จึงมีความสำคัญที่ช่วยให้นักเรียนเกิดแรงจูงใจในการตั้งเป้าหมายในอนาคต 2) การวางแผน (Future-Oriented Planning) คือ การวางแผนและการดำเนินการเพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายในอนาคตที่ตั้งไว้ โดยมีวิธีการตัดสินใจเลือกแผนการดำเนินการได้อย่างเหมาะสม และสามารถเปลี่ยนแปลง หรือจัดการกับแผนการดำเนินการดังกล่าวได้ หากแผนการไม่สามารถดำเนินการให้สำเร็จได้ในอนาคต การวางแผนดำเนินการอย่างมีทักษะที่ดี จะช่วยให้สามารถประเมินผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นได้ 3) การประเมิน (Future Oriented Evaluation) เป็นขั้นตอนของการประเมินความเป็นไปได้ของเป้าหมายที่ตั้งไว้ในอนาคต โดยประเมินจากแผนดำเนินการที่ได้วางไว้ ว่าสามารถดำเนินการให้แผนนั้นประสบผลสำเร็จได้มากน้อยเพียงใด

Neisser (2014) Nuttin et al. (1984) Weiner (1985) และ Bandura et al. (1996) ได้เสนอ กระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต โดยมีขั้นตอนเพิ่มเติมจากกระบวนการที่ Nurmi (1991) ได้เสนอไว้ คือ ให้บุคคลได้มีโอกาสในการลงมือปฏิบัติตามแผนดำเนินการที่ได้วางไว้ ระบุถึงปัญหาและอุปสรรค ที่เกิดขึ้นระหว่างการปฏิบัติตามแผนการดำเนินการ พร้อมทั้งพิจารณาแนวทางแก้ไขปัญหาและอุปสรรค อย่างเหมาะสม Wright (1971) และ ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2529) เสนอกระบวนการ พัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่แตกต่างจากกระบวนการที่ Nurmi (1991) เสนอไว้ โดยกำหนดให้บุคคลเขียนเรื่องราวเกี่ยวกับเป้าหมาย อาจมีการกำหนดช่วงอายุหรือช่วงเวลาสำหรับการเขียนเรื่องราว โดยบุคคลที่ใช้ระยะเวลาในการเขียนเรื่องราวมากกว่าจะเป็นบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าบุคคลที่ใช้ระยะเวลาในการเขียนเรื่องราวที่น้อยกว่า นอกจากนี้ อาจใช้เกมที่ใช้กระบวนการและการฝึกตรรกะทางความคิดมาช่วย อาทิ เกมหมากรุก เป็นต้น นอกจากนี้ ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2529) ได้เสนอให้มีตัวแบบของการวางแผนการดำเนินการเพื่อให้บรรลุตามจุดประสงค์ในอนาคตที่ตั้งไว้

บุญรับ ศักดิ์มณี (2532) และ สุพิชชา กลิ่นบุหงา (2540) เสนอ กระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต โดยมีขั้นตอนเพิ่มเติมจากกระบวนการที่ Nurmi (1991) ได้เสนอไว้ คือ ให้มีการพิจารณาถึงผลดี ผลเสีย จากการตั้งเป้าหมายในอนาคต โดยที่ บุญรับ ศักดิ์มณี (2532) ได้เสนอเพิ่มเติม ให้ครอบครัว และโรงเรียน เป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่นักเรียน ในการจัดการเวลา ในการวางแผนสำหรับการกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนส่งเสริมและกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความกระตือรือร้นในการเรียน ในการทำงาน มีความอดทน มีความพากเพียร และมีความพยายาม สำหรับการกระทำสิ่งต่าง ๆ ตามแผนการที่วางไว้ เพื่อทำเป้าหมายที่ตั้งไว้ให้ประสบความสำเร็จ

วุฒิพงษ์ ทองก้อน (2543) และ เริงชัย จงพิพัฒนสุข (2543) ได้เสนอ กระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีบางขั้นตอนของกระบวนการเช่นเดียวกันกับกระบวนการของ Nurmi (1991) คือ การตั้งเป้าหมาย การกำหนดวิธีดำเนินการ และการตัดสินใจเลือกใช้วิธีการตามที่ได้วางแผนการไว้อย่างเหมาะสม โดยเพิ่มเติมให้มีการพิจารณาถึงข้อดี ข้อเสีย ของการตั้งเป้าหมายในอนาคต และการ

ปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ นอกจากนี้ วุฒิพงษ์ ทองก้อน (2543) ยังได้กำหนดให้มีการกำหนดระยะเวลาในการดำเนินตามแผนการที่กำหนดไว้ เช่นเดียวกับ อรทัย ภูอกิจ และสมบัติ ท้ายเรือคำ (2559) เสนอกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่ประกอบไปด้วยขั้นตอนการตั้งเป้าหมาย และการให้ตัวแบบที่ดี ได้เรียนรู้จากประสบการณ์ ความสำเร็จของบุคคลอื่น จะสามารถพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของบุคคลได้ จากการศึกษาเอกสาร แนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต สามารถสรุปขั้นตอนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 2.3

ตารางที่ 2.3 การสังเคราะห์กระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

กระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต	Nurmi (1991)	Wright (1971)	Neisser (1976)	Nuttin (1984)	Weiner (1985)	Bandura (1996)	ดวงเดือน (2529)	บุญรับ (2532)	สุพิชชา (2540)	วุฒิพงษ์ (2541)	เริงชัย (2543)	อรทัย (2559)
1. การคาดการณ์ไกล												
1.1 ตั้งเป้าหมาย	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓
1.2 ระบุเป้าหมายในอนาคต		✓					✓					
1.3 วิเคราะห์ความเป็นไปได้ของเป้าหมาย	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓			
1.4 วิเคราะห์ข้อดี ข้อเสียจากการตั้งเป้าหมาย								✓	✓	✓	✓	
2. การวางแผน												
2.1 กำหนด ขั้นตอน วิธีการ วิธีดำเนินการ	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	
2.2 กำหนดระยะเวลาในการดำเนินการ							✓	✓	✓	✓		
2.3 ตัดสินใจเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสม	✓		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	
3. ลงมือปฏิบัติ												
3.1. ปฏิบัติตามแผนการที่วางไว้			✓	✓	✓	✓	✓	✓				
4. การประเมินผลลัพธ์												
4.1. วิเคราะห์ระยะเวลาที่ใช้สำหรับการคาดการณ์ไกล และการวางแผน		✓										
4.2. ระบุถึงปัญหาที่เกิดขึ้น			✓	✓	✓	✓			✓			
4.3. พิจารณาแนวทางการแก้ไขปัญหา			✓	✓	✓	✓			✓			
4.4. ให้ตัวแบบ และแรงเสริม							✓	✓				✓

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางที่ 2.3 แสดงการสังเคราะห์กระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของ Bandura et al. (1996) Neisser (2014) Nurmi (1991) Nuttin et al. (1984) Weiner (1985) Wright (1975) ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2529) เริงชัย จงพิพัฒนสุข (2543) วุฒิพงษ์ ทองก้อน (2543) สุพิชชา กลิ่นบุหงา (2540) และ อรทัย ภูอกิจ และสมบัติ ท้ายเรือคำ (2559) พบว่า กระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตแบ่งเป็น 4 ขั้นตอน ได้แก่

1) การคาดการณ์ไกล เป็นการฝึกให้นักเรียนคาดการณ์เกี่ยวกับสิ่งที่ต้องการให้เกิดขึ้นในอนาคต ประกอบด้วย 4 ขั้นตอนย่อย ได้แก่

1.1) การตั้งเป้าหมาย นักเรียนฝึกการตั้งเป้าหมายหรือคาดการณ์เกี่ยวกับสิ่งที่นักเรียนต้องการให้เกิดขึ้นในอนาคต

1.2) การระบุเป้าหมายในอนาคต นักเรียนบอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ โดยเป้าหมายนั้น เป็นเป้าหมายที่นักเรียนต้องการให้เกิดขึ้นในอนาคต ในการบอกเล่า อาจใช้วิธีเขียนบรรยาย พูด วาดภาพ เป็นต้น

1.3) การวิเคราะห์ความเป็นไปได้ของเป้าหมายที่ตั้งไว้ นักเรียนประเมินความเป็นไปได้ของเป้าหมายที่ตนเองวางไว้ โดยเป็นการประเมินตามหลักความเป็นจริง

1.4) การวิเคราะห์ข้อดี และข้อเสีย จากการตั้งเป้าหมายในอนาคต นักเรียนตระหนักถึงข้อดี และข้อเสีย ที่เกิดขึ้นตามเป้าหมายที่ตนเองได้วางไว้ในอนาคต

2) การวางแผน นักเรียนมีการวางแผน กำหนดวิธีดำเนินการ ตัดสินใจเลือกวิธีการที่มีความเหมาะสม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ ประกอบด้วย 3 ขั้นตอนย่อย ได้แก่

2.1) กำหนด ขั้นตอน วิธีดำเนินการ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ นักเรียนกำหนดขั้นตอน วิธีการ และวิธีดำเนินการสำหรับการปฏิบัติตามเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้

2.2) กำหนดระยะเวลาในการดำเนินการตามแผนการที่กำหนดไว้ นักเรียนกำหนดระยะเวลาที่ใช้ในการดำเนินการ โดยเป็นการกำหนดตามความเหมาะสม และตามความเป็นไปได้สำหรับการปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้

2.3) ตัดสินใจเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสม นักเรียนตัดสินใจเลือกใช้แผนที่ได้วางไว้ ให้มีความเหมาะสมตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

3) การลงมือปฏิบัติ นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติตามแผนการที่วางไว้

3.1) ปฏิบัติตามแผนการที่วางไว้ นักเรียนปฏิบัติตามแผนการที่กำหนดไว้

4) การประเมินผลลัพธ์ นักเรียนมีการประเมินผลการกระทำของตนเอง ระบุปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น ตลอดจนพิจารณาหาแนวทางแก้ไข ปัญหาและอุปสรรค และครูให้แรงเสริมเพื่อเป็นกำลังใจสำหรับนักเรียนเพื่อทำตามเป้าหมายต่อไป ประกอบด้วย 4 ขั้นตอนย่อย ได้แก่

4.1) วิเคราะห์ระยะเวลาที่ใช้สำหรับการคาดการณ์ไกล และการวางแผน นักเรียนทำการวิเคราะห์ระยะเวลาที่ตนเองใช้ในขั้นตอนการคาดการณ์ และในขั้นตอนการวางแผน ว่าได้ใช้ระยะเวลาในแต่ละขั้นตอนมากน้อยเพียงใด

4.2) ระบุถึงปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นระหว่างการปฏิบัติ นักเรียนระบุถึงปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างขั้นตอนการคาดการณ์ การวางแผน และการปฏิบัติ

4.3) พิจารณาแนวทางแก้ไข ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น นักเรียนพิจารณาถึงสาเหตุของปัญหาและอุปสรรค ที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งหาแนวทางการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค โดยพิจารณาตามสาเหตุและผลที่เกิดขึ้นด้วยความเหมาะสมและความเป็นไปได้

4.4) ให้ตัวแบบ และแรงเสริมเพื่อเป็นกำลังใจสำหรับการทำตามเป้าหมายต่อไป ครูผู้สอน ให้ตัวแบบ และแรงเสริมสำหรับนักเรียน เพื่อให้นักเรียนมีกำลังใจในการทำตามเป้าหมาย รวมถึงเห็นแนวทางในการวางแผน และปฏิบัติตามเป้าหมายที่วางไว้ให้สำเร็จได้

2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวกับลักษณะมุ่งอนาคต

ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ และงานวิจัยเชิงทดลอง ที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต พบว่า งานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ มีการศึกษาบนกลุ่มตัวอย่างในระดับชั้นเรียนที่แตกต่างกันไป เพื่อศึกษาตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับลักษณะมุ่งอนาคต ส่วนงานวิจัยเชิงทดลองส่วนใหญ่ มุ่งศึกษาและพัฒนาโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคต โดยใช้ตัวแปรในงานวิจัยแตกต่างกันออกไป ซึ่งจากการศึกษางานวิจัยทั้งหมด สามารถสรุปได้ดังนี้

Poole and Cooney (1987) ได้ศึกษา มุมมองเกี่ยวกับอนาคตของเด็กวัยรุ่นชาวออสเตรเลีย จำนวน 400 คน ชาวสิงคโปร์ จำนวน 162 คน อายุระหว่าง 14-15 ปี พบว่า วัยรุ่นส่วนมากมองอนาคตด้านการงาน การศึกษา และด้านครอบครัว ส่วนวัยรุ่นในสังคมระดับสูง จะให้ความสนใจเกี่ยวกับการมองอนาคตในด้านการท่องเที่ยว มากกว่าด้านการงาน เมื่อเปรียบเทียบกับวัยรุ่นที่มีระดับชั้นทางสังคมต่ำ โดยที่ Nurmi (1991) ได้ศึกษาลักษณะมุ่งอนาคตเพิ่มเติม ในด้านความคาดหวังและความกลัวของเด็กวัยรุ่นชาวเยอรมันตะวันตก จำนวน 100 คน อายุระหว่าง 14-16 ปี พบว่า เด็กผู้หญิงมีความคิดเกี่ยวกับอนาคตมากกว่าเด็กผู้ชาย มีความคาดหวัง มีความกังวล และกลัวเกี่ยวกับกับสิ่งรอบ ๆ ตัว อาทิ เรื่องครอบครัว ส่วนเด็กผู้ชายมีความคาดหวังและมีความกลัวเกี่ยวกับเรื่องการประกอบอาชีพ เช่นเดียวกับ ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจจนึก (2520) ได้ศึกษาจริยธรรมของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 3, 5 และระดับชั้นปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 ที่มีอายุระหว่าง 11-25 ปี จำนวน 1,400 คน พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตแปรปรวนไปตามลักษณะของสังคม ได้แก่ เพศ ชั้นเรียน และสถานที่เกิด โดยที่เพศหญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าเพศชาย ผู้ที่มีอายุน้อยมีลักษณะอนาคตสูงกว่าผู้ที่มีอายุมากกว่า และนักเรียนที่เกิด

และดำเนินชีวิตในจังหวัดกรุงเทพมหานครมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่านักเรียนที่เกิดและใช้ชีวิตในต่างจังหวัด นอกจากนี้ ลักษณะมุ่งอนาคตยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรัก การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล การอบรมเลี้ยงดูแบบลงโทษทางจิต และยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับระดับทางจริยธรรม สอดคล้องกับงานวิจัยของ Wright (1975) พบว่า ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงเป็นผู้ที่สามารถปฏิบัติตนได้เหมาะสม ถูกกาลเทศะ ปฏิบัติตามหลักของศาสนา และมีคุณธรรมจริยธรรม นอกจากนี้ สาวิตรี เต็งณฤทธิ์ศิริ (2547) ได้ศึกษาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดน่าน จำนวน 394 คน พบว่า ปัจจัยด้านเพศ ระดับชั้นการเรียน และระดับผลการเรียน ที่แตกต่างกัน มีผลให้นักเรียนมีลักษณะมุ่งอนาคตที่แตกต่างกัน เช่นเดียวกับงานวิจัยของ อำพรรณ โปร่งจิต (2545) ได้ศึกษากับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 378 คน พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคต ด้านการคาดการณ์ และด้านการรู้จักรอคอย มีความสัมพันธ์ทางบวกกับระดับชั้นเรียน ฐานะทางเศรษฐกิจ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และบรรยากาศในการเรียนการสอน

ผลการวิจัยของ Mello (2000) กรภัทร วรเชษฐ์ (2548) พรทิพย์ เจนจริยานนท์ (2542) และ หทัยรัตน์ รุ่งธนศักดิ์ (2552) พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตสามารถทำนายพฤติกรรมในชั้นเรียนของนักเรียนได้ โดยวัยรุ่นมากกว่าร้อยละ 70 มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง มีทัศนคติเชิงบวก มีความคาดหวังว่าจะสำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาตรี และมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น โดยลักษณะมุ่งอนาคตมีความสัมพันธ์กับ ความสำเร็จทางการศึกษา แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เพศ บุคลิกภาพ ระดับการศึกษาของบิดามารดา การรับรู้ความสามารถของตนเอง เจตคติต่อการเรียน การอบรมเลี้ยงดูแบบมีเหตุผล การรับข่าวสารจากสื่อมวลชน การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการอบรมเลี้ยงดูแบบตามใจมากเกินไป เช่นเดียวกับ วลัยกร สังฆบุตร (2555) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างต้นทุนชีวิต การควบคุมตน และลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนวัยรุ่นในจังหวัดจันทบุรี กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 358 คน ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนมีต้นทุนชีวิตอยู่ในระดับมาก มีการควบคุมตนเองภาพรวมในระดับปานกลาง และมีลักษณะมุ่งอนาคตภาพรวมในระดับปานกลาง โดยนักเรียนที่มีต้นทุนชีวิตต่างกัน จะมีการควบคุมตนเองและลักษณะมุ่งอนาคตแตกต่างกัน โดยต้นทุนชีวิต และการควบคุมตนเองของนักเรียน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะมุ่งอนาคต

พนิดา สินสุวรรณ (2527) ได้ศึกษาเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในวิชาสังคม เรื่องปัญหาสิ่งแวดล้อม โดยใช้เทคนิคการพยากรณ์กับการสอนแบบบรรยาย พบว่า นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้เทคนิคการพยากรณ์มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนด้วยเทคนิคแบบบรรยาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับ กนกวรรณ อุ่นใจ (2535) ได้ศึกษาผลของการใช้เทคนิค

การพยากรณ์ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสามร้อยยอดวิทยา จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ จำนวน 30 คน พบว่า นักเรียนที่ได้รับการพัฒนาโดยใช้เทคนิคพยากรณ์มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เช่นเดียวกับ พิทยา อึ้งบุญชู (2538) ได้ศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 80 คน ที่เรียนวิชาสังคมศึกษาด้วยการสอนแบบแก้ปัญหา โดยใช้เทคนิคการพัฒนาแบบยั่งยืน พบว่า นักเรียนที่ได้รับการสอนแก้ปัญหาโดยใช้เทคนิคการพัฒนาแบบยั่งยืน มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างจากกลุ่มควบคุม และมีลักษณะมุ่งอนาคตแตกต่างกัน นอกจากนี้ ไลลา โต๊ะเด็น (2560) ได้ศึกษาโมเดลเชิงสาเหตุระดับพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในสังคมพหุวัฒนธรรม จังหวัดสตูล จำนวน 632 คน พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตส่งผลต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

งานวิจัยของ อรทัย ภูอกิจ และสมบัติ ท้ายเรือคำ (2559) ได้ศึกษาโปรแกรมเสริมสร้างพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง และลักษณะมุ่งอนาคตด้วยแนวคิดอัตมโนทัศน์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในจังหวัดบึงกาฬ จำนวน 22 คน โดยทำการทดลอง 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที รวม 12 ครั้ง ผลจากการวิจัย พบว่า นักเรียนไม่แสดงพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง ไม่ให้ความสนใจในอนาคต และขาดการวางแผน เตรียมตัว เพื่อมุ่งสู่อนาคต ซึ่งแสดงถึงพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองและลักษณะมุ่งอนาคตน้อย นอกจากนี้ยังพบว่า คะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองและลักษณะมุ่งอนาคตด้วยแนวคิดอัตมโนทัศน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 หลังเข้าร่วมโปรแกรม และระยะติดตามผล สูงกว่าคะแนนก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ขณะที่ จุฑารัตน์ เปลวทอง (2551) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการฝึกตามแนว Adler ที่มีต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและลักษณะมุ่งอนาคตของเด็กด้อยโอกาส อายุ 10-12 ปี จำนวน 30 คน โดยทำการทดลอง 12 ครั้ง ครั้งละ 50-60 นาที เช่นเดียวกับ กุมารี ผลภาษี (2547) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมต่อการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 24 คน โดยทำการทดลองครั้งละ 50 นาที จำนวน 10 ครั้ง ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ ธิดา ชูอินทร์ (2540) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 16 คน โดยทำการทดลอง 12 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที และ ลัดดา ทวี (2540) ได้ศึกษา ผลของการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ทัศนคติ และพฤติกรรมการรักษาความสะอาดร่างกาย ในนักเรียนชาวเขาระดับประถมศึกษาปีที่ 5 และประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 62 คน โดยทำการทดลองจำนวน 7 ครั้ง ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต มีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุ่งอนาคต แตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการศึกษางานวิจัยข้างต้น พบว่า งานวิจัยต่าง ๆ มีระยะเวลาที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรมเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต จำนวน 7 ถึง 12 ครั้ง ครั้งละ 50-60 นาที ดังนั้น งานวิจัยนี้จึงออกแบบโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ที่ประกอบด้วย การดำเนินกิจกรรมตามกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต 4 ขั้นตอน จำนวน 10 ครั้ง กิจกรรมการปฐมนิเทศ และปัจฉิมนิเทศ ให้แก่ผู้รับการฝึก กิจกรรมละ 1 ครั้ง รวมเป็นการดำเนินกิจกรรมทั้งสิ้น 12 ครั้ง

ตอนที่ 3 การนำแนวคิดการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

งานวิจัยนี้มุ่งศึกษาผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ซึ่งประกอบด้วย 4 มิติ ได้แก่ การควบคุม สาเหตุและความรับผิดชอบ การกระจายตัวของปัญหา และความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา โดยมีสมมุติฐานงานวิจัยว่า หากนักเรียนได้รับการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตแล้ว น่าจะส่งผลให้นักเรียนมีระดับการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงขึ้น เนื่องจาก ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นคุณลักษณะที่มีความเกี่ยวข้องกับกระบวนการคิด การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา เป็นคุณลักษณะที่สามารถพัฒนา และเปลี่ยนแปลงได้ โดยมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการ เป็นต้นว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน ปัจจัยทางลักษณะทางสังคมและฐานะทางเศรษฐกิจ และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับครู ผู้สอน ในการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตให้แก่นักเรียนนั้น สิ่งสำคัญคือ การเสริมสร้างกระบวนการทางความคิด ที่มีการไตร่ตรอง โดยไม่ได้มองเพียงผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นทันทีในปัจจุบัน แต่เป็นการมองถึงข้อดีและข้อเสียที่จะเกิดขึ้น และมีการควบคุมตนเองเพื่อให้ได้รับผลที่ดีกว่าในอนาคต ซึ่งเป็นการลดมุ่งปัจจุบันให้แก่นักเรียน

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต พบงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ ที่พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (ปรียภัสร์ อุปชิต, 2557; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556) ดังนั้น กระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต 4 ขั้นตอน น่าจะช่วยกันพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของผู้รับการฝึกได้ โดยที่แต่ละกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตอาจช่วยพัฒนาในบางมิติของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคได้มากขึ้น ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1 การคาดการณ์ไกลที่มีการระบุเป้าหมายในอนาคต วิเคราะห์ความเป็นไปได้ของเป้าหมาย และวิเคราะห์ข้อดี ข้อเสียจากการตั้งเป้าหมาย จะช่วยให้ผู้รับการฝึกสามารถรับรู้ และควบคุมสถานการณ์ เหตุการณ์ ที่มีปัญหาและอุปสรรค เพื่อหาวิธีการแก้ไข และดำเนินการแก้ไข ซึ่งเป็นการพัฒนามิติที่ 1 การควบคุม ของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ขั้นตอนที่ 2 การวางแผน ที่เป็นการกำหนดขั้นตอนวิธีการ วิธีดำเนินการ และตัดสินใจเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสม ในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค จะช่วย

ให้ผู้รับการฝึกสามารถคิดวิเคราะห์ เพื่อหาสาเหตุและวิธีการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ด้วยความรู้สึกว่าเป็นหน้าที่และความรับผิดชอบของตนเอง จนสามารถเอาชนะปัญหาและอุปสรรคได้ ซึ่งเป็นการพัฒนามิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ ของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ขั้นตอนที่ 3 การลงมือปฏิบัติ ที่เป็นการปฏิบัติตามแผนการที่วางไว้ จะช่วยให้ผู้รับการฝึกมีความอดทนในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ด้วยความเพียรพยายามและไม่ย่อท้อ ซึ่งเป็นการพัฒนามิติที่ 4 การกระจายตัวของปัญหา ของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค และขั้นตอนที่ 4 การประเมินผลลัพธ์ ที่เป็นการวิเคราะห์ระยะเวลาที่ใช้ ระบุถึงปัญหาและอุปสรรค พิจารณาแนวทางแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ให้ตัวแบบ และแรงเสริม จะช่วยให้ผู้รับการฝึกสามารถเรียนรู้ในข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นจากตัวแบบหรือประสบการณ์ สามารถวิเคราะห์หาสาเหตุ ประเมินผลกระทบ และพิจารณาแนวทางแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ซึ่งเป็นการพัฒนามิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ และ มิติที่ 3 การกระจายตัวของปัญหา ของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

ตารางที่ 2.4 การสังเคราะห์แนวคิดการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

ขั้นตอนของการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต	องค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค
ขั้นตอนที่ 1 การคาดการณ์ไกล - ตั้งเป้าหมาย - ระบุเป้าหมายในอนาคต - วิเคราะห์ความเป็นไปได้ของเป้าหมาย - วิเคราะห์ข้อดี ข้อเสีย จากการตั้งเป้าหมาย	นักเรียนสามารถรับรู้และควบคุมสถานการณ์ก่อให้เกิดปัญหาและอุปสรรค มีการตั้งเป้าหมายด้วยความเชื่อว่าปัญหาและอุปสรรคนั้นจะสามารถแก้ไขให้ผ่านพ้นได้ และเป้าหมายจะประสบผลสำเร็จในอนาคต
ขั้นตอนที่ 2 การวางแผน - กำหนดขั้นตอน วิธีการ วิธีดำเนินการในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค - กำหนดระยะเวลาดำเนินการ - ตัดสินใจเลือกใช้วิธีการที่มีความเหมาะสม	นักเรียนสามารถพยายามหาวิธี และเลือกวิธีการที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ด้วยความรู้สึกว่าเป็นหน้าที่และความรับผิดชอบของตนเอง จนสามารถเอาชนะปัญหาและอุปสรรคได้
ขั้นตอนที่ 3 การลงมือปฏิบัติ - ปฏิบัติตามแผนการที่วางไว้	นักเรียนมีความอดทนในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ด้วยความเพียรพยายามและไม่ย่อท้อ
ขั้นตอนที่ 4 การประเมินผลลัพธ์ - วิเคราะห์ระยะเวลาที่ใช้ - ระบุถึงปัญหาและอุปสรรค - พิจารณาแนวทางแก้ไขปัญหาและอุปสรรค - ให้ตัวแบบ และแรงเสริม	นักเรียนสามารถเรียนรู้ในข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นจากตัวแบบหรือประสบการณ์ สามารถวิเคราะห์หาสาเหตุ ประเมินผลกระทบ และพิจารณาแนวทางแก้ไขปัญหาและอุปสรรค

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

นอกจากนี้ขั้นตอนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตมีความสอดคล้องกับขั้นตอนการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของ Stoltz (1997) ซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอน เรียงตามลำดับต่อเนื่องกัน ได้แก่ การฟังการตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรค การสำรวจต้นเหตุของปัญหาและอุปสรรค การวิเคราะห์การตอบสนองของตนเองที่มีต่อปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น และการเริ่มลงมือปฏิบัติทันที

โดยที่ขั้นตอนการฟังการตอบสนองปัญหาและอุปสรรค ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของ Stoltz (1997) จะทำให้นักเรียน ได้รับรู้ ตระหนัก ทบทวนเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆที่เข้ามารบกวนการดำเนินชีวิตประจำวัน ซึ่งมีความสอดคล้องกับ ขั้นตอนการคาดการณ์ไกล ในการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ที่ให้นักเรียนรู้จักการตั้งเป้าหมาย มีความสามารถในการคาดการณ์ไกล เป็นการเสริมสร้างให้นักเรียนลดการมุ่งปัจจุบัน แต่ Stoltz (1997) กำหนดให้มีการทำซ้ำเพื่อให้นักเรียนมีการตอบสนองปัญหาและอุปสรรค อย่างเป็นอัตโนมัติ

ขณะที่ขั้นตอนการสำรวจต้นเหตุของปัญหา ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของ Stoltz (1997) สอดคล้องกับขั้นตอนการวางแผน ของกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต โดยที่นักเรียนสามารถค้นหาสาเหตุของปัญหาและอุปสรรค มีการวางแผน จัดการ เพื่อแก้ไขปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง สามารถประเมินวิธีการ และเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสม และมีการเรียนรู้จากข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นในผลการกระทำของตนเอง

ส่วนขั้นตอนการวิเคราะห์ ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของ Stoltz (1997) มีความสอดคล้องกับ ขั้นตอนการประเมินผลลัพธ์ของการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต โดยที่นักเรียน มีการวิเคราะห์ระยะเวลาที่ใช้ในการวางแผน ประเมินผลลัพธ์เชิงบวก และประเมินผลลัพธ์เชิงลบ ที่เกิดขึ้นจากวิธีการแก้ปัญหาที่ตนเองเลือก รวมถึงหาข้อบกพร่องที่เกิดขึ้น เพื่อให้ปัญหาและอุปสรรคลดลง และเป้าหมายที่วางไว้สำเร็จ

นอกจากนี้ ยังพบว่า การพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของ Stoltz (1997) และการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ต่างก็มีขั้นตอนการลงมือปฏิบัติ โดยที่นักเรียน ได้ลงมือปฏิบัติตามขั้นตอนในแผนการที่วางไว้ อย่างมีสติ และรู้ตัวตลอดเวลา

จะเห็นได้ว่าขั้นตอนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต และขั้นตอนการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค มีการใช้มีกระบวนการและแนวคิดพื้นฐานที่มีความสอดคล้องกัน และสามารถเชื่อมโยงกันได้ โดยมีความเชื่อว่า คุณลักษณะที่แต่ละบุคคลแสดงออก เกิดจากการเรียนรู้ทางสังคม ที่ได้รับอิทธิพลจากตัวแบบและการสังเกต บุคคลที่ประสบความสำเร็จ จะส่งผลให้บุคคลนั้นมีความเชื่อ มีความหวัง ศรัทธาในการกระทำสิ่งต่าง ๆ มีการคาดการณ์ไกล และทำให้เป้าหมายสำเร็จได้มากขึ้น มีลักษณะมุ่งอนาคตในระดับที่สูงขึ้น แสดงให้เห็นว่า กระบวนการทางความคิดของแต่ละบุคคล มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมที่แสดงออก โดยบุคคลที่ตระหนัก และรับรู้ ว่าปัญหาและอุปสรรคเป็น

บททดสอบที่เข้ามาในชีวิต เพื่อให้ตนเองได้เรียนรู้จากความผิดพลาด จะส่งผลให้บุคคล สามารถก้าวข้ามผ่าน ปัญหาและอุปสรรคเหล่านั้นไปได้ มีการจัดการ วางแผน เลือกใช้วิธีการแก้ปัญหาด้วยทัศนคติในเชิงบวก มีการประเมินผลลัพธ์ที่เกิดจากการกระทำของตนเอง ไม่ทำให้ตนเอง สังคม สิ่งแวดล้อม เดือดร้อน ส่งผลให้มีการกระทำ และพฤติกรรมที่แสดงออกมาได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนส่งผลให้บุคคลมีจริยธรรมในตนเอง เมื่อบุคคลมีการกระทำซ้ำ ๆ จนเป็นอัตโนมัติ ย่อมส่งผลให้เกิดเป็นลักษณะนิสัยที่ติดตัว และเป็นบุคคลที่มีสุขภาพกายและสุขภาพใจที่ดี (Ajzen & Fishbein, 1980; Bandura & Walters, 1977; ดวงเดือน พันธุมนาวิน, 2539)

จากความสอดคล้องของกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต และแนวคิดพื้นฐานของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ผู้วิจัยจึงได้นำกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตบูรณาการกับแนวคิดพื้นฐานของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ที่ประกอบด้วย องค์ประกอบ 4 มิติ ได้แก่ มิติการควบคุม มิติสาเหตุและความรับผิดชอบ มิติการกระจายตัวของปัญหา และมิติความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา ให้แก่นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งอยู่ในช่วงวัยที่มีความเข้าใจเหตุผล รู้จักการแก้ปัญหาสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นรูปธรรม และนามธรรม เพื่อให้นักเรียนได้ซึมซับแนวคิดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเข้ามาสะสมไว้ในตนเอง ปรับเปลี่ยนความคิดเดิมของนักเรียนให้สอดคล้องผสมผสานกับแนวความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เกิดเป็นความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในตัวนักเรียน ที่มีการตอบสนองปัญหาและอุปสรรค และและสามารถจัดการกับปัญหาและอุปสรรค อย่างเป็นอัตโนมัติ (E. H Erikson, 1994; Piaget, 1969; Stoltz, 1997)

ตอนที่ 4 พัฒนาการวัยรุ่นตอนต้น

วัยรุ่น (Adolescence) มีอายุระหว่าง 10-21 ปี เป็นช่วงวัยที่มีการเจริญเติบโตจากวัยเด็กไปสู่วัยผู้ใหญ่ มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก และเป็นไปอย่างรวดเร็ว ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคม ทำให้มีความสับสนในบทบาทและหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบ (E. H. Erikson, 1964; Hall, 1964) นักจิตวิทยาพัฒนาการแบ่งวัยรุ่นออกเป็น 3 ระยะ คือ มีวัยรุ่นตอนต้น อายุประมาณ 10-14 ปี วัยรุ่นตอนกลาง มีอายุประมาณ 15-18 ปี และวัยรุ่นตอนปลาย มีอายุประมาณ 18-21 ปี

งานวิจัยนี้จะกล่าวเฉพาะ พัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งเป็นช่วงวัยที่ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ส่งผลให้วัยรุ่นเกิดความวิตกกังวล และมุ่งความสนใจไปที่การเปลี่ยนแปลง โดยที่การเจริญเติบโตและเปลี่ยนแปลงจะเริ่มต้นเมื่อเด็กหญิงอายุประมาณ 10-11 ปี และเมื่อเด็กชายอายุประมาณ 12-13 ปี โดยมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านส่วนสูง และน้ำหนัก ซึ่ง

ความสูงจะเพิ่มขึ้น 5-6 เซนติเมตรต่อปี เด็กชายจะมีส่วนสูงเพิ่มช้ากว่าเด็กหญิงในระยะแรก และจะเท่ากันเมื่ออายุประมาณ 15 ปี สัดส่วนของร่างกายจะใกล้เคียงกับวัยผู้ใหญ่มากขึ้น วัยรุ่นเพศหญิงจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว 1 ปี ก่อนมีประจำเดือน จะมีการตกไข่ มีการเปลี่ยนแปลงของรังไข่มีประจำเดือน มีการเพิ่มขนาดของหน้าอก สะโพก เอว และมีรูปร่างที่อ้วนขึ้น ส่งผลให้วัยรุ่นเพศหญิงมากกว่าร้อยละ 50 ไม่พอใจในรูปลักษณ์ที่เปลี่ยนแปลงของตนเอง ส่วนวัยรุ่นเพศชาย จะมีไหล่ที่กว้างขึ้น มีกล้ามเนื้อที่แข็งแรง มีเสียงที่ห้าวและแปร่ง มีการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน ผิวหนัง ซึ่งทำให้เกิดเป็นสิวและขนต่าง ๆ ขึ้นตามร่างกาย (Frieder & Laura, 2002)

การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ วัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่มีอารมณ์รุนแรง อ่อนไหวง่าย อารมณ์ไม่คงที่ มีความวิตกกังวลและเครียดกับเรื่องต่าง ๆ เกิดเป็นอารมณ์หงุดหงิด มีการแสดงออกอย่างเปิดเผย และตรงไปตรงมา การแสดงออกทางอารมณ์เกิดขึ้นได้อย่างรวดเร็ว และเปลี่ยนแปลงได้ง่าย เกิดเป็นความสับสนทางอารมณ์มากกว่าช่วงวัยที่ผ่านมา มีการเลียนแบบบทบาทของผู้ใหญ่ ส่งผลให้เกิดเป็นความรับผิดชอบที่เพิ่มมากขึ้น ทำให้การตัดสินใจกระทำการบางอย่างบกพร่อง ไม่ถูกต้อง และไม่เหมาะสม นอกจากนี้ ยังต้องอาศัยเวลาในการปรับตัว เกิดเป็นความกดดันจากความคาดหวังจากตนเอง และบุคคลรอบข้างในการเลือกอาชีพที่จะเลือกประกอบในอนาคต ช่วงวัยนี้ต้องการความเป็นอิสระ เริ่มแยกตัวออกจากครอบครัว เกิดเป็นความรู้สึกว่าครอบครัวไม่สามารถช่วยแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น และไม่เข้าใจในเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง บ่อยครั้งจึงเกิดเป็นช่องว่างและเกิดปัญหาความขัดแย้งกับครอบครัว ดังนั้น ช่วงวัยนี้จึงสนิทกับเพื่อนมากกว่าบุคคลภายในครอบครัว และกลุ่มเพื่อนของเด็กวัยรุ่นแต่ละคนจะมีอิทธิพลอย่างมากต่อการดำเนินชีวิตของวัยรุ่น

วัยรุ่นตอนต้นเป็นช่วงวัยที่มีพัฒนาการทางสติปัญญาอยู่ในช่วงรอยต่อระหว่างขั้นปฏิบัติการคิดด้านรูปธรรม และขั้นปฏิบัติการคิดด้านนามธรรม ที่มีความเข้าใจเหตุผล รู้จักการแก้ปัญหาสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นรูปธรรม และนามธรรม มีความกระตือรือร้น มีความสามารถในการเรียนรู้ และรับรู้ในสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพ สามารถคิดแก้ปัญหาได้อย่างเป็นระบบ มีการคิดวิเคราะห์เหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ละเอียด มีการไตร่ตรองในการตัดสินใจกระทำบางอย่างได้ดีขึ้น นอกจากนี้ยังมีความสามารถในการจำได้อย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยการหาเทคนิค กลวิธีในการช่วยจำที่แตกต่างกันไปของแต่ละบุคคล มีเหตุผล มีการค้นคว้าหาข้อมูลต่าง ๆ เพื่อนำมาหาข้อสรุปสำหรับการแก้ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่ประสบพบเจอในการดำเนินชีวิต โดยมีกระบวนการทางสติปัญญาที่ประกอบไปด้วย 1) การซึมซับ (assimilation) เป็นการรับข้อมูล ประสบการณ์ต่าง ๆ เข้ามาสะสมไว้ เพื่อจะได้นำไปใช้ประโยชน์ต่อไป 2) การปรับและจัดระบบ (accommodation) เป็นการปรับประสบการณ์เดิมให้เข้ากับประสบการณ์ใหม่ที่รับเข้ามา เกิดเป็นพฤติกรรมใหม่ และ 3) การเกิดความสมดุล (equilibration) เป็นผลที่เกิดขึ้นจากการปรับในขั้นการปรับและจัดระบบ ถ้าสามารถปรับได้

จะเกิดเป็นความสมดุล แต่ถ้าไม่สามารถปรับได้จะเกิดเป็นความไม่สมดุล ทำให้ต้องปรับเปลี่ยนจนกระทั่งเข้าสู่สภาวะสมดุล (Piaget, 1969)

ดังนั้น นักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้น จึงเป็นช่วงวัยที่มีความเหมาะสมในการเสริมสร้าง และพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคที่เริ่มมีในเด็กอายุ 12 ปี และพัฒนาไปจนถึงอายุ 23 ปี ด้วยการฝึกฝนให้คาดการณ์ไกล วางแผน ลงมือปฏิบัติตามแผนที่วางไว้ และประเมินผลลัพธ์ เพื่อเป็นการเสริมสร้างความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรค และพยายามหาวิธีการที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ด้วยความตั้งใจ มุ่งมั่น เพียรพยายาม อดทน ในการกระทำ และเรียนรู้จากประสบการณ์ โดยที่กระบวนการเหล่านี้ต้องมีการฝึกซ้ำบ่อย ๆ และใช้เวลา เพื่อให้มีการปรับปรุง เปลี่ยนแปลง วิธีการตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรค และสามารถจัดการกับปัญหาและอุปสรรค อย่างเป็นอัตโนมัติ (Stoltz, 1997; วิทยา นาควัชระ, 2544)

ตอนที่ 5 กรอบแนวคิดการวิจัย

จากการศึกษาเอกสาร งานวิจัย ที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค และ โปรแกรมการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต พบว่า ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เป็นความสามารถของแต่ละบุคคลที่มีการตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรค และสถานการณ์ที่ยากลำบากที่เข้ามารบกวนการดำเนินชีวิต ประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 มิติ เรียกว่า CO_2RE ได้แก่ มิติการควบคุม (C = Control) มิติสาเหตุและความรับผิดชอบ (O_2 = Origin and Ownership) มิติการกระจายตัวของปัญหา (R = Reach) และมิติความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา (E = Endurance) (Stoltz, 1997) โดยที่การดำเนินชีวิตของบุคคลในยุคปัจจุบัน ต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค ในรูปแบบของปัญหาที่มีความซับซ้อนแตกต่างกันออกไป และมีการจัดการ การตอบสนอง ที่แตกต่างกันขึ้นกับพื้นฐานของแต่ละบุคคลในการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคเหล่านั้น บุคคลที่ได้รับการพัฒนาให้มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเพิ่มมากขึ้น จะช่วยให้บุคคลนั้นสามารถปรับตัวอยู่ในสังคม ฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ทั้งด้านการเรียน สังคม ฯลฯ และประสบความสำเร็จในชีวิต

ผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นตัวแปรสำคัญที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตจะช่วยเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้แก่นักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้นได้ (จินดาพร ไชยคำ และคณะ, 2560; ปรียภัสร์ อุปชิต, 2557; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556) และจากการศึกษางานวิจัยเชิงทดลอง (Samart et al., 2017; ณีน์นรา ดีสม และสุวรี ศิวะแพทย์, 2554; นพดล โชติกพานิชย์, 2549; ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง, 2551; รุ่งระวี สุขแย้ม, 2559; สิริวรรณ วงศ์

พงศ์เกษม, 2554) สรุปได้ว่า แนวทางการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้กับนักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้น สามารถทำได้โดยการพัฒนาโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต โดยใช้ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค คือ ตัวแปรลักษณะมุ่งอนาคต บูรณาการกับแนวคิดทฤษฎีพื้นฐานของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อให้นักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้นมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงขึ้น

ลักษณะมุ่งอนาคต เป็นคุณลักษณะหนึ่งของพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออก โดยมีความเกี่ยวข้องกับกระบวนการคิด การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา บุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจะมีความสามารถในการคาดการณ์เกี่ยวกับเป้าหมายในอนาคต มีการจัดการ วางแผน มีการตัดสินใจ เลือกใช้วิธีการที่ดีและเหมาะสมที่สุดสำหรับการแก้ไขปัญหา รู้จักการรอคอย และมีความอดทนเพื่อทำเป้าหมายที่วางไว้ให้สำเร็จ จะเห็นได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นคุณลักษณะที่มีประโยชน์อย่างมากในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้แก่บุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้น ที่มีการกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความอดทนต่ำ หากนักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้นมีเป้าหมายที่ชัดเจน จะส่งผลให้นักเรียนกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความอดทน รู้จักการรอคอย สามารถเลือกใช้วิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมด้วยความเพียรพยายาม เพื่อให้เป้าหมายที่ตนเองวางไว้ประสบผลสำเร็จ ในการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตนั้น ผู้วิจัยได้ศึกษา และสังเคราะห์จากงานวิจัยของ (Bandura et al., 1996; Nurmi, 1991; Nuttin et al., 1984; Weiner, 1985; Wright, 1975; ดวงเดือน พันธุมนาวิน, 2529; วุฒิพงษ์ ทองก้อน, 2543; สุพิชชา กลิ่นบุหงา, 2540; อรทัย ภูอกิจ และสมบัติ ท้ายเรือคำ, 2559) พบว่า กระบวนการ พัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตแบ่งเป็น 4 ขั้นตอน ได้แก่

1) การคาดการณ์ไกล เป็นการฝึกให้นักเรียนคาดการณ์เกี่ยวกับสิ่งที่ต้องการให้เกิดขึ้นในอนาคต ประกอบด้วย การตั้งเป้าหมาย การระบุเป้าหมายในอนาคต การวิเคราะห์ความเป็นไปได้ของเป้าหมายที่ตั้งไว้ และการมองถึงข้อดี ข้อเสียจากการตั้งเป้าหมายในอนาคต

2) การวางแผน นักเรียนมีการวางแผน กำหนดขั้นตอน วิธีการ วิธีดำเนินการ ตัดสินใจเลือกวิธีการที่มีความเหมาะสม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้

3) การลงมือปฏิบัติ นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติตามแผนการที่วางไว้

4) การประเมินผลลัพธ์ นักเรียนประเมินผลการกระทำของตนเอง ระบุเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น พิจารณาหาแนวทางแก้ไข ปัญหาและอุปสรรค และครู ผู้สอนให้แรงเสริมเพื่อเป็นกำลังใจสำหรับนักเรียนเพื่อทำตามเป้าหมายต่อไป

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะการมุ่งอนาคตและความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ช่วยให้มองเห็นประโยชน์ของการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่สามารถนำมาพัฒนาระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้แก่นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนต้นได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษา โปรแกรมพัฒนาลักษณะ

มุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยมีกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังแสดงในแผนภาพที่ 2.4

กระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต
ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่
1. การคาดการณ์ไกล
ตั้งเป้าหมายเกี่ยวกับสิ่งที่ต้องการให้เกิดขึ้นในอนาคต
2. การวางแผน
วางแผน และ ตัดสินใจเลือกวิธีการที่มีความเหมาะสมในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค
3. การลงมือปฏิบัติ
การปฏิบัติตามแผนการที่วางไว้
4. การประเมินผลลัพธ์
ประเมินผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากขั้นตอนที่ 1 ถึง 3 ระบุปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นและพิจารณาแนวทางในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค

ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค
ประกอบด้วย 4 มิติ ได้แก่
1. การควบคุม
ความสามารถในการรับรู้ และควบคุมสถานการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรค
2. สาเหตุและความรับผิดชอบ
การคิดวิเคราะห์เพื่อหาสาเหตุ และวิธีการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคให้สำเร็จ
3. การกระจายตัวของปัญหา
การประเมินว่าปัญหาที่เกิดขึ้นมีผลเฉพาะเหตุการณ์นั้น ๆ หรือมีผลต่อเหตุการณ์อื่น ๆ
4. ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา
ความสามารถในการอดทน และพยายามจัดการกับปัญหาและอุปสรรค

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

แผนภาพที่ 2.4 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 3
วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้น โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัย นำเสนอเป็น 5 ตอน ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 การออกแบบการวิจัย

ตอนที่ 3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตอนที่ 4 การดำเนินการ และเก็บรวบรวมข้อมูล

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยนี้ คือ นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดสำนักบริหารงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร

1.2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัยนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนสังกัดแห่งหนึ่งในสำนักบริหารงาน คณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร เขต 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 60 คน โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างตามขั้นตอนต่อไปนี้

1.2.1. การสุ่มเลือกเขตกรุงเทพมหานครตามการบริหารงาน โดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ด้วยวิธีการจับสลากเพื่อเลือก 1 จาก 6 เขตการบริหารงาน ได้แก่ กรุงเทพกลาง กรุงเทพเหนือ กรุงเทพใต้ กรุงเทพตะวันออก กรุงธนเหนือ และกรุงธนใต้ ผู้วิจัยจับสลากได้เขตกรุงเทพตะวันออก

1.2.2. การสุ่มเลือกเขตพื้นที่การศึกษา โดยการสุ่มตัวอย่างจากประชากรที่เป็นนักเรียนระดับชั้นประถมปีที่ 5 จากโรงเรียนสังกัดสำนักบริหารงาน คณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple random sampling) ด้วยวิธีการจับสลาก เพื่อเลือก 1 เขต จากกลุ่มพื้นที่การศึกษากรุงเทพตะวันออก จากทั้งหมด 8 เขต

ได้แก่ บางกะปิ สะพานสูง บึงกุ่ม คันนายาว ลาดกระบัง มีบุรี หนองจอก และคลองสามวา ผู้วิจัยจับสลากได้เขตพื้นที่การศึกษาคลองสามวา

1.2.3. การเลือกโรงเรียน ผู้วิจัยใช้การเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยมีเหตุผลดังนี้

1.2.3.1. สถานศึกษาแห่งนี้เป็นโรงเรียนที่มีการจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรกระทรวงศึกษาธิการ

1.2.3.2. สถานศึกษาแห่งนี้เป็นโรงเรียนที่มีการจัดการห้องเรียน โดยคละความสามารถของนักเรียน

1.2.3.3. ผู้บริหารและคณะครูในสถานศึกษาให้ความสนับสนุน และความร่วมมือเป็นอย่างดี

1.2.4. ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 4 ห้องเรียน มีนักเรียนจำนวนทั้งสิ้น 142 คน ทำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค หลังจากนั้นจึงทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยการจับสลากเพื่อเลือกนักเรียนจำนวน 60 คน เป็นกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นทำการสุ่มอย่างง่ายด้วยการจับสลากเพื่อเลือกนักเรียน จำนวน 30 คน เป็นกลุ่มทดลอง และเลือกนักเรียน จำนวน 30 คน เป็นกลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต และกลุ่มควบคุมมีการจัดการเรียนการสอนตามปกติ โดยมีรายละเอียดดังตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง	รูปแบบการฝึก	จำนวน		
		ชาย	หญิง	รวม
กลุ่มทดลอง	การฝึกลักษณะมุ่งอนาคต	13	17	30
กลุ่มควบคุม	เรียนตามปกติ	17	13	30

ตอนที่ 2 การออกแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองแท้ (True-experimental designs) แบบศึกษา 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม กลุ่มทดลองได้รับการฝึกโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต และกลุ่มควบคุมมีการเรียนการสอนตามปกติ มีการวัดผล 3 ครั้ง คือ การวัดผลก่อนการทดลอง (Pretest) 1 สัปดาห์ การวัดผลหลังการทดลอง (Posttest) 1 วัน และวัดผลในระยะติดตามผล (Delayed posttest) 2 สัปดาห์หลังการทดลอง โดยมีรายละเอียดดังแผนภาพที่ 3.1

R_E	O_1	X	O_2	O_3
R_C	O_1	-	O_2	O_3

แผนภาพที่ 3.1 รูปแบบการวิจัย

R_E (Randomized Experimental group) หมายถึง การสุ่มกลุ่มทดลอง เพื่อเข้ารับการฝึกโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

R_C (Randomized Control group) หมายถึง การสุ่มกลุ่มควบคุม ที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามปกติ

X (Treatment variable) หมายถึง การฝึกโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต จำนวน 12 ครั้ง

O_1 (Pretest) หมายถึง หมายถึง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม วัดผลคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคก่อนการทดลอง 1 สัปดาห์

O_2 (Posttest) หมายถึง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม วัดผลคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคหลังการทดลอง 1 วัน

O_3 (Delayed posttest) หมายถึง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม วัดผลคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคหลังการทดลอง 2 สัปดาห์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตอนที่ 3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

3.1 โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

3.2 แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

3.1. โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ผู้วิจัยมีลำดับขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

3.1.1. ศึกษารายละเอียดจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตและองค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ร่วมกับ

การศึกษาบริบทของโรงเรียนและบริบทของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง เพื่อใช้เป็นแนวทางในสร้างโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต การออกแบบกิจกรรมและเนื้อหาให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง และใช้กำหนดเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยสำหรับโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ดังปรากฏในแผนภาพที่ 2.4 ของบทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1.2. กำหนดรูปแบบ ขั้นตอน โครงสร้างและเนื้อหาของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต จากนั้นดำเนินการสร้างโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตให้สอดคล้องกับกรอบแนวคิดการวิจัย ร่วมกับบริบทของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วยแผนกิจกรรม จำนวน 12 กิจกรรม ดำเนินกิจกรรมวันละ 1 ครั้ง ในชั่วโมงโฮมรูม เวลา 7.50-8.50 น. เป็นระยะเวลาต่อเนื่อง 12 วัน กิจกรรมครั้งที่ 1 เป็นการสร้างความคุ้นเคยและสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ฝึกกับผู้รับการฝึก อธิบายวัตถุประสงค์ คำชี้แจง และบอกประโยชน์ของการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต กิจกรรมครั้งที่ 2 ถึง 11 เป็นการฝึกกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต เพื่อพัฒนาระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค และกิจกรรมครั้งที่ 12 เป็นการสรุปผลและประเมินผลลัพธ์ที่ได้จากการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

3.1.3. จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และการสัมภาษณ์นักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 10 คน ครูผู้สอนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 5 คน เกี่ยวกับสิ่งที่เป็นปัญหาและอุปสรรค ในการดำเนินชีวิตของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้การสัมภาษณ์เป็นรายบุคคล และมีข้อคำถามแบบปลายเปิด เพื่อให้ผู้สัมภาษณ์สามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ โดยใช้ระยะเวลาในการสัมภาษณ์ คนละ 10 นาที สามารถสรุปได้ว่า นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีปัญหาและอุปสรรคที่รบกวนการดำเนินชีวิต ประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ 1) ปัญหาของตนเองที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวัน 2) ปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 3) ปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และ 4) ปัญหาเกี่ยวกับความถนัดและความชอบ ทำให้ผู้วิจัย ได้ตัวอย่างสถานการณ์เพื่อนำมาใช้ในการออกแบบกิจกรรมโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีความสอดคล้องกับบริบทของกลุ่มนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โดยมีรายละเอียดกิจกรรมดังแสดงในตารางที่ 3.2

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางที่ 3.2 รายละเอียดของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	เนื้อหากิจกรรม	ขั้นตอนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต
1	ปฐมนิเทศ	การสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้ฝึกและผู้รับการฝึก บอกวัตถุประสงค์ และประโยชน์ของการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต	-
2	ใบ้หรรษา	การฝึกควบคุมตนเองและควบคุมสถานการณ์ที่เป็นปัญหาด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	FO1, FO2, FO3, FO4
3	ตักฉันลงขวด	การฝึกพิจารณาสาเหตุ วางแผน และเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหาด้านชีวิตประจำวัน และปัญหาด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และการฝึกความรับผิดชอบต่อบทบาท หน้าที่ของตนเอง	
4	รีดให้หมด อย่าให้เหลือ		
5	ข้ามสะพานสานรัก		
6	พาวเวอร์ทาวเวอร์	การฝึกพิจารณาสาเหตุ วางแผน และ เลือกใช้วิธีการที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหาด้านชีวิตประจำวัน และปัญหาด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และการประเมินระดับความรุนแรงและผลกระทบของปัญหาที่เกิดขึ้น	
7	ปิรามิดวงแหวน	การฝึกพิจารณาสาเหตุ วางแผน และเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหาด้านชีวิตประจำวัน และปัญหาด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และการฝึกความรับผิดชอบต่อบทบาทและหน้าที่ของตนเอง	
8	ที่ตักวิเศษ	การฝึกพิจารณาสาเหตุ วางแผน และ เลือกใช้วิธีการที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหาด้านชีวิตประจำวัน และปัญหาด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และการฝึกความอดทนในการจัดการกับปัญหา	
9	สานต่อจิ๊กซอว์	การฝึกพิจารณาสาเหตุ วางแผน และเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหาด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ปัญหาด้านความถนัดในการเรียน และปัญหาด้านการปรับตัวกับสภาพแวดล้อมใหม่ ตลอดจนการฝึกความรับผิดชอบต่อบทบาท หน้าที่ของตนเอง การประเมินระดับความรุนแรงของปัญหาที่เกิดขึ้น และการฝึกความอดทนในการจัดการกับปัญหา	
10	จุดหมายปลายทาง		
11	ย้ายที่ถิ่นฐาน		
12	ปัจฉิมนิเทศ	ทบทวน และสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต	-

<u>หมายเหตุ</u> FO1 หมายถึง การคาดการณ์ไกล; FO2 หมายถึง การวางแผน;
FO3 หมายถึง การลงมือปฏิบัติ; FO4 หมายถึง การประเมินผลลัพธ์

3.1.4. เสนอโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้แก่อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อขอคำแนะนำและแก้ไขให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้น

3.1.5. ผู้วิจัยตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) และความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) โดยนำโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตให้ผู้เชี่ยวชาญ จากภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว และจิตวิทยาคลินิก/นิติจิตวิทยา จากสถาบันอุดมศึกษาในกำกับของรัฐ จำนวน 3 ท่าน (ดังรายนามผู้เชี่ยวชาญในภาคผนวก ก) พิจารณาความสอดคล้องรายด้าน (Item Object Congruence, IOC) ได้แก่ ค่าดัชนีความสอดคล้องของแผนกิจกรรมโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต และค่าดัชนีความสอดคล้องของแผนกิจกรรมกับกรอบแนวคิดการสร้างโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต พบว่า ทุกด้านมีค่าาความสอดคล้องระหว่าง 0.67-1.00 ซึ่งผู้วิจัยได้นำผลการประเมินความสอดคล้องรายด้าน และคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ ใช้ในการปรับปรุงแผนกิจกรรมโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ด้วยการปรับเพิ่มระยะเวลาที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรม และให้ตัวอย่างแก่ผู้รับการฝึกก่อนการดำเนินแต่ละกิจกรรม เพื่อให้เกิดความชัดเจน และเกิดความเข้าใจตรงกันระหว่างผู้ฝึกและผู้รับการฝึก

3.1.6. ผู้วิจัยนำโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่ได้ปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 แผนกิจกรรม (กิจกรรมที่ 2 ถึง 4) ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีบริบทใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อศึกษาความเป็นไปได้ของเนื้อหากิจกรรม เวลา ความเหมาะสม ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น และสรุปผลการทดลองใช้โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตได้ ดังนี้ 1) การนำเสนอกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตร่วมกับการดำเนินกิจกรรม มีความชัดเจน มีรูปแบบไม่ซับซ้อน และนักเรียนสามารถเข้าใจและนำไปปฏิบัติได้ 2) ระยะเวลาที่กำหนดใช้ในการดำเนินกิจกรรม คือ 50 นาที น้อยเกินไป ทำให้นักเรียนไม่สามารถปฏิบัติกิจกรรมได้ทันตามเวลาที่กำหนด เนื่องจากการประดิษฐ์อุปกรณ์ต่าง ๆ มีรายละเอียดค่อนข้างมาก ดังนั้นผู้วิจัยจึงปรับเพิ่มเวลาจาก 50 นาที เป็น 60 นาที เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติกิจกรรมได้ทันเวลา 3) ใบงานกิจกรรมมีรูปแบบเหมาะสม มีสีสัน สวยงาม ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย ทำให้นักเรียนให้ความสนใจ ช่วยให้นักเรียนเข้าใจขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม และช่วยรวบรวมข้อมูลที่จำเป็นสำหรับนักเรียนและครู ผู้สอน

3.1.7. ปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตให้สมบูรณ์ และจัดทำโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการทดลอง (ดังรายละเอียดของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตในภาคผนวก ค)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

3.2. แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา และดัดแปลงเพิ่มเติมจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (The Adversity Response Profile (ARP) Quick Test) ของ (Stoltz, 1997) ด้วยการปรับและสร้างข้อคำถามใหม่ โดยยึดตามแนวคิดและองค์ประกอบของ Stoltz เพื่อให้มีความเหมาะสมกับนักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้นมากยิ่งขึ้น ซึ่งมีขั้นตอนการพัฒนาแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ดังนี้

3.2.1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ตามแนวคิดของ ของ (Stoltz, 1997) จากงานเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.2.2. พัฒนาแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ที่ยึดตามแนวคิดของ Stoltz และพัฒนาให้เป็นมาตรวัดที่มีลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) โดยแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคที่พัฒนาขึ้น 1 ชุด มีจำนวน 40 ข้อ ประกอบด้วยข้อคำถามที่เป็นลักษณะเชิงสถานการณ์ ครอบคลุมองค์ประกอบ 4 มิติ คือ

1. มิติด้านการควบคุม จำนวน 10 ข้อ
2. มิติด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ จำนวน 10 ข้อ
3. มิติด้านการกระจายตัวของปัญหา จำนวน 10 ข้อ
4. มิติด้านความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา จำนวน 10 ข้อ

ในการคำนวณคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ผู้วิจัยได้นำแนวคิดของ Stoltz เป็นเกณฑ์ในการตรวจให้คะแนน ซึ่งแยกคำนวณตามองค์ประกอบแต่ละด้าน ดังนี้

1. วัดมิติด้านการควบคุม ได้แก่ ข้อที่ 1-10
2. วัดมิติด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ ได้แก่ ข้อที่ 11-20
3. วัดมิติด้านการกระจายตัวของปัญหา ได้แก่ ข้อที่ 21-30
4. วัดมิติด้านความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา ได้แก่ ข้อที่ 31-40

คะแนนเต็มของแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคทั้งฉบับรวมเท่ากับ 200 คะแนน และในแต่ละรายข้อมีคะแนนเต็ม 5 คะแนน โดยมีเกณฑ์ให้คะแนน ดังนี้

ข้อคำถามเชิงบวก จำนวน 20 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 1, 3, 4, 6, 10 ,11 ,14 ,16, 18, 19, 21, 23, 24, 27, 30, 32, 33, 34, 36, 40

ถ้าเลือกตอบ	มากที่สุด	5	คะแนน
	มาก	4	คะแนน
	ปานกลาง	3	คะแนน

	น้อย	2	คะแนน
	น้อยที่สุด	1	คะแนน

ข้อคำถามเชิงลบ จำนวน 20 ข้อ ได้แก่ ข้อที่ 2, 5, 7, 8, 9, 12, 13, 15, 17, 20, 22, 25, 26, 28, 29, 31, 35, 37, 38, 39

ถ้าเลือกตอบ	มากที่สุด	1	คะแนน
	มาก	2	คะแนน
	ปานกลาง	3	คะแนน
	น้อย	4	คะแนน
	น้อยที่สุด	5	คะแนน

3.2.3. นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคที่ได้รับการพัฒนา เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบข้อคำถามเพื่อความถูกต้องเหมาะสมตามจุดมุ่งหมาย

3.2.4. ให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญชุดเดียวกันกับการตรวจสอบโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต เพื่อทำการพิจารณาความตรงเชิงเนื้อหา โดยพิจารณาจากค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item Object Congruence : IOC)

ผลการพิจารณาค่าดัชนีความสอดคล้อง พบว่า แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคทั้งฉบับมีค่าดัชนีความสอดคล้อง 0.33-1.00 จากการพิจารณาค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบวัดเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่ 2, 21, 23, 29, และ 30 มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ที่ระดับ 0.33 ซึ่งเป็นค่าที่ต่ำกว่าเกณฑ์ที่ยอมรับได้ (วรรณี แกมเกตุ, 2555) แต่เพื่อให้การวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคมีความครอบคลุมองค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคทั้ง 4 มิติ ได้แก่ 1) การควบคุม 2) สาเหตุและความรับผิดชอบ 3) การกระจายตัวของปัญหา และ 4) สาเหตุและความรับผิดชอบ ผู้วิจัยจึงได้พิจารณาปรับปรุงแก้ไขแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญและอาจารย์ที่ปรึกษา โดยปรับคำและภาษาที่ใช้ให้มีความกระชับ เข้าใจง่าย และเหมาะสมกับบริบทที่ต้องการศึกษา

3.2.5. นำแบบวัดที่ได้ปรับปรุงและแก้ไขแล้วทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีบริบทสอดคล้องกับโรงเรียนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 112 คน โดยกำหนดให้ใช้เวลาในการทำแบบวัด 40 นาที เพื่อปรับปรุงภาษาที่ใช้ในแบบวัดให้มีความชัดเจน และปรับเวลาที่ใช้ในการทำแบบวัดให้มีความเหมาะสม

3.2.6. นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค วิเคราะห์หาคุณภาพของแบบวัด โดยหาค่าความเที่ยง (Reliability) ของแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

ด้วยวิธีหาสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) พบว่า แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคทั้งฉบับมีค่าความเที่ยง เท่ากับ .854 และค่าความเที่ยงรายด้านเท่ากับ .7 ขึ้นไป แสดงรายละเอียดดังตารางที่ 3.3

ตารางที่ 3.3 ค่าความเที่ยงทั้งฉบับและค่าความเที่ยงรายด้านของแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

องค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค	ค่าความเที่ยง
มิติที่ 1 การควบคุม	.709
มิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ	.737
มิติที่ 3 การกระจายตัวของปัญหา	.746
มิติที่ 4 ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา	.820
ทั้งฉบับ	.854

ตอนที่ 4 การดำเนินการ และเก็บรวบรวมข้อมูล

การดำเนินการทดลอง และเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งออกเป็น 4 ระยะ ดังนี้

4.1 ระยะก่อนการดำเนินการทดลอง

4.2 ระยะดำเนินการทดลอง

4.3 ระยะหลังการทดลอง

4.4 ระยะติดตามผล

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

4.1. ระยะก่อนการดำเนินการทดลอง

4.1.1. ส่งหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อขอความร่วมมือจากผู้อำนวยการโรงเรียนและครู ให้ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลและดำเนินการทดลอง พร้อมทั้งนัดวันและเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลและดำเนินการทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง

4.1.2. ก่อนการทดลอง 1 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ทำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ใช้ระยะเวลาในการทำแบบวัด 40 นาที เพื่อเก็บไว้เป็นข้อมูลก่อนการทดลอง (Pretest)

4.1.3. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และอธิบายกระบวนการทดลองให้กลุ่มทดลองได้รับทราบ

4.2. ระยะดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยจัดโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตให้กับกลุ่มตัวอย่าง โดยเริ่มฝึกตั้งแต่วันที่ 4 กุมภาพันธ์ 2562 จนถึงวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2562 กลุ่มทดลองได้รับการฝึกโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต วันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที สัปดาห์ละ 5 วัน เป็นระยะเวลาต่อเนื่อง 12 วัน และในช่วงเวลาเดียวกันนี้กลุ่มควบคุม มีการจัดการเรียนการสอนตามปกติ

4.3. ระยะหลังการทดลอง

เมื่อผู้วิจัยดำเนินการฝึกโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตครบตามระยะเวลาที่กำหนดแล้ว หลังการทดลอง 1 วัน จึงให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ทำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคหลังการทดลอง (Posttest) ใช้เวลาในการทำ 40 นาที

4.4. ระยะติดตามผล

หลังการทดลอง 2 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดทำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (Delayed posttest) ใช้เวลาในการทำ 40 นาที

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA) และวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (Independent-test) โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (Statistic package for the social science : SPSS/for Windows 17.0)

บทที่ 4
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสังกัดสำนักบริหารงาน คณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร เขต 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 กลุ่มตัวอย่างแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต จำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามปกติ จำนวน 30 คน โดยมีรูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงทดลอง (True-experimental designs) มีการวัดผลจำนวน 3 ครั้ง คือ วัดผลระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล มีสมมุติฐานการวิจัย ดังนี้

1. ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ผู้เรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
2. ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ผู้เรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุม

โดยผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA)

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (Independent-test)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในแต่ละตอน มีรายละเอียดการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมี จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 30 คน โดยกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีจำนวนนักเรียนเพศชายและนักเรียนเพศหญิงใกล้เคียงกัน กลุ่มทดลองมีนักเรียนเพศชาย จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 43.300 และมีนักเรียนเพศหญิง จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.700 ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีนักเรียนเพศชาย จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.700 และมีนักเรียนเพศหญิง จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 43.300 โดยมีรายละเอียดดังตารางที่ 4.1

ตารางที่ 4.1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามเพศ

เพศ	กลุ่มทดลอง (n=30)		กลุ่มควบคุม (n=30)	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ชาย	13	43.300	17	56.700
หญิง	17	56.700	13	43.300
รวม	30	100.00	30	100.00

ในการทดสอบค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค พบว่า กลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล เท่ากับ 3.581 3.945 และ 3.909 ตามลำดับ และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .139 .221 และ .186 ตามลำดับ

ส่วนกลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลเท่ากับ 3.497 3.425 และ 3.420 ตามลำดับ และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .366 .444 และ .439 ตามลำดับ โดยมีรายละเอียดดังตารางที่ 4.2

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตารางที่ 4.2 ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) จำนวนคน (N) ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ระยะการทดลอง	กลุ่มทดลอง (n=30)		กลุ่มควบคุม (n=30)	
	M	SD	M	SD
ก่อนการทดลอง	3.581	.139	3.497	.366
หลังการทดลอง	3.945	.221	3.425	.444
ติดตามผล	3.909	.186	3.420	.439

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA)

ผู้วิจัยทดสอบ Sphericity ความแปรปรวนของคะแนนที่ได้จากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA) โดยทดสอบ Sphericity ความแปรปรวนของคะแนนที่ได้จากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคทั้งฉบับและคะแนนรายองค์ประกอบทั้ง 4 มิติ ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล เพื่อทดสอบความสัมพันธ์และความแปรปรวนของการวัดในแต่ละครั้ง (Compound Symmetry) จาก Mauchly's Test of Sphericity พบว่า ค่าสถิติของ Mauchly's W = .992 และมีค่า Sig. = .893 ซึ่งไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าความแปรปรวนของการวัดแต่ละครั้งมีขนาดเท่า ๆ กัน จึงเลือกใช้การอ่านค่าแบบ Sphericity Assumed โดยมีรายละเอียดดังตารางที่ 4.3

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางที่ 4.3 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลองระหว่างการวัดในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลด้วยสถิติ Mauchly's W

ระยะ	*M*	*SD*	Mauchly's W	df	Sig.
ก่อนการทดลอง	3.581	.139	.992	2	.893
หลังการทดลอง	3.945	.221			
ติดตามผล	3.909	.186			

* $p < .05$

ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองด้วยสถิติ Sphericity Assumed พบว่า มีค่า Sig. = .000 แสดงว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคทั้ง 3 ระยะ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อย่างน้อย 2 ระยะ โดยมีรายละเอียดดังตารางที่ 4.4 ผู้วิจัยจึงทำการเปรียบเทียบรายคู่ด้วยการวิเคราะห์ Pairwise Comparisons

ตารางที่ 4.4 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลองระหว่างการวัดในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลด้วยสถิติ Sphericity Assumed

Source	SS	df	MS	F	Sig.
TIME	2.406	2	1.203	45.785	.000
Error (TIME)	1.524	58	.026		

* $p < .05$

การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลของกลุ่มทดลอง โดยมีรายละเอียดดังตารางที่ 4.5 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ระยะก่อนการทดลอง *M* = 3.582 *SD* = .139 ระยะหลังการทดลอง *M* = 3.961 *SD* = 222 และระยะติดตามผล *M* = 3.909 *SD* = .185) เมื่อพิจารณาเป็นรายมิติขององค์ประกอบความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค พบว่า

มิติที่ 1 การควบคุม ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ค่าเฉลี่ยของคะแนนคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะติดตามผลมีค่าสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ระยะก่อนการทดลอง *M* = 3.653 *SD* = .293 ระยะหลังการทดลอง *M* = 3.980 *SD* = .061 ระยะติดตามผล *M* = 4.020 *SD* = .304)

มิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะติดตามผลมีค่าสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ระยะก่อนการทดลอง *M* = 3.620 *SD* = .223 ระยะหลังการทดลอง *M* = 3.957 *SD* = .391 ระยะติดตามผล *M* = 3.943 *SD* = .432)

มิติที่ 3 การกระจายตัวของปัญหา ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลองมีค่าสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะติดตามผลมีค่าสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ระยะก่อนการทดลอง *M* = 3.210 *SD* = .248 ระยะหลังการทดลอง *M* = 3.673 *SD* = .292 ระยะติดตามผล *M* = 3.530 *SD* = .269)

มิติที่ 4 ความยืดเยื้อต่อความอดทนของปัญหา ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ค่าเฉลี่ยของ

คะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะติดตามผลมีค่าสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ระยะก่อนการทดลอง *M* = 3.843 *SD* = .381 ระยะหลังการทดลอง *M* = 4.223 *SD* = .281 ระยะติดตามผล *M* = 4.143 *SD* = .247)

ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลองระหว่างการวัดในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลด้วยการวิเคราะห์ Pairwise Comparisons

องค์ประกอบ	ระยะ (I)	ระยะ (J)	MD (I-J)	M	SD	Sig.
การควบคุม	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	.327*	3.653	.293	.001
		ติดตามผล	-.040	4.020	.304	.884
	ติดตามผล	ก่อนการทดลอง	.367*	3.653	.293	.000
		หลังการทดลอง	.040	3.980	.061	.884
สาเหตุและความรับผิดชอบ	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	.337*	3.620	.223	.002
		ติดตามผล	.013	3.943	.432	.990
	ติดตามผล	ก่อนการทดลอง	.323*	3.620	.223	.003
		หลังการทดลอง	-.013	3.957	.391	.990
การกระจายตัวของปัญหา	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	.463*	3.210	.248	.000
		ติดตามผล	.143	3.530	.269	.128
	ติดตามผล	ก่อนการทดลอง	.320*	3.210	.248	.000
		หลังการทดลอง	-.143	3.673	.292	.128
ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	.380*	3.843	.381	.000
		ติดตามผล	.080	4.143	.247	.606
	ติดตามผล	ก่อนการทดลอง	.300*	3.843	.381	.001
		หลังการทดลอง	-.080	4.223	.281	.606
ทั้งฉบับ	หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	.380*	3.582	.139	.000
		ติดตามผล	.053	3.909	.185	.552
	ติดตามผล	ก่อนการทดลอง	.328*	3.582	.139	.000
		หลังการทดลอง	-.053	3.961	.222	.552

* $p < .05$

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า นักเรียนกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ระยะก่อนการทดลอง M = 3.582 *SD* = .139 ระยะหลังการทดลอง *M* = 3.961 *SD* = .222 และระยะติดตามผล *M* = 3.909 *SD* = .185) ซึ่งสนับสนุนสมมุติฐานข้อที่ 1

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (Independent t -test)

1.1 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยมีรายละเอียดดังตารางที่ 4.6 พบว่า ระยะหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 3.945 (*SD* = .222) และค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มควบคุม เท่ากับ 3.425 (*SD* = .444) เมื่อทำการทดสอบรายมิติขององค์ประกอบความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค พบว่า

มิติที่ 1 การควบคุม พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในมิติควบคุมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 3.980 (*SD* = .334) และค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มควบคุม เท่ากับ 3.597 (*SD* = .518)

มิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในมิติสาเหตุและความรับผิดชอบสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 3.977 (*SD* = .393) และค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มควบคุม เท่ากับ 3.380 (*SD* = .591)

มิติที่ 3 การกระจายตัวของปัญหา พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในมิติการกระจายตัวของปัญหาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 3.667 (*SD* = .289) และค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มควบคุม เท่ากับ 3.173 (*SD* = 372)

มิติที่ 4 ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในมิติความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 4.223 (*SD* = .281) และค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มควบคุม เท่ากับ 3.583 (*SD* = .613)

ตารางที่ 4.6 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคระยะหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

องค์ประกอบ	กลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	M	SD	t	Sig.
การควบคุม	กลุ่มทดลอง	30	3.980	.334	3.124	.004
	กลุ่มควบคุม	30	3.597	.518		
สาเหตุและความรับผิดชอบ	กลุ่มทดลอง	30	3.977	.393	4.293	.000
	กลุ่มควบคุม	30	3.380	.591		
การกระจายตัวของปัญหา	กลุ่มทดลอง	30	3.667	.289	5.573	.000
	กลุ่มควบคุม	30	3.173	.372		
ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา	กลุ่มทดลอง	30	4.223	.281	5.068	.000
	กลุ่มควบคุม	30	3.583	.613		
ทั้งฉบับ	กลุ่มทดลอง	30	3.945	.222	5.448	.000
	กลุ่มควบคุม	30	3.425	.444		

* $p < .05$

จากการวิเคราะห์ข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า ในระยะหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เท่ากับ 3.945 (*SD* = .222) และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เท่ากับ 3.425 (*SD* = .444) ซึ่งสนับสนุนสมมุติฐานข้อที่ 2

1.2 ผลการทดสอบค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะติดตามผลของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยมีรายละเอียดดังตารางที่ 4.7 พบว่า ระยะติดตามผลกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลองในระยะติดตามผล เท่ากับ 3.909 (*SD* = .186) และค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มควบคุม เท่ากับ 3.420 (*SD* = .439) เมื่อทำการทดสอบรายมิติขององค์ประกอบความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค พบว่า

มิติที่ 1 การควบคุม พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในมิติการควบคุมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลองในระยะติดตามผล เท่ากับ 4.020 (SD = .304) และค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มควบคุม เท่ากับ 3.623 (*SD* = .470)

มิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในมิติสาเหตุและความรับผิดชอบไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลองในระยะติดตามผล เท่ากับ 3.530 (SD = .269) และค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มควบคุม เท่ากับ 3.557 (*SD* = .441)

มิติที่ 3 การกระจายตัวของปัญหา พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในมิติการกระจายตัวของปัญหาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลองในระยะติดตามผล เท่ากับ 3.530 (*SD* = .269) และค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มควบคุม เท่ากับ 3.177 (*SD* = .366)

มิติที่ 4 ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในมิติความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหาสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลองในระยะติดตามผล เท่ากับ 4.143 (SD = .247) และค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มควบคุม เท่ากับ 3.533 (SD = .655)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตารางที่ 4.7 ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะติดตามผลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

องค์ประกอบ	กลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	M	SD	t	Sig.
การควบคุม	กลุ่มทดลอง	30	4.020	.304	3.933	.000
	กลุ่มควบคุม	30	3.623	.470		
สาเหตุและความรับผิดชอบ	กลุ่มทดลอง	30	3.530	.269	-.283	.779
	กลุ่มควบคุม	30	3.557	.441		
การกระจายตัวของปัญหา	กลุ่มทดลอง	30	3.530	.269	3.817	.001
	กลุ่มควบคุม	30	3.177	.366		
ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา	กลุ่มทดลอง	30	4.143	.247	4.717	.000
	กลุ่มควบคุม	30	3.533	.655		
ทั้งฉบับ	กลุ่มทดลอง	30	3.909	.186	5.352	.000
	กลุ่มควบคุม	30	3.420	.439		

* $p < .05$

จากการวิเคราะห์ข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า ในระยะติดตามผลกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เท่ากับ 3.909 (*SD* = .186) และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเท่ากับ 3.420 (*SD* = .439) ตามลำดับ ซึ่งสนับสนุนสมมุติฐานข้อที่ 2

บทที่ 5
สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

งานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยผู้วิจัยได้ออกแบบให้เป็นการวิจัยเชิงทดลองแท้ (True-experimental designs) แบบศึกษา 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม โดยกลุ่มทดลองได้รับการฝึกโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต และกลุ่มควบคุมมีการจัดการเรียนการสอนตามปกติ มีการวัดผล 3 ครั้ง คือ การวัดผลก่อนการทดลอง (Pretest) 1 สัปดาห์ การวัดผลหลังการทดลอง (Posttest) 1 วัน และวัดผลระยะติดตามผล (Delayed posttest) 2 สัปดาห์หลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนแห่งหนึ่งในสังกัดสำนักบริหารงาน คณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) เขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร เขต 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 30 คน และ กลุ่มควบคุม จำนวน 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย ได้แก่ 1) แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค จำนวน 40 ข้อ วัดองค์ประกอบ 4 มิติ ได้แก่ การควบคุม สาเหตุและความรับผิดชอบ การกระจายตัวของปัญหา และความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา 2) โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ที่ใช้กับกลุ่มทดลอง จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที

สรุปผลการวิจัย

1. ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 1
2. ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 2

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยข้างต้น ผู้วิจัยนำมาอภิปรายผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยแบ่งออกเป็น 2 ประเด็น ดังนี้

1. รูปแบบของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตสำหรับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยอาศัยแนวคิดและทฤษฎีพื้นฐานของลักษณะมุ่งอนาคตร่วมกับการสังเคราะห์เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต ของ (Bandura et al., 1996; Nurmi, 1991; Nuttin et al., 1984; Weiner, 1985; Wright, 1975; ดวงเดือน พันธุมนาวิน, 2529; วุฒิพงษ์ ทองก้อน, 2543; สุพิชชา กลิ่นบุหงา, 2540; อรทัย ภูอกิจ และสมบัติ ท้ายเรือคำ, 2559) การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การคาดการณ์ 2) การวางแผน 3) การลงมือปฏิบัติ และ 4) การประเมินผลลัพธ์ และประกอบด้วยแผนกิจกรรม จำนวน 12 แผน กิจกรรมที่ 1 เป็นการเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ฝึกและผู้รับการฝึก กิจกรรมที่ 2 ถึง 11 เป็นการเสริมสร้างลักษณะมุ่งอนาคต ที่มีการดำเนินกิจกรรมด้วยการตั้งเป้าหมาย คิดวางแผน ตัดสินใจเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ลงมือปฏิบัติจริงตามแผนการที่วางไว้ ตลอดจนร่วมกันอภิปรายผล ประเมินผลกระทบ ประเมินระดับความรุนแรงของปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น และหาแนวทางที่เหมาะสมในการแก้ปัญหาและอุปสรรค และกิจกรรมที่ 12 เป็นการสรุปผล ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

รูปแบบกิจกรรมที่ผู้วิจัยใช้ในการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ผู้วิจัยได้นำกิจกรรมกลุ่มเข้ามาช่วยในการดำเนินโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ซึ่งสอดคล้องกับการจัดกระบวนกาเรียนรู้ตามแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาทางสังคม ที่เน้นให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ร่วมกันผ่านประสบการณ์เดิมของตนเอง และเรียนรู้ผ่านตัวแบบ (Model) โดยอาศัยกระบวนการสังเกตพฤติกรรม ซึ่งพฤติกรรมที่เกิดขึ้นนั้นสามารถปรับเปลี่ยนได้ตลอดเวลา หากมีการกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้และมีพัฒนาการทางสังคมอย่างต่อเนื่อง จนเกิดข้อมูล และแนวทางใหม่ ๆ มาเก็บสะสมไว้จนเกิดเป็นพฤติกรรมใหม่ ที่สามารถเลือกนำไปใช้ประพฤติ ปฏิบัติให้มีความเหมาะสมกับสถานการณ์ต่อไป (Bandura & Walters, 1977) นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับขั้นพัฒนาการของนักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อนักเรียนมากที่สุด (E. H Erikson, 1994) โดยการดำเนินกิจกรรมแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มขนาดเล็ก กลุ่มละ 6 คน ผ่านการใช้เทคนิคต่าง ๆ อาทิ บทบาทสมมุติ เกม เป็นต้น ส่งผลให้นักเรียนกลุ่มทดลองได้แลกเปลี่ยนความคิดกับเพื่อน มีโอกาสเรียนรู้การทำงานร่วมกับผู้อื่น การสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน ตระหนักถึงวิธีการคิดในเชิงบวกเกี่ยวกับการรับมือของปัญหา

เรียนรู้จากการสังเกต มีการจดจำ และนำมาปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองได้ โดยที่ผลการประเมินตนเองของนักเรียนและผลการสังเกตการณ์ของผู้วิจัย พบว่า ในระหว่างกิจกรรมที่ 2-3 นักเรียนคนที่ไม่สนิทกับเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม มักจะไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ไม่มีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม ไม่รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเอง ขาดความพยายาม ขาดความอดทน ขาดการตั้งเป้าหมายที่ดี ขาดความรอบคอบในการวางแผน รู้สึกว่าสถานการณ์ตัวอย่างที่เป็นปัญหามีความรุนแรงค่อนข้างมาก มีความกังวลค่อนข้างสูง ทำให้เป้าหมายของกลุ่มไม่ประสบผลสำเร็จ แต่เมื่อนักเรียนทำกิจกรรมของโปรแกรมไประยะหนึ่ง นักเรียนมีสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนสมาชิกในกลุ่มมากขึ้น แม้ว่าในบางกิจกรรมผู้วิจัยกำหนดให้นักเรียนเปลี่ยนกลุ่มดำเนินกิจกรรม แต่นักเรียนยังคงมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน กล้าแสดงออกทางความคิด มีการแลกเปลี่ยนข้อมูลระหว่างกัน สามารถตั้งเป้าหมายในอนาคตได้มากขึ้น มีความรับผิดชอบต่อบทบาท หน้าที่ของตนเอง สามารถวางแผน เลือกใช้วิธีการแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม มีความอดทน มีความพยายามในการแก้ไขปัญหาเพิ่มมากขึ้น และรู้สึกว่าปัญหา อุปสรรคมีความรุนแรงระดับที่น้อยลง สามารถแก้ไข และก้าวข้ามผ่านไปได้ มีความเพียรพยายาม และอดทนต่อการปฏิบัติกิจกรรม สอดคล้องกับ งานวิจัยของ กุมารี ผลภาษี (2547) ที่พบว่าการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมีผลต่อการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน

รูปแบบของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นนั้น กำหนดให้นักเรียนกลุ่มทดลอง คาดการณ์เกี่ยวกับผลลัพธ์ที่ต้องการให้เกิดขึ้น คิดวางแผน ตัดสินใจ แก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ได้ลงมือปฏิบัติจริงตามแผนที่วางไว้ ตลอดจนร่วมกันอภิปรายผล ประเมินผลกระทบ ความรุนแรงของปัญหา และหาแนวทางที่เหมาะสมในการแก้ปัญหา โดยนักเรียนได้รับการฝึกจากสถานการณ์ที่มีความเสมือนจริง จึงสามารถเสริมสร้างให้นักเรียนควบคุมการกระทำของตนเอง การประพฤติ การปฏิบัติตน และการแสดงออกได้อย่างเหมาะสม มีการจัดการ วางแผน ดำเนินการตลอดจนมีความสามารถในการปรับตัว มีความอดทน มีความเพียรพยายาม เพื่อก้าวข้ามผ่านปัญหาจนบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ในอนาคต ซึ่งอาจช่วยพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนได้ (Bandura et al., 1996; Nurmi, 1991; Nuttin et al., 1984; Weiner, 1985; Wright, 1975; ดวงเดือน พันธุมนาวิน, 2529; วุฒิพงษ์ ทองก้อน, 2543; สุพิชชา กลิ่นบุหงา, 2540; อรทัย ภูอกิจ และสมบัติ ท้ายเรือคำ, 2559) ซึ่งสอดคล้องกับ ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม ที่ผู้วิจัยนำมาประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการออกแบบและพัฒนาโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต โดยบุคคลที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี บนพื้นฐานครอบครัวและสังคมที่เหมาะสม จะช่วยพัฒนาและเสริมสร้างให้บุคคลมีพัฒนาการทางสติปัญญาที่เหมาะสมกับช่วงวัย ส่งผลให้บุคคลนั้น มีเป้าหมายในอนาคต สามารถควบคุมตนเอง เพื่อลดการกระทำที่ไม่พึงปรารถนา ด้วยความอดทน เพื่อให้มีพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสม จนประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต เช่นเดียวกับ งานวิจัยของ กนกวรรณ อุ่นใจ (2535) และ พนิดา

สินสุวรรณ (2527) ที่พบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนโดยเทคนิคพยากรณ์มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการเรียนการสอนแบบปกติ

ในด้านการเรียนรู้เกี่ยวกับกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน ผู้วิจัยพบว่า เมื่อดำเนินกิจกรรมไประยะหนึ่ง นักเรียนสามารถเรียนรู้เกี่ยวกับกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตมากขึ้น สามารถเข้าใจและปฏิบัติตามขั้นตอนของกระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตได้ถูกต้อง เป็นตามลำดับขั้นตอน และเป็นอัตโนมัติ โดยที่ผู้ฝึกไม่ต้องชี้แนะแต่อย่างใด นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังพบว่า นักเรียนสามารถควบคุมตนเองให้มีความประพฤติ การปฏิบัติตน และการแสดงออกอย่างเหมาะสม สามารถแก้ไขปัญหา และอุปสรรคด้วยมุมมองความคิดเชิงบวก ไม่โยนความผิดที่เกิดขึ้นให้บุคคลอื่น และเรียนรู้จากความผิดพลาดที่เกิดขึ้นจากกิจกรรมครั้งก่อน เพื่อนำมาปรับปรุงและแก้ไขในการปฏิบัติในกิจกรรมครั้งต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับ กระบวนการเรียนรู้ตามทฤษฎีจิตวิทยาการรู้คิด (Cognitive Psychology) ที่เชื่อว่า ความคิดของบุคคลส่งผลต่อการกระทำ หรือพฤติกรรมที่แสดงออก โดยบุคคลจะเกิดการเรียนรู้ จากการรับข้อมูลต่าง ๆ นำมาคิดไตร่ตรอง และนำมาประยุกต์ใช้ในกระบวนการทางความคิด เกิดเป็นพฤติกรรมที่แสดงออกแตกต่างกันตามความสามารถในการปรับตัว โดยการเรียนรู้เหล่านั้น ส่งผลให้บุคคลมีการตระหนักรู้ในความคิดของตนเอง สามารถควบคุมตนเอง พิจารณาสาเหตุ ผลกระทบของปัญหา อุปสรรค ตลอดจนหาวิธีการแก้ไขปัญหา และอุปสรรคได้อย่างเหมาะสมกับศักยภาพและความสามารถของตนเอง และสอดคล้องกับ ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล (Theory of Reasoned Action) ที่กล่าวว่า เมื่อบุคคลได้เรียนรู้ พิจารณาไตร่ตรอง และเข้าใจในพฤติกรรมที่แสดงออกของตนเองแล้ว ส่งผลให้บุคคลนั้นสามารถประพฤติปฏิบัติตน ให้มีการกระทำที่เหมาะสม สามารถหาวิธีการ และแนวทางที่ดีที่สุดสำหรับแก้ไขปัญหาและอุปสรรค โดยไม่ก่อให้เกิดปัญหาแก่ตนเอง บุคคลอื่น สังคม และประเทศชาติ

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้นำการเสริมแรงทางบวกด้วยเบี้ยอรรถกรเข้ามาช่วยในการดำเนินโปรแกรมการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตโดยการใช้แต้มดาวสะสม เนื่องจากการใช้แรงเสริมทางบวกด้วยเบี้ยอรรถกร จะช่วยให้พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ลดลง และยังช่วยเสริมสร้างคุณลักษณะที่ต้องการให้มีความคงทนยิ่งขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ เพ็ญประภา ชาติกานนท์ (2558) ที่ศึกษาการใช้หลักการเสริมแรงทางบวกเพื่อปรับพฤติกรรมการมีความรับผิดชอบในการส่งงานของนักเรียนระดับชั้น มัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1/1 จำนวน 15 คน พบว่า การใช้แรงเสริมทางบวกด้วยเบี้ยอรรถกรช่วยกระตุ้นการส่งงานของนักเรียนมากขึ้น เช่นเดียวกับงานวิจัยของ ทิพย์วรรณ จุลีรัชนีกร (2552) ที่ได้ศึกษาผลของการใช้เทคนิคการชี้แนะทางวาจาควบคู่กับการเสริมแรงทางบวกที่มีต่อพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 58 คน พบว่า แรงเสริมทางบวกสามารถพัฒนาพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนได้

จะเห็นได้ว่า รูปแบบของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ที่ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน คือ การคาดการณ์ การวางแผน การลงมือปฏิบัติ และการประเมินผลลัพธ์ โดยอาศัยแนวคิดและทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม ทฤษฎีจิตวิทยาการรู้คิด ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล และทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม และใช้กิจกรรมกลุ่มเข้ามาช่วยในการดำเนินกิจกรรม ร่วมกับการเสริมแรงทางบวกด้วยเบี้ยอรรถกร ส่งผลให้นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมายในอนาคต มีความคิดเชิงบวก สามารถอดทนรอคอย มีความเพียรพยายามในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค และสามารถควบคุมตนเองให้จัดการกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหาและ จึงทำให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงขึ้น ดังเห็นได้จากผลการทดลอง

2. ผลของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

จากการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อหาความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ผลการศึกษาในงานวิจัยนี้ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และจากการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุม และสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสนับสนุนสมมุติฐานข้อที่ 1 และ ข้อที่ 2

จากผลการวิจัย สามารถอภิปรายได้ว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่าก่อนได้รับการฝึกโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต และสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝึกโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต เนื่องจาก ลักษณะมุ่งอนาคต เป็นความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคล เป็นการกระทำ การแสดงออก การประพฤติ และการปฏิบัติตน ในการจัดการ วางแผน และดำเนินการ เพื่อก้าวข้ามผ่านอุปสรรค ด้วยความอดทน มีความเชื่อ มีความหวัง และเพียรพยายามจนบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ในอนาคต บุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง จะช่วยส่งเสริมให้เป็นบุคคลที่มีความสามารถในการตั้งเป้าหมายในอนาคต มีความคิดเชิงบวก สามารถอดทนรอคอย มีความเพียรพยายามในการแก้ไขปัญหา และอุปสรรค และสามารถควบคุมตนเองให้ก้าวข้ามผ่านสถานการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรคได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Mello (2000) กรภัทร วรเชษฐ์ (2548) พรทิพย์ เจนจริยานนท์ (2542) สุมิตรา เจิมพันธ์ (2545) หทัยรัตน์ รุ่งธนศักดิ์ (2552) ที่พบว่า วัยรุ่นที่มี

ลักษณะมุ่งอนาคตสูง จะมีทัศนคติเชิงบวก เช่นเดียวกับงานวิจัยของ ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง (2551) และ ณีน์นรา ดีสม และสุวรี ศิวะแพทย์ (2554) ที่พบว่า หลังการเข้าร่วมโปรแกรมความคิดเชิงบวก กลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุม โดยที่ ลักษณะมุ่งอนาคตมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (ปรียภัสร์ อุปชิต, 2557; อภิษฎา จันต๊ะวงค์, 2556) ดังนั้น การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตจึงเป็นการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้แก่นักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้นได้

ในงานวิจัยครั้งนี้นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตน่าจะมีการพัฒนาระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ผ่านกระบวนการทั้ง 4 ขั้นตอนของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต โดยในขั้นตอนที่ 1 ชองการฝึกลักษณะมุ่งอนาคต คือ การคาดการณ์ไกล นักเรียนกลุ่มทดลองได้รับการตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนเกี่ยวกับผลลัพธ์ที่ต้องการให้เกิดขึ้นในอนาคต โดยการสนับสนุนให้มีความเชื่อในศักยภาพของตนเองว่าสามารถทำกิจกรรมนั้น ๆ ให้ประสบผลสำเร็จได้ จึงส่งผลให้นักเรียนสามารถรับรู้ และควบคุมสถานการณ์ เหตุการณ์ ที่มีปัญหาและอุปสรรค เพื่อหาวิธีการแก้ไข และดำเนินการแก้ไข ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมในมิติที่ 1 ของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (การควบคุม) ขั้นตอนที่ 2 การวางแผน นักเรียนร่วมกันฝึกวางแผนเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีในการทำงาน เป็นการส่งเสริมให้นักเรียนมีความมุ่งมั่น มีพลังมีกำลังใจในการทำตามเป้าหมายให้ประสบผลสำเร็จ มีความคิดเชิงบวกมากขึ้น ก่อให้เกิดความเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถต่อสู้และก้าวข้ามผ่านปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ได้ นอกจากนี้ยังช่วยให้นักเรียนสามารถคิดวิเคราะห์ เพื่อหาสาเหตุและวิธีการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ด้วยความรู้สึกว่าเป็นหน้าที่และความรับผิดชอบของตนเอง จนสามารถเอาชนะปัญหาและอุปสรรคได้ ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมในมิติที่ 2 ของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (สาเหตุและความรับผิดชอบ) ขั้นตอนที่ 3 การลงมือปฏิบัติ นักเรียนได้รับการฝึกให้กำกับตนเอง ควบคุมตนเอง แสดงความรับผิดชอบต่อหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย และมีความกระตือรือร้นในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น จนสามารถปฏิบัติตามแผนการที่วางไว้ และประสบผลสำเร็จตามที่ต้องการ โดยนักเรียนจะเกิดมุมมองใหม่ ที่มองว่าปัญหาและอุปสรรค เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเพียงชั่วคราว ไม่คงทน ถาวร หากมีความรับผิดชอบ มีความเพียรพยายาม และมีความอดทน จะช่วยให้สามารถแก้ไข และก้าวข้ามผ่านปัญหาและอุปสรรคไปได้ ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมในมิติที่ 4 ของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (ความอดทนต่อความยืดเยื้อชองปัญหา) และขั้นตอนที่ 4 การประเมินผลลัพธ์ หลังจากสิ้นสุดการปฏิบัติกิจกรรมแต่ละครั้ง นักเรียนต้องฝึกการประเมินตนเอง ส่งผลให้นักเรียนได้รับรู้ว่าตนเองสามารถบรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ หากไม่สำเร็จ นักเรียนจะมีการพิจารณาสาเหตุ ข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นจากตนเอง และหาแนวทางแก้ไข เพื่อจะได้พัฒนาตนเองในกิจกรรมครั้งต่อไป และนักเรียนยังสามารถเรียนรู้ในข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นจากตัวแบบหรือ

ประสบการณ์ สามารถวิเคราะห์หาสาเหตุ ประเมินผลกระทบ และพิจารณาแนวทางแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมในมิติที่ 2 และ มิติที่ 3 ของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (สาเหตุและความรับผิดชอบ, การกระจายตัวของปัญหา ตามลำดับ)

จากงานวิจัยที่ผ่านมา (Mello, 2000; กนกวรรณ อุ่นใจ, 2535; กรภัทร วรเชษฐ์, 2548; กุมารี ผลภาษี, 2547; พนิดา สินสุวรรณ, 2527; พรทิพย์ เจนจริยานนท์, 2542; วลัยกร สังฆบุตร, 2555; สุมิตรา เจิมพันธ์, 2545; หทัยรัตน์ รุ่งธนศักดิ์, 2552) และข้อค้นพบจากงานวิจัยนี้ จึงพบว่าโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตสามารถเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนได้ นอกจากนี้ยังสนับสนุนกับงานวิจัยของ ปรียภัสร์ อุปชิต (2557) และ อภิษฎา จันต๊ะวงค์ (2556) ที่พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นตัวแปรสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค จะเห็นได้ว่าการฝึกลักษณะมุ่งอนาคตสามารถพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคได้ และคุณลักษณะที่เกิดขึ้นมีความคงทน ดังผลที่ปรากฏในการวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. งานวิจัยนี้เก็บข้อมูลและทดลองในบริบทของโรงเรียน จากผลการวิจัย พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้น ผู้ที่จะนำโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตไปใช้ควรใช้บริบทของโรงเรียนและนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 ผู้ที่สนใจนำโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตไปใช้ในบริบทที่แตกต่าง ควรมีการปรับปรุงกิจกรรมให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง

2. ผลการวิจัยนี้ พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงขึ้น จากการเข้าร่วมกิจกรรมต่อเนื่องกัน 12 ครั้ง ผู้ที่จะนำโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตไปใช้ ควรดำเนินโปรแกรมการฝึกให้ครบทุกครั้งตามลำดับขั้นตอนของการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตอย่างต่อเนื่อง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. จากผลการวิจัย พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตสามารถพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยช่วยเสริมสร้างความอดทน ความเพียรพยายาม และวิธีการแก้ปัญหาของนักเรียนให้ดีขึ้น ดังนั้น ในการวิจัยครั้งต่อไป น่าจะศึกษาการนำตัวแปรลักษณะมุ่งอนาคตไปใช้ในการพัฒนาตัวแปรที่ศึกษาพฤติกรรมของนักเรียน อาทิ ความกระตือรือร้น ทัศนคติในการเรียน เป็นต้น

2. นักเรียนที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูง จะมีความรับผิดชอบ มีความอดทน และเพียรพยายามแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ดังนั้น ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรศึกษาตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค อาทิ ทัศนคติ สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และสัมพันธภาพระหว่างครู เป็นต้น และพัฒนาตัวแปรนั้น เพื่อช่วยเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนต่อไป

3. ในการวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียน สามารถวัดได้จากหลายรูปแบบ อาทิ แบบสังเกต แบบสัมภาษณ์ แบบวัดสถานการณ์ และแบบวัดพฤติกรรม เป็นต้น ในงานวิจัยนี้ใช้แบบวัดสถานการณ์ที่เป็นมาตรประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 40 ข้อ ซึ่งนักเรียนจำเป็นต้องใช้เวลาในการอ่านและเลือกตอบ ดังนั้น ในงานวิจัยครั้งต่อไป อาจสร้างแบบวัดประเภทอื่น เพื่อสนับสนุนข้อมูลที่ได้จากแบบวัดสถานการณ์

4. งานวิจัยครั้งนี้ ใช้กิจกรรมกลุ่มในการดำเนินกิจกรรม ซึ่งพบว่านักเรียนสามารถพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ผ่านการทำกิจกรรมกลุ่ม ในงานวิจัยครั้งต่อไป น่าจะออกแบบกิจกรรมกลุ่มสลับเดี่ยว เนื่องจากการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต สามารถพัฒนาได้จากการเรียนรู้โดยการสังเกตจากตัวแบบ ซึ่งนักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้น เป็นช่วงวัยที่เพื่อนมีอิทธิพลมากที่สุด ดังนั้นควรมีการออกแบบกิจกรรมให้นักเรียนมีการเรียนรู้จากกิจกรรมกลุ่มก่อน แล้วจึงสลับเป็นกิจกรรมเดี่ยว เพื่อให้นักเรียนสามารถนำกระบวนการไปใช้ในชีวิตจริงได้เป็นรายบุคคล

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

กนกวรรณ อุ่นใจ. (2535). *ผลของการใช้เทคนิคการพยากรณ์ ที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสามร้อยยอดวิทยาคม จังหวัดประจวบคีรีขันธ์*. (ปริญญานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร,

กนิษฐา หมั่นกิจการ. (2550). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความฉลาดทางอารมณ์และความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 1*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

กรภัทร วรเชษฐ์. (2548). *การศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3*. (ปริญญานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน. (2555). อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก ค้นจาก www.djop.go.th/law/2012-06-30-16-03-00

กรรณิกา สุขสมัย. (2549). การสร้างมาตรประมาณค่าความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. *วารสารวิจัยและวัดผลการศึกษา,* 4(1).

กุมารี ผลภาษี. (2547). *ผลของโปรแกรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ต่อการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเมืองนครนายก*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศิลปศาสตร์), มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.

เกวลี นาควิโรจน์. (2555). *ความสัมพันธ์ระหว่าง ทัศนคติต่อการใช้ความรุนแรง รูปแบบการเลี้ยงดู และการปฏิบัติของเพื่อนกับพฤติกรรมรุนแรงวัยรุ่น*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะพยาบาลศาสตร์), มหาวิทยาลัยมหิดล, กรุงเทพมหานคร.

ขัตติยา รัตนดิลก. (2553). *ผลที่ผู้ต้องหาเด็กได้รับภายหลังการแก้ไขกฎหมายเพิ่มอายุความรับผิดทางอาญา. กรุงเทพมหานคร*: กรมพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชน.

โครงการสารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน โดยพระราชประสงค์ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว. (2539). *สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชนฯ เล่ม 18 โครงการสารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน โดยพระราชประสงค์ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว*. กรุงเทพฯ: ด่านสุทธาการพิมพ์.

จินดา น้ำเจริญ. (2556). *การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย*. (วิทยานิพนธ์ปริญญา

มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

จินดาพร ไชยคำ และคณะ. (2560). ปัจจัยบางประการที่มีอิทธิพลต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดนครพนม. *วารสารการวัดผลการศึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม,* 23(พิเศษ), 16-27.

จุฑารัตน์ เปลวทอง. (2551). *ผลของโปรแกรมการฝึกตามแนว* Adler *ที่มีต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและลักษณะมุ่งอนาคตของเด็กด้อยโอกาส*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะวิทยาศาสตร์), มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.

ณีน์นรา ดีสม และสุวรี ศิวะแพทย์. (2554). ผลของโปรแกรมความคิดเชิงบวกที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6. *วารสารศึกษาศาสตร์ ฉบับวิจัยบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น,* 5(1), 39-45.

ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2529). *ประมวลบทความวิชาการ ตอน 1*, กรุงเทพมหานคร.

ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2539). *ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม การวิจัยและการพัฒนาบุคคล.* กรุงเทพฯ: โครงการส่งเสริมเอกสารวิชาการ สถาบันพัฒนบริหารศาสตร์.

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจนปัจจนึก. (2520). *จริยธรรมของเยาวชนไทย*. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ:

ไตรรัตน์ เอี่ยมพันธ์ และประกอบ คุณารักษ์. (2560). การป้องกันพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นกลุ่มเสี่ยง. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเชีย ฉบับสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์,* 7(3), 46-58.

ทฤษฎี สุทธินนท์. (2555). *ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคและการปรับตัวทางสังคมของนกเรียนชั้นมัธยมศึกษาในจังหวัดตรัง*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะวิทยาศาสตร์), มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพมหานคร.

ทศพร บรรจง. (2555). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเชีย ฉบับสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์,* 2(2), 209-219.

ทองทิพภา วิริยะพันธุ์. (2546). มนุษยสัมพันธ์กับการบริหาร. กรุงเทพมหานคร: อินฟอร์มีเดีย บุ๊คส์.

ทิพภา ประเสริฐกุล. (2553). *การลดพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ด้วยเบี้ยอรรถกร.* (ปริญญานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยศิลปากร,

ทิพย์วรรณ จุลีรัชนีกร. (2552). *ผลของการใช้เทคนิคการชี้แนะทางวาจาควบคู่กับการเสริมแรงทางบวกที่มีต่อพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะวิทยาศาสตร์), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

ธิดา ชูอินทร์. (2540). *ผลของการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนเจ้าพระยาวิทยาคม กรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

ธิดา ฐิติพานิชยางกูร. (2550). *ปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อความมั่นคงทางอารมณ์และ ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่3 ในเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 3*. (ปริญญานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์. (2551). *AQ พลังแห่งความสำเร็จ*. ธรรกมลการพิมพ์: บิสคิต (ในเครือเอ็กซเปอร์เน็ทบุคส์).

นพดล โชติกพานิชย์. (2549). *การศึกษาและพัฒนาคววามสามารถในการเผชิญอุปสรรคด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น*. (ปริญญานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

นันทนุช ตั้งเสถียร. (2546). *บุคลิกภาพแบบ MBTI ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค และความเครียดในการทำงาน : กรณีศึกษาบริษัทเอกชนแห่งหนึ่ง*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.

นันทิยา วชิรลาภไพฑูรย์. (2547). *การเพิ่มระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคโดยการเรียนรู้พฤติกรรมการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค : กรณีศึกษาเยาวชนกระทำผิดชาย.* (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.

นาตยา ปิลันธนานนท์. (2526). *อนาคตศาสตร์*. กรุงเทพ: โอเดียนสโตร์.

บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. (2531). *ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์*. กรุงเทพ: สามเจริญพานิช.

บุญรับ ศักดิ์มณี. (2532). *การเสริมจิตลักษณะเพื่อการพัฒนาพฤติกรรมการทำงานของข้าราชการ*. (ปริญญานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ,

ปราณี ทองคำ. (2539). *เครื่องมือวัดผลทางการศึกษา*. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ปัตตานี.

ปรียภัสร์ อุปชิต. (2557). *การศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 41*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะครุศาสตร์), มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์, นครสวรรค์.

ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ. (2559). *การจูงใจในการศึกษา*. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พนม เกตุมาน. (2546). *สุขใจกับลูกวัยรุ่น*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหิดล.

พนิดา สินสุวรรณ. (2527). *การเปรียบเทียบลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในวิชาสังคมศึกษา เรื่อง ปัญหาสิ่งแวดล้อม ด้วยการ*

สอนโดยใช้เทคนิคพยากรณ์กับการสอนแบบบรรยาย. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.

พรทิพย์ เจนจริยานนท์. (2542). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น.* (ปริญญานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

พรรณี ชูทัย เจนจิต. (2545). *จิตวิทยาการเรียนการสอน*. กรุงเทพมหานคร: เสริมสิน พรีเพรสิสเท็ม.

พิทยา อึ้งบุญชู. (2538). *การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษาด้วยการสอนแบบแก้ปัญหาโดยใช้เทคนิคการพัฒนาแบบยั่งยืน.* (ปริญญานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

เพ็ญประภา ชาติกานนท์. (2558). *การใช้หลักการเสริมแรงทางบวกเพื่อปรับพฤติกรรมการมีความรับผิดชอบในการส่งงานของนักเรียนระดับชั้น มัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1/1 จำนวน 15 คน โรงเรียนปรินส์รอยแยลส์วิทยาลัย จ. เชียงใหม่.* ค้นจาก https://academic.prc.ac.th/TeacherResearch/ResearchDetail.php?ID=1720

ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง. (2551). *การพัฒนารูปแบบการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 2*. (ปริญญานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

มัณฑรา ธรรมบุศย์. (2544). AQ กับความสำเร็จของชีวิต. *วารสารวิชาการ*, 12-17.

มาลี วิทยาธรรัตน์. (2540). *ผลของการฝึกการมุ่งอนาคตแก่เด็กในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี*. (ปริญญานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

รุ่งระวี สุขแย้ม. (2559). *การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอนวิทยาศาสตร์เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6.* (วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต, คณะครุศาสตร์), มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์, นครสวรรค์.

เริงชัย จงพิพัฒนสุข. (2543). *คู่มือผู้ปกครองและครู : การเรียนการสอนตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2546* (พิมพ์ครั้งที่ 6.). กรุงเทพฯ: วัฒนพานิช.

ลัดดา ทวี. (2540). *ผลของการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ทัศนคติ และพฤติกรรมการรักษาความสะอาดร่างกายในนักเรียนชาวเขาระดับประถมศึกษา*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.

ไลลา โต๊ะเด็น. (2560). *โมเดลเชิงสาเหตุระดับพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา*

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตอนต้นในสังคมพหุวัฒนธรรม จังหวัดสตูล. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.

วรรณี แกมเกตุ. (2555). *วิธีวิทยาการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วลัยกร สังฆบุตร. (2555). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างต้นทุนชีวิต การควบคุมตนและลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนวัยรุ่นในจังหวัดจันทบุรี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะวิทยาศาสตร์), มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพมหานคร.

วิทยา นาควัชระ. (2544). *ตอบปัญหาการเลี้ยงลูกและวัยรุ่น*. กรุงเทพมหานคร: อัมรินทร์พริ้นติ้งแอนพับลิชชิ่ง.

วิทยา นาควัชระ. (2557). *วิธีเลี้ยงลูกให้ เก่ง ดี และมีสุข*: (*IQ EQ MQ AQ)*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ GOODBOOK (ในเครือสถาบันพัฒนาตนเองและนักบริหาร).

วุฒิพงษ์ ทองก้อน. (2543). *การศึกษาลักษณะมุ่งอนาคตของนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ.* (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ, กรุงเทพมหานคร.

ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2545). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ศศิธร คงครบ. (2558). *ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 27*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.

ศันสนีย์ ฉัตรคุปต์. (2545). *เทคนิคการสร้าง IQ EQ AQ 3 Q* เพื่อความสำเร็จ. กรุงเทพมหานคร: GOODBOOK.

ศิริบูรณ์ สายโกสุม. (2548). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

สาวิตรี เต็งณฤทธิ์ศิริ. (2547). *ลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดน่าน*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑.* กรุงเทพมหานคร. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์เกษตรแห่งประเทศไทย.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. (2561). สถิติทางการศึกษา ปี 2556-2561. ค้นจาก http://www.bopp-obec.info/home/?page_id=26188

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2552). *การศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะของคนไทยที่พึงประสงค์: ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค*. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษาไทย.

สำนักเฝ้าระวังทางวัฒนธรรม สำนักงานปลัดกระทรวงวัฒนธรรม. (2559). *คู่มือการจัดตั้งศูนย์เฝ้าระวังทางวัฒนธรรมในสถานศึกษา.* กรุงเทพมหานคร: บริษัท สามเจริญพาณิชย์ (กรุงเทพ) จำกัด.

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2560). *มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดกลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ และสาระภูมิศาสตร์ ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๐) ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

สิริวรรณ วงศ์พงศ์เกษม. (2554). *ผลของโปรแกรมพัฒนาผู้เรียนที่มีต่อความสามารถในการเผชิญ และฟันฝ่ าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปี ที่ 1โรงเรียนเซนต์ดอมินิก กรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศิลปศาสตร์), มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.

สุพิชชา กลิ่นบุหงา. (2540). *ผลของการใช้โปรแกรมการแนะแนวแบบกลุ่มย่อย ที่มีต่อการตระหนักในอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1* (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศิลปศาสตร์), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.

สุมิตรา เจิมพันธ์. (2545). *จิตลักษณะ และประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย.* (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.

สุรพงษ์ ชูเดช. (2534). *ความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์ในมหาวิทยาลัยกับจิตลักษณะที่สำคัญของนิสิต.* (ปริญญานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะวิทยาศาสตร์), สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.

หทัยรัตน์ รุ่งธนศักดิ์. (2552). *การพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุต่อลักษณะการมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศรีสะเกษ เขต 4.* (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.

อดุลย์ วังศรีคูณ. (2557). การศึกษาไทยในศตวรรษที่ 21 : ผลผลิตและแนวทางการพัฒนา. *วารสารมนุษย์ศาสตร์และสังคมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม,* 8(1), 1-17.

อภิษฎา จันต๊ะวงค์. (2556). *ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค*

ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เขตอำเภอเมือง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงราย เขต 1. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะครุศาสตร์), มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย, เชียงราย.

อรทัย ภูอกิจ และสมบัติ ท้ายเรือคำ. (2559). การพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองและลักษณะมุ่งอนาคตด้วยแนวคิดอัตมโนทัศน์สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม,* 10(พิเศษ), 1029-1044

อำพรรณ โปร่งจิต. (2545). *ปัจจัยที่สัมพันธ์กับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดศรีสะเกษ.* (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.

อุบล เลี้ยววาริณ. (2534). *ความสำคัญของการศึกษาที่มีต่อจิตลักษณะและพฤติกรรมสุขภาพ ของผู้ปฏิบัติงานในเขตกรุงเทพมหานคร.* (วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต, คณะศึกษาศาสตร์), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

ภาษาอังกฤษ

Ajzen, I., & Fishbein, M. (1980). Understanding attitudes and predicting social behaviour.

Babajide, M. B. (2015). *Student's Adversity Quotient and related factors as predictions of academic achievement in the west African senior school certificate examination in southwestern Nigeria university of Ibadan.* (Doctor of Philosophy), Ibadan,

Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V., & Pastorelli, C. (1996). Multifaceted impact of self-efficacy beliefs on academic functioning. *Child development,* 67(3), 1206-1222.

Bandura, A., & Walters, R. H. (1977). *Social learning theory* (Vol. 1): Prentice-hall Englewood Cliffs, NJ.

Erikson, E. H. (1964). *Insight and responsibility* New York Norton.

Erikson, E. H. (1994). *Identity and the life cycle*: WW Norton & Company.

Frieder, R. L., & Laura, L. C. (2002). Future Time Perspective, Goal, and Social Relationship. *Journal of Psychology and Aging,* 17, 125-139.

Hall, A. S. (1964). *construction of graphs and charts*.

Heckhausen, H. (1967). *The anatomy of achievement motivation*. New York: Academic Press.

Kay, D. (1950). *Social Psychology Brooks*. Cole: Pacific Grove California.

Mello, Z. R. (2000). *Tomorrow's Forecast: Future Orientation as a Protective Factor Among Low-income African American Adolescents.* (Doctoral dissertation), Pennsylvania State University,

Mischel, W. (1974). Processes in delay of gratification. *Advances in experimental social psychology,* 7, 249-292.

Neisser, U. (2014). *Cognitive psychology: Classic edition*: Psychology Press.

Nurmi, J. E. (1991). How do adolescents see their future? A review of the development of future orientation and planning. *Developmental review,* 11(1), 1-59.

Nuttin, J., Lorion, R. P., & Dumas, J. E. (1984). *Motivation, planning, and action: A relational theory of behavior dynamics*: Leuven University Press.

Pangma, R., Tayraukham, S., & Nuangchalerm, P. (2009). Causal Factors Influencing Adversity Quotient of Twelfth Grade and Third-Year Vocational Students. *Journal of Social Sciences,* 5(4), 466-470.

Piaget, J. (1969). *The intellectual development of the adolescent*. New York: Basic Books.

Plutchik, R. (2003). *Emotions and life: Perspectives from psychology, biology, and evolution*. Washington, DC: US: American Psychological Association.

Poole, M. E., & Cooney, G. H. (1987). Orientations to the future: A comparison of adolescents in Australia and Singapore. *ournal of Youth and Adolescence,* 16(2), 129-151.

Samart, P., Piyakun, A., & Phusee-orn, S. (2017). Developing the Adversity Quotient of Mathayomsuksa 3 Students using the Integrated Group Counseling Program. *Journal of Education Mahasarakham University,* 11(4), 53-66.

Schunk, D. H., & Zimmerman, B. J. (1994). *Self-regulation of learning and performance: Issues and educational applications*: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Segura, J. (1991). Analysis of temporary hiring in Spain (No. 47). *Ministry of Labor and Social Security*.

Stoltz, P. G. (1997). *Adversity quotient: Turning obstacles into opportunities*: John Wiley & Sons.

Stoltz, P. G. (2000). *Adversity Quotient@ Work: Finding Your Hidden Capacity for Getting*

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

Things Done: HarperBusiness.

Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological review,* 92(4), 548.

Wright, D. S. (1971). The psychology of moral behaviour.

Wright, D. S. (1975). *The Psychology of Moral Behavior*. Middle, England: Penquin.

Yakoh, M., Chongrukasa, D., & Prinyapol, P. (2015). Parenting styles and adversity quotient of youth at Pattani foster home. *Procedia-Social and Behavioral Sciences,* 205, 282-286.

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ
ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. อาจารย์ ดร. วนัญญา แก้วแก้วปาน

สาขาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

2. อาจารย์ ชลาลัย แต้ศิลปะสาธิต

สาขาจิตวิทยาคลินิก/นิติจิตวิทยา ภาควิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

3. อาจารย์ พุทธชาด วูโอริ

สาขาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาคผนวก ข
หนังสือขอความร่วมมือในการวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ที่ ศธ 0512.6(2791.01)/62- 0991

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

มีนาคม 2562

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.วนัญญา แก้วแก้วปาน

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นางสาววรัฐา นพพรเจริญกุล นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุมาลี ชิโนกุล)
รองคณบดี
ปฏิบัติการแทนคณบดี

กลุ่มภารกิจบริการการศึกษา ฝ่ายวิชาการ
โทร. 0-2218-2565-97 ต่อ 6732
เบอร์โทรศัพท์ผู้วิจัย: 061-524-5929 email: warruththa@hotmail.com

ที่ ศธ 0512.6(2791.01)/62- 0990

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

มีนาคม 2562

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ ชลาลัย แต้ศิลปสาธิต

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นางสาววรัฐา นพพรเจริญกุล นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุมาลี ชิโนกุล)
รองคณบดี
ปฏิบัติการแทนคณบดี

กลุ่มภารกิจบริการการศึกษา ฝ่ายวิชาการ
โทร. 0-2218-2565-97 ต่อ 6732
เบอร์โทรศัพท์ผู้วิจัย: 061-524-5929 email: warruththa@hotmail.com

ที่ ศธ 0512.6(2791.01)/62- 0992

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

มีนาคม 2562

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ พุทธชาด วูโอริ

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นางสาววรัฐา นพพรเจริญกุล นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง "ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุมาลี ชิโนกุล)
รองคณบดี
ปฏิบัติการแทนคณบดี

กลุ่มภารกิจบริการการศึกษา ฝ่ายวิชาการ
โทร. 0-2218-2565-97 ต่อ 6732
เบอร์โทรศัพท์ผู้วิจัย: 061-524-5929 email: warruththa@hotmail.com

ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1.1 แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

1.2 โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีกรอบแนวคิดที่ใช้ในการสร้างแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ดังตารางที่ ก.1

ตารางที่ ก.1 กรอบแนวคิดที่ใช้ในการสร้างแบบวัดความสามารถในการเผชิญฟันฝ่าอุปสรรค

องค์ประกอบ AQ	ความหมาย	ข้อคำถาม
มิติที่ 1 การควบคุม (C = Control)	ความสามารถในการรับรู้ และการควบคุมสถานการณ์ เหตุการณ์ ที่มีปัญหาและอุปสรรค เพื่อหาวิธีการแก้ไข และดำเนินการแก้ไข ให้ผ่านพ้นเหตุการณ์ที่มีปัญหาไปได้	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
มิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ (O2 = Origin and Ownership)	การคิดวิเคราะห์เพื่อหาสาเหตุของปัญหาและอุปสรรค ด้วยความรู้สึกรับผิดชอบว่าเป็นปัญหาของนตนเอง ไม่ผลักภาระความรับผิดชอบไปให้บุคคลอื่น	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20
มิติที่ 3 การกระจายตัวของปัญหา (R = Reach)	การที่แต่ละบุคคลประเมินผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค ที่มีต่อการดำเนินชีวิตของตนเอง และประเมินว่าปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นมีการกระจายตัวอย่างไร มีผลเฉพาะเหตุการณ์นั้น ๆ หรือมีผลต่อเหตุการณ์อื่น ๆ ด้วย	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30
มิติที่ 4 ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา (E = Endurance)	ความสามารถในการอดทนต่อการจัดการกับความยืดเยื้อของปัญหา และพยายามจัดการให้ปัญหา อุปสรรคหมดสิ้น	31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

<u>คำชี้แจง</u>

1. แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 40 ข้อ ให้นักเรียนทำทุกข้อ โดยใช้เวลาในการทำ 40 นาที

2. ให้นักเรียนอ่านและพิจารณาแต่ละข้อว่า นักเรียนมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ระดับเท่าใด โดยให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับระดับความสามารถของตนเองเพียงข้อละเครื่องหมายเดียว ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ระดับ ได้แก่

มากที่สุด	หมายถึง	สอดคล้องกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมากที่สุด
มาก	หมายถึง	สอดคล้องกับข้อเท็จจริงของนักเรียนมาก
ปานกลาง	หมายถึง	สอดคล้องกับข้อเท็จจริงของนักเรียนปานกลาง
น้อย	หมายถึง	สอดคล้องกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง	สอดคล้องกับข้อเท็จจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

3. แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค มีจุดมุ่งหมายเพื่อมุ่งวัดระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียน โดยให้นักเรียนตอบตามความเป็นจริง และผลจากการตอบในครั้งนี้ จะไม่มีผลกระทบต่อการเรียนแต่อย่างใด

4. คำตอบทั้งหมดของนักเรียนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค จะถูกเก็บไว้เป็นความลับและนำมาใช้สำหรับในการวิจัย เรื่อง “ผลของโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5” เท่านั้น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ชื่อ ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

คำชี้แจง : ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ที่มีระดับความสอดคล้องกับความเป็นจริงของตัวนักเรียนมากที่สุด

ข้อ	สถานการณ์	ระดับความสอดคล้อง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.	หากเพื่อนไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นที่นักเรียนนำเสมอ นักเรียนมักจะหาวิธีใหม่ในการนำเสนอความคิดเห็น					
2.	หากนักเรียนมีข้อขัดแย้งกับเพื่อน นักเรียนมักจะต่อว่าเพื่อนโดยทันที *					
3.	เมื่อนักเรียนมาโรงเรียนสาย และถูกลงโทษที่หน้าเสาธง นักเรียนมักหาวิธีการที่ทำให้มาโรงเรียนได้ทันเวลา					
4.	หากกลางดึกวันหนึ่ง นักเรียนได้ยินเสียงเหมือนโดนขโมยขึ้นบ้าน นักเรียนจะรีบโทรแจ้งตำรวจทันที					
5.	หากฝนตกหนัก ไฟฟ้าดับ ขณะที่นักเรียนกำลังทำงานที่ต้องส่งวันพรุ่งนี้ นักเรียนจะเลิกทำการบ้าน และเข้านอนทันที *					
6.	หากนักเรียนถูกย้ายห้องเรียน และนักเรียนไม่รู้จักใครเลยในห้องนั้น นักเรียนจะพยายามทำความรู้จักเพื่อนใหม่					

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ข้อ	สถานการณ์	ระดับความสอดคล้อง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
7.	หากเพื่อนร่วมกลุ่มบอกว่า นักเรียนทำงานไม่ดี ไม่มีคุณภาพ นักเรียนมักรู้สึกหมดแรง ท้อ เครียด และเลิกทำงานนั้น *					
8.	หากนักเรียนไม่เข้าใจบทเรียน นักเรียนมักจะไม่ทำการบ้านส่งคุณครู *					
9.	หากน้องทำน้ำหกใส่ใบงานที่นักเรียนใช้เวลาทำนานมากเพื่อส่งคุณครูในวันพรุ่งนี้ นักเรียนมักจะไปฟ้องผู้ปกครองทันที *					
10.	หากเพื่อนในกลุ่มไม่ชอบงานส่วนที่นักเรียนทำ นักเรียนจะรีบแก้ไข และทำงานนั้นต่อไป จนงานเสร็จสมบูรณ์					
11.	หากนักเรียนจ่ายเงินซื้อของ และได้รับเงินทอนไม่ครบ นักเรียนมักจะตรวจสอบเงินทอนอีกครั้งหนึ่ง					
12.	เมื่อนักเรียนทำการบ้านไม่ได้ นักเรียนมักจะไม่สนใจพิจารณาว่าไม่เข้าใจส่วนใดของการบ้าน *					
13.	หากนักเรียนได้คะแนนสอบกลางภาคน้อยมาก นักเรียนมักไม่ได้พิจารณาถึงวิธีการเรียนที่ตนเองใช้ *					
14.	หากรายงานของนักเรียนได้คะแนนน้อยมาก นักเรียนมักจะตรวจสอบข้อผิดพลาดของรายงาน					

ข้อ	สถานการณ์	ระดับความสอดคล้อง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
15.	หากเพื่อนร่วมกลุ่มโครงงานวิทยาศาสตร์ไม่มอบหมายงานให้นักเรียนทำเลย นักเรียนมักจะไม่สนใจ และไม่ค่อยทบทวนถึงสาเหตุว่าเป็นเพราะอะไร *					
16.	หากนักเรียนทำแก้วน้ำตกพื้นแตก นักเรียนคิดว่าถ้าหากเก็บกวาดเรียบร้อย น่าจะไม่โดนผู้ปกครองทำโทษ					
17.	หากนักเรียนทำงานเสร็จไม่ทันส่งคุณครู นักเรียนมักจะไม่พิจารณาถึงสาเหตุที่ทำให้ตนเองทำงานไม่เสร็จ *					
18.	หากนักเรียนยืมดินสอของเพื่อนแล้วทำหาย นักเรียนคิดว่า นักเรียนมักจะคิดทบทวนว่าไปลืมดินสอไว้ที่ไหน					
19.	หากนักเรียนเดินเข้าร้านสะดวกซื้อ แล้วสะดุดล้มลง นักเรียนมักจะตรวจสอบก่อนว่าสาเหตุใดทำให้นักเรียนสะดุด					
20.	หากสมุดการบ้านในกระเป๋าของนักเรียนหาย นักเรียนจะไปต่อว่าเพื่อนที่นักเรียนคิดว่าเป็นคนเอาสมุดการบ้านไปทันที *					
21.	การที่เพื่อนลอกการบ้านของนักเรียน อาจส่งผลทำให้คุณครูจับได้ และนักเรียนจะถูกทำโทษ					
22.	การที่นักเรียนไม่ชอบครูผู้สอนในวิชานั้นไม่ส่งผลอะไรต่อการเรียนของนักเรียน *					
23.	การที่นักเรียนทำขนมหกใส่เสื้อ ทำให้เสื้อมีรอยเปื้อน อาจทำให้ซักไม่ออก					

ข้อ	สถานการณ์	ระดับความสอดคล้อง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
24.	นักเรียนคิดว่า หากนักเรียนทะเลาะกับผู้ปกครองเช้าวันที่นักเรียนต้องสอบปลายภาค อาจส่งผลให้นักเรียนเสียสมาธิในการทำข้อสอบ					
25.	หากนักเรียนป่วย ทำให้ต้องขาดเรียนหลายวัน นักเรียนน่าจะยังเรียนทันเพื่อน *					
26.	นักเรียนคิดว่า การคุยเล่นเพียงเล็กน้อยในเวลาที่คุณครูสอน ไม่ส่งผลอะไรกับการเรียนของนักเรียน *					
27.	ในวันที่ฝนตกหนัก นักเรียนจะออกจากบ้านก่อนเวลา เพราะรถจะติดกว่าทุกที					
28.	นักเรียนคิดว่า การที่นักเรียนไม่เตรียมตัวสำหรับการนำเสนอผลงานหน้าชั้นเรียนน่าจะไม่มีผลต่อการนำเสนอผลงานของนักเรียน *					
29.	หากเพื่อนนินทานักเรียนลับหลังเป็นประจำ อาจทำให้นักเรียนไม่มีความสุขในการเรียน *					
30.	หากนักเรียนไม่สามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้ นักเรียนคิดว่า นักเรียนน่าจะพยายามปรับปรุงตนเอง					
31.	เมื่อนักเรียนสอบไม่ผ่าน นักเรียนมักเฝ้าแต่คิดวนเวียนว่าตัวเองเป็นคนที่สติปัญญาไม่ดี เรียนไม่เก่ง ไม่มีทางสอบผ่านได้ จึงเลิกสนใจการเรียนทุกวิชา *					

ข้อ	สถานการณ์	ระดับความสอดคล้อง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
32.	หากทุกครั้งที่ส่งงาน นักเรียนถูกคุณครูตำหนิว่าลายมืออ่านยากมาก นักเรียนจึงพยายามฝึกคัดลายมือทุกวัน จนทำให้ลายมือของนักเรียนสวยขึ้น และได้รับคำชมจากคุณครู					
33.	หากนักเรียนต้องทำรายงานในหัวข้อที่นักเรียนไม่ถนัด นักเรียนมักหาข้อมูล และทำความเข้าใจกับหัวข้อนั้น					
34.	หลังจากที่นักเรียนทำการบ้านเสร็จเรียบร้อยแล้ว นักเรียนพบว่านักเรียนทำผิดคำสั่ง นักเรียนมักรีบแก้ไขให้ถูกต้อง พร้อมกับบอกตัวเองว่า ครั้งต่อไปจะต้องอ่านคำสั่งให้ดีก่อนลงมือทำการบ้าน					
35.	หากนักเรียนได้รับเลือกให้เป็นประธานนักเรียน แต่ถูกวิพากษ์วิจารณ์การทำงาน นักเรียนจึงคิดจะลาออกจากตำแหน่ง *					
36.	หากทีมแข่งขันวอลเล่บอลของนักเรียนแพ้ทีมโรงเรียนอื่น นักเรียนคิดว่า ในคราวหน้าต้องฝึกซ้อมกันมากขึ้น					
37.	หากนักเรียนถูกคุณครูตำหนิเป็นประจำเรื่องไม่ส่งการบ้านตามกำหนดเวลา นักเรียนมักคิดว่า นักเรียนจะไม่ทำการบ้านอีกต่อไป *					
38.	นักเรียนถูกคุณแม่บ่นทุกวันเรื่องเล่นเกม ติดเกม นักเรียนมักคิดว่ายังไง ๆ คุณแม่ก็บ่นตลอด บ่นทุกเรื่อง นักเรียนจึงไม่พยายามปรับเปลี่ยนตัวเองเลย *					

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ข้อ	สถานการณ์	ระดับความสอดคล้อง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
39.	ในการสอบครั้งที่ผ่านมา หากนักเรียนสอบได้คะแนนน้อยกว่าที่คาดหวังมาก ทำให้นักเรียนรู้สึกท้อแท้ และรู้สึกหมดความพยายาม *					
40.	นักเรียนคิดว่า หากนักเรียนต้องทำโจทย์ที่นักเรียนไม่เข้าใจ แต่หากได้รับการฝึกทำบ่อย ๆ น่าจะทำได้ดียิ่งขึ้น					

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ใช้กระบวนการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน โดยมีกรอบแนวคิดที่ใช้ในการสร้างโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตฯ ดังตารางที่ ก.1

ตารางที่ ก.2 กรอบแนวคิดที่ใช้ในการสร้างโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

ขั้นตอนการพัฒนา	ความหมาย
1. การคาดการณ์ไกล	เป็นการฝึกให้นักเรียนคาดการณ์เกี่ยวกับสิ่งที่ต้องการให้เกิดขึ้นในอนาคต
2. การวางแผน	เป็นการฝึกให้นักเรียนสามารถ กำหนดขั้นตอน วิธีการ วิธีดำเนินการ และเลือกใช้วิธีได้เหมาะสมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ได้สำเร็จ
3. การลงมือปฏิบัติ	เป็นการดำเนินกิจกรรมร่วมกันของผู้รับการฝึก
4. การประเมินผลลัพธ์	เป็นการประเมินสิ่งที่ผู้รับการฝึกได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรม ตลอดจนประเมินถึงปัญหาและอุปสรรค และแนวทางการแก้ไขปัญหา อุปสรรค

โปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีวัตถุประสงค์ ในการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนช่วงวัยรุ่นตอนต้น ที่กำลังศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วย 12 กิจกรรม แต่ละกิจกรรมใช้เวลา 60 นาที โดยเริ่มจากกิจกรรมปฐมนิเทศ เป็นการสร้างความเข้าใจอันดีและสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ฝึกและผู้รับการฝึก เพื่อจะได้ดำเนินกิจกรรมต่อไปอย่างต่อเนื่อง กิจกรรมที่ 2 ถึง 11 เป็นกิจกรรมที่สร้างเสริมองค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคทั้ง 4 มิติ ได้แก่ มิติการควบคุม มิติสาเหตุและความรับผิดชอบ มิติการกระจายตัวของปัญหา และมิติความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา และกิจกรรมสุดท้าย เป็นการสรุปผลการดำเนินกิจกรรมทั้งหมดและประเมินผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

แผนการจัดกิจกรรมที่ 1

ชื่อกิจกรรม ปฐมนิเทศ ระยะเวลา 60 นาที

สาระสำคัญ

ลักษณะมุ่งอนาคต เป็นคุณลักษณะหนึ่งของพฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออก โดยมีความเกี่ยวข้องกับกระบวนการคิด การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา นักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคต จะมีความสามารถในการคาดการณ์เกี่ยวกับเป้าหมายในอนาคต มีการจัดการ มีการวางแผน มีการตัดสินใจ สามารถเลือกใช้วิธีการที่ดีและเหมาะสมที่สุด สำหรับการแก้ไขปัญหา รู้จักการรอคอย และมีความอดทนเพื่อทำเป้าหมายที่วางไว้ให้สำเร็จ โดยที่ลักษณะมุ่งอนาคต เป็นสิ่งที่พัฒนาให้เกิดขึ้นในตัวนักเรียน ซึ่งจะเป็นการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียน ช่วยให้นักเรียนแต่ละคนสามารถรับมือ และจัดการกับปัญหาและอุปสรรค ด้วยความอดทน พากเพียร มีความรับผิดชอบต่อตนเอง และสามารถเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคไปได้อย่างผู้มีชัยชนะ

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

ผู้ฝึกและผู้รับการฝึก สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน ตลอดจนผู้รับการฝึกสามารถบอกประโยชน์และบอกความสำคัญของการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

วัสดุ อุปกรณ์

1. ป้ายชื่อกระดาษ จำนวน 1 ป้าย
2. สีเมจิก จำนวน 1 กล่อง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นนำ (15 นาที)

1.1. ผู้ฝึกกล่าวทักทายผู้รับการฝึก และแจกป้ายชื่อกระดาษสำหรับติดที่เสื้อให้แก่ผู้รับการฝึกทุกคน จากนั้นผู้ฝึกกำหนดให้ผู้รับฝึกนั่งเป็นวงกลม และเลือกผู้รับการฝึก 1 คน ให้เป็นคนเริ่มต้นแนะนำชื่อเล่นของตนเอง พร้อมแสดงท่าประจำตัว ทำเรียงกันไปทีละคน จนครบทุกคน ผู้ฝึกจึงให้ผู้รับการฝึกทุกคนเขียนชื่อเล่นของตัวเองบนป้ายชื่อที่แจกให้ และติดป้ายชื่อดังกล่าวที่เสื้อของตัวเอง

1.2. ผู้ฝึกเล่าเรื่อง ซึ่งเป็นการจำลองสถานการณ์ว่า ผู้ฝึกกำลังพาผู้รับการฝึกทุกคนเข้าสู่โลกเวทมนต์ โดยมีผู้รับการฝึกแต่ละคนเป็นนักเรียนในโรงเรียนเวทมนต์ ซึ่งต้องได้รับการฝึกฝนในแต่ละด่านเพื่อให้ได้เป็นพ่อมด แม่มด ที่สมบูรณ์แบบ และสามารถเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคได้ทุกรูปแบบ

1.3. ผู้ฝึกอธิบายวิธีดำเนินกิจกรรม ซึ่งประกอบไปด้วยด่านฝึกฝนความสามารถจำนวน 10 ด่าน แต่ละด่านมีกิจกรรมฝึกทักษะ มีบททดสอบ เพื่อให้นักเรียนได้ลองแก้ปัญหา และก้าวข้ามผ่านอุปสรรคที่แตกต่างกันไป เมื่อนักเรียนทำกิจกรรมในแต่ละด่านฝึก และบรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมาย นักเรียนจะได้รับสติ๊กเกอร์ฟักทอง เพื่อนำไปติดสะสมในสมุดบันทึกความแข็งแกร่งของนักเรียน เมื่อนักเรียนฝึกครบทุกด่านฝึก ให้นำสติ๊กเกอร์ฟักทองทั้งหมดในสมุดบันทึกความแข็งแกร่งไปแลกรับของรางวัลจากผู้ฝึก

2. ขั้นกิจกรรม

2.1. ผู้ฝึกแจกแบบฟอร์มบันทึกข้อมูลเพื่อนให้แก่ผู้รับการฝึกทุกคน

2.2. ผู้ฝึกกำหนดเวลา 10 นาที ให้ผู้รับการฝึกสอบถามข้อมูลของเพื่อนทุกคน ซึ่งประกอบไปด้วยชื่อเล่น วิชาที่ชอบ วิชาที่ไม่ชอบ และบันทึกข้อมูลลงแบบฟอร์มบันทึกข้อมูลเพื่อน โดยให้สอบถามข้อมูลจากเพื่อนเป็นจำนวนมากที่สุดเท่าที่สามารถทำได้

2.3. ผู้ฝึกแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และถามผู้รับการฝึกว่า “สิ่งที่คิดว่าเป็นปัญหา อุปสรรคในการสอบถามข้อมูลจากเพื่อนทุกคน ในกิจกรรมข้อ 2.2 คืออะไร”

2.4. ผู้รับการฝึกแต่ละคนบันทึกปัญหา อุปสรรคลงในใบงานกิจกรรมที่ 1

2.5. ให้ผู้รับการฝึก ทำกิจกรรมในข้อ 2.2 ซ้ำอีกครั้ง โดยเปลี่ยนเป็นการสอบถามข้อมูล อาหารที่อยากรับประทาน และอาหารที่ไม่ชอบรับประทาน

2.6. เมื่อสิ้นสุดเวลาที่กำหนด ผู้รับการฝึกทุกคนต้องยุติการสอบถามและการบันทึกข้อมูลทั้งหมด และกลับไปนั่งเรียงกันเป็นวงกลมเหมือนเดิม ผู้ฝึกตรวจสอบและสอบถามเพื่อค้นหาผู้รับการฝึกคนที่สามารถสอบถามข้อมูลจากเพื่อนได้เป็นจำนวนมากที่สุด

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

3. ขั้นสรุป

3.1. ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับ ประโยชน์ ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต และความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

3.2. ผู้ฝึกสรุปการดำเนินกิจกรรม โดยกล่าวว่า กิจกรรมที่ 1 นี้ช่วยให้ผู้รับการฝึกได้เรียนรู้เกี่ยวกับการตั้งเป้าหมาย การวางแผนก่อนลงมือปฏิบัติ ซึ่งส่งผลให้ผู้รับการฝึกมีแนวทางการปฏิบัติที่ดียิ่งขึ้น และกิจกรรมอีก 11 ครั้งผู้รับการฝึกจะได้ฝึกเช่นเดียวกันกับกิจกรรมที่ 1 และผู้รับการฝึกจะสามารถเผชิญกับปัญหา อุปสรรคได้อย่างผู้มีชัยชนะ และมีเป้าหมายในอนาคต

การประเมินผล

สังเกตจากการอภิปรายผลร่วมกันของผู้ได้รับการฝึก

แผนการจัดกิจกรรมที่ 2

ชื่อกิจกรรม ใบ้หรรษา ระยะเวลา 60 นาที

สาระสำคัญ

นักเรียนแต่ละคนต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ในระดับความรุนแรงที่แตกต่างกันไป นักเรียนที่สามารถควบคุมสถานการณ์ ควบคุมอารมณ์ ความรู้สึกตนเอง มีความเพียรพยายาม อดทน ในการหาหนทางแก้ไข และเชื่อว่าทุกปัญหา อุปสรรคสามารถควบคุมและแก้ไขได้ จะช่วยให้นักเรียนสามารถก้าวข้ามผ่านปัญหา อุปสรรคต่าง ๆ เหล่านั้น ได้อย่างผู้มีชัยชนะ

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. ผู้รับการฝึกสามารถตั้งเป้าหมายได้
2. ผู้รับการฝึกสามารถควบคุมตนเองและควบคุมสถานการณ์ที่เป็นปัญหาได้

วัสดุ อุปกรณ์

บัตรคำศัพท์ จำนวน 15 ใบ

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นคาดการณ์ไกล (5 นาที)

1.1. ผู้ฝึกกล่าวต้อนรับผู้รับการฝึกเข้าสู่ด่านฝึกแรกของโรงเรียนเวทมนต์ ซึ่งเป็นด่านฝึกที่นักเรียนจะได้ทดสอบความสามารถในการรับมือกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหา ความสามารถในการรับรู้เกี่ยวกับอารมณ์ และความรู้สึกของตนเอง

1.2. ผู้ฝึกให้ผู้รับการฝึกแบ่งกลุ่มโดยมีจำนวนสมาชิกในกลุ่ม 5-6 คน

1.3. ผู้ฝึกอธิบาย คำชี้แจงในการดำเนินกิจกรรม

คำชี้แจง :

ผู้ฝึกกำหนดหมวดคำศัพท์ 6 หมวด คือ หมวดผลไม้ หมวดสถานที่ หมวดอาหาร หมวดเครื่องดนตรี หมวดสัตว์บก และ หมวดยานพาหนะ และให้ผู้รับการฝึกส่งตัวแทนกลุ่มจับฉลากหมวดคำศัพท์ 1 หมวด เพื่อกลุ่มนั้นจะได้ใช้คำในหมวดคำที่จับฉลากได้ ให้ตัวแทนกลุ่มนั้นใบ้คำศัพท์ และให้เพื่อนในกลุ่มช่วยกันทายคำศัพท์ที่ใบ้ (1 คน ใบ้คำศัพท์ และ 4-5 คน ทายคำศัพท์) ภายในระยะเวลาที่ผู้ฝึกกำหนด โดยการใบ้คำศัพท์นั้น ผู้รับการฝึกคนที่ทำหน้าที่ใบ้คำ ต้องยืนตรง มือไพล่หลัง และห้ามพูดคำศัพท์ หรือสะกดคำ และห้ามใช้ท่าทางใด ๆ ทั้งสิ้น กรณีที่ผู้รับการฝึกคนที่ทำ

หน้าที่ใบ้คำทำมือที่ไพล่หลังหลุดออกจากกัน กลุ่มนั้นต้องยุติการใบ้คำและทายคำ เมื่อหมดเวลาที่ผู้ฝึกกำหนด ผู้ฝึกนับจำนวนบัตรคำศัพท์ที่สมาชิกในกลุ่มสามารถทายได้ถูกต้อง และบันทึกคะแนน

1.4. ผู้ฝึกแจกใบงานกิจกรรมที่ 2 ให้แต่ละกลุ่ม จากนั้นสมาชิกในกลุ่มช่วยกันตั้งเป้าหมายว่า จะสามารถทายคำศัพท์ได้มากที่สุดกี่คำ

2. ขั้นการวางแผน (5 นาที)

2.1. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มเลือกสมาชิกในกลุ่ม 1 คน ทำหน้าที่ใบ้คำศัพท์ให้เพื่อนในกลุ่มทาย

2.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มช่วยกันวางแผน และบันทึกวิธีการที่คาดว่าจะทำให้เป้าหมายประสบผลสำเร็จ โดยทำการบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 2 ในหัวข้อวางแผน

3. ขั้นลงมือปฏิบัติ (30 นาที)

3.1. ผู้ฝึกจับฉลากลำดับการใบ้คำของแต่ละกลุ่ม

3.2. ผู้ฝึกให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนสมาชิกในกลุ่มจับฉลากหมวดคำศัพท์

3.3.ผู้ฝึกให้เวลากลุ่มละ 5 นาที ในการใบ้คำและทายคำ เรียงลำดับตั้งแต่กลุ่มแรก จนถึงกลุ่มสุดท้าย โดยผู้ฝึกโชว์บัตรคำในหมวดคำศัพท์ที่กลุ่มนั้น ๆ จับฉลากได้ ให้ตัวแทนกลุ่มดู เพื่อให้ตัวแทนกลุ่มคนนั้นใบ้คำศัพท์ให้สมาชิกในกลุ่มคนที่เหลือทาย โดยการใบ้คำศัพท์นั้น ผู้รับการฝึกคนที่ทำหน้าที่ใบ้คำ ต้องยืนตรง มือไพล่หลัง และห้ามพูดคำศัพท์ หรือสะกดคำ และห้ามใช้ท่าทางใด ๆ ทั้งสิ้น กรณีที่ผู้รับการฝึกคนที่ทำหน้าที่ใบ้คำทำมือที่ไพล่หลังหลุดออกจากกัน กลุ่มนั้นต้องยุติการใบ้คำและทายคำ

3.4. เมื่อสิ้นสุดเวลาที่กำหนด ต้องหยุดการใบ้คำศัพท์และทายคำศัพท์ทันที ผู้ฝึกนับจำนวนคำศัพท์ที่สมาชิกในกลุ่มทายถูก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

4. ขั้นประเมินผลลัพธ์ (10 นาที)

4.1. ผู้ฝึกให้สติ๊กเกอร์ฟักทองแก่ผู้รับการฝึกทุกคนในกลุ่มที่ทำผลงานได้บรรลุเป้าหมาย โดยมีเกณฑ์การให้สติ๊กเกอร์ฟักทอง พิจารณาตามจำนวนบัตรคำศัพท์ที่สมาชิกในกลุ่มทายได้ถูกต้อง ดังนี้

ทายถูก จำนวน 7-10 คำ	สะสมสติ๊กเกอร์ 3 ดวง
ทายถูก จำนวน 4-6 คำ	สะสมสติ๊กเกอร์ 2 ดวง
ทายถูก จำนวน 1-3 คำ	สะสมสติ๊กเกอร์ 1 ดวง

4.2. ผู้รับการฝึกประเมินผลงานของตนเอง โดยวิเคราะห์ถึงปัญหาและอุปสรรค สาเหตุที่ทำให้วิธีการที่ทำให้กลุ่มของตนเองวางแผนไว้ไม่สำเร็จตรงตามเป้าหมาย แนวทางการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 2 ตาราง ปัญหา อุปสรรค

4.3. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมินอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองเมื่อมีปัญหา อุปสรรคเกิดขึ้นระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมที่ 2 โดยทำการเลือกระดับอารมณ์จากใบประเมินอารมณ์ และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.4. ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันอภิปราย สรุปผลการดำเนินกิจกรรมที่ 2

การประเมินผล

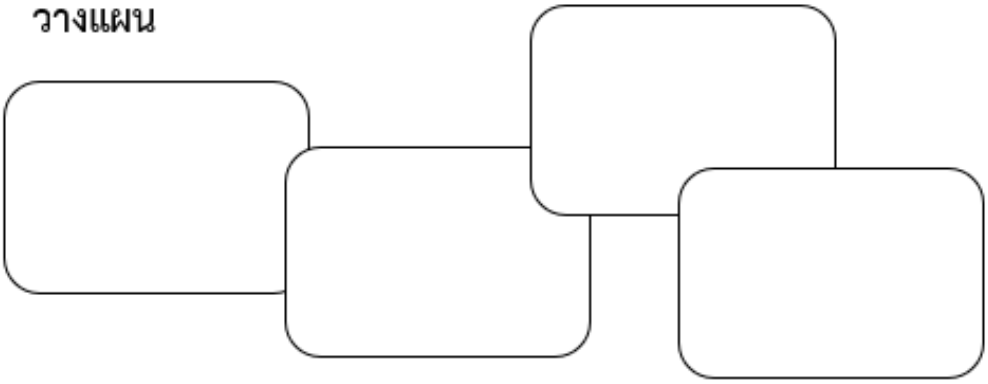
1. ใบงานกิจกรรมที่ 2 ใบ้หรรษา
2. ใบประเมินอารมณ์ตนเอง
3. สังเกตจากการอภิปรายผลร่วมกันของผู้รับการฝึก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ใบงานกิจกรรมที่ 2 ใบ้หรรษา

ทายคำศัพท์ได้ ..... คำ

วางแผน



ปัญหาและอุปสรรค	
☐ ไม่มีความรู้รอบตัว	☐ คำศัพท์ยากเกินไป
☐ เพื่อนใบ้คำศัพท์ไม่รู้เรื่อง	☐ เพื่อนในกลุ่มไม่ช่วยกัน
☐ กำหนดเวลาน้อยเกินไป	☐ ตอบคำศัพท์ช้าเกินไป
อื่น ๆ	

สาเหตุของปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไข

แผนการจัดกิจกรรมที่ 3

ชื่อกิจกรรม ตักฉันลงขวด ระยะเวลา 60 นาที

สาระสำคัญ

เมื่อมีปัญหาและอุปสรรค เกิดขึ้น นักเรียนที่สามารถคิด วิเคราะห์ เพื่อหาสาเหตุและวิธีการแก้ไขปัญหาอุปสรรค ด้วยความรู้สึกรับผิดชอบว่าเป็นปัญหาของตนเอง ไม่ผลักภาระความรับผิดชอบไปให้บุคคลอื่น จะช่วยให้นักเรียนสามารถแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ด้วยวิธีการที่เหมาะสม ถูกต้อง และเป็นการเสริมสร้างให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงความเข้าใจในบทบาท หน้าที่ของตนเอง และมีความรับผิดชอบต่อปัญหา อุปสรรคที่เกิดขึ้น โดยมองว่าปัญหา อุปสรรคนั้นเป็นสิ่งที่ตนเองจำเป็นต้องปรับปรุงแก้ไข และสามารถหาวิธีการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ที่มีความเหมาะสม จนสามารถหาทางออกของปัญหา อุปสรรคได้

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. ผู้รับการฝึกสามารถตั้งเป้าหมายได้
2. ผู้รับการฝึกรับรู้สาเหตุของปัญหาได้
3. ผู้รับการฝึกสามารถวางแผน เลือกใช้วิธีการเพื่อควบคุม จัดการกับปัญหาได้
4. ผู้รับการฝึก สามารถบอกบทบาท หน้าที่ ความรับผิดชอบของตนเองได้

วัสดุ อุปกรณ์

1. กล่องใส่ลูกปัด จำนวน 1 ใบ
2. ลูกปัดพลาสติก ขนาด 6 มิลลิเมตร จำนวน 500 กรัม
3. ภาชนะตักลูกปัด จำนวน 1 อัน
4. ขวดน้ำพลาสติก จำนวน 1 ขวด

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นคาดการณ์ไกล (10 นาที)

1.1. ผู้ฝึกกล่าวต้อนรับผู้รับการฝึกเข้าสู่ด่านฝึกที่ 2 ของโรงเรียนเวทมนต์ ซึ่งเป็นด่านฝึกที่นักเรียนจะได้ทดสอบความสามารถในการแสดงความรับผิดชอบเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของตนเอง ต่อปัญหา อุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

1.2. ผู้ฝึกให้ผู้รับการฝึกแบ่งกลุ่มโดยมีจำนวนสมาชิกในกลุ่ม 5-6 คน

1.3. ผู้ฝึกอธิบาย คำชี้แจงในการดำเนินกิจกรรม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

คำชี้แจง :

ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มจะต้องเลือกช้อนจำนวน 1 คัน ซึ่งจะเป็นอุปกรณ์ที่กลุ่มใช้ในการตักลูกปัดจากกล่องบรรจุลงขวดน้ำพลาสติก โดยเป็นการเลือกจากช้อนที่ผู้ฝึกได้วางเตรียมไว้ให้เลือก ซึ่งประกอบไปด้วย ช้อนกาแฟ จำนวน 5 คัน ช้อนโต๊ะด้ามยาว จำนวน 5 คัน และช้อนโต๊ะด้ามสั้น จำนวน 5 คัน เมื่อแต่ละกลุ่มได้ช้อนสำหรับใช้ตักลูกปัดเรียบร้อยแล้ว ผู้ฝึกกำหนดเวลา 10 นาที เพื่อให้แต่ละกลุ่มใช้ช้อนดังกล่าว ตักลูกปัดจากกล่องใส่ขวดน้ำที่ผู้ฝึกแจกให้ โดยที่ในการตักลูกปัดนั้น อนุญาตให้ใช้เฉพาะช้อนที่ตัวแทนของแต่ละกลุ่มเลือกเท่านั้น และห้ามเอียง หรือเคลื่อนที่ขวดน้ำ กรณีที่ขวดน้ำล้ม ผู้รับการฝึกต้องหยุดการตักลูกปัด และวางขวดน้ำให้ตรงตำแหน่งที่ผู้ฝึกกำหนดให้เรียบร้อยก่อน จึงจะตักลูกปัดลงขวดต่อไปได้ เมื่อหมดเวลา ทุกกลุ่มต้องวางมือจากอุปกรณ์ทั้งหมด และผู้ฝึกวัดความสูงของขวดน้ำที่บรรจุลูกปัด

1.4. ผู้ฝึกแจกใบงานกิจกรรมที่ 3 ให้แต่ละกลุ่ม จากนั้นสมาชิกในกลุ่มช่วยกันตั้งเป้าหมายว่า จะสามารถตักลูกปัดใส่ขวดน้ำได้ความสูงกี่เซนติเมตร

2. ขั้นการวางแผน (10 นาที)

2.1. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มกำหนด บทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 3 ในหัวข้อ บทบาทหน้าที่

2.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มช่วยกันวางแผน บันทึกวิธีการที่ตนเองคาดว่าจะทำให้เป้าหมายประสบผลสำเร็จ ในใบงานกิจกรรมที่ 3 ในหัวข้อการวางแผน

2.3. ขั้นลงมือปฏิบัติ (20 นาที)

2.4. ตัวแทนของแต่ละกลุ่ม เลือกอุปกรณ์ที่กลุ่มนั้น ๆ จะใช้ตักลูกปัด ใส่ลงขวดน้ำ โดยอุปกรณ์ที่ผู้ฝึกเตรียมไว้ให้แต่ละกลุ่มเลือก ประกอบไปด้วย ช้อนกาแฟ ช้อนโต๊ะด้ามยาว ช้อนโต๊ะด้ามสั้น

2.5. ผู้ฝึกกำหนดเวลา 10 นาที เพื่อให้แต่ละกลุ่มใช้อุปกรณ์ที่เลือกในขั้นตอนก่อนหน้านี้ ตักลูกปัดจากกล่องใส่ขวดน้ำที่ผู้ฝึกแจกให้ โดยที่ในการตักลูกปัดนั้น อนุญาตให้ใช้เฉพาะอุปกรณ์ที่ตัวแทนของแต่ละกลุ่มเลือกเท่านั้น และห้ามเอียง หรือเคลื่อนที่ขวดน้ำ กรณีที่ขวดน้ำล้ม ผู้รับการฝึกต้องหยุดการตักลูกปัด และวางขวดน้ำให้ตรงตำแหน่งที่ผู้ฝึกกำหนดให้เรียบร้อยก่อน จึงจะตักลูกปัดลงขวดต่อไปได้

2.6. เมื่อหมดเวลา ทุกกลุ่มต้องวางมือจากอุปกรณ์ทั้งหมด จากนั้นผู้ฝึกวัดความสูงของขวดน้ำที่บรรจุลูกปัด

3. ขั้นประเมินผลลัพธ์ (10 นาที)

3.1. ผู้ฝึกให้สติ๊กเกอร์ฟักทอง แก่ผู้รับการฝึกทุกคนในกลุ่มที่สามารถทำผลงานได้ตามเป้าหมาย โดยมีเกณฑ์การให้สติ๊กเกอร์ดังนี้

ตักลูกปัดลงขวดน้ำ ได้สูง 8-12 เซนติเมตร สะสมสติ๊กเกอร์ฟักทอง 3 ดวง

ตักลูกปัดลงขวดน้ำ ได้สูง 4-7 เซนติเมตร สะสมสติ๊กเกอร์ฟักทอง 2 ดวง

ตักลูกปัดลงขวดน้ำ ได้สูง 1-3 เซนติเมตร สะสมสติ๊กเกอร์ฟักทอง 1 ดวง

3.2. ผู้รับการฝึกประเมินผลงานของตนเอง โดยวิเคราะห์ถึงปัญหาและอุปสรรค สาเหตุที่ทำให้วิธีการที่ทำให้กลุ่มของตนเองวางแผนไว้ไม่สำเร็จตรงตามเป้าหมาย แนวทางการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 3 หัวข้อ ปัญหา อุปสรรค

3.3. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมินว่าตนเองสามารถทำตามบทบาท หน้าที่ของตนเองได้ในระดับใด โดยประเมินจากใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

3.4. ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันอภิปราย สรุปผลการดำเนินกิจกรรมที่ 3

การประเมินผล

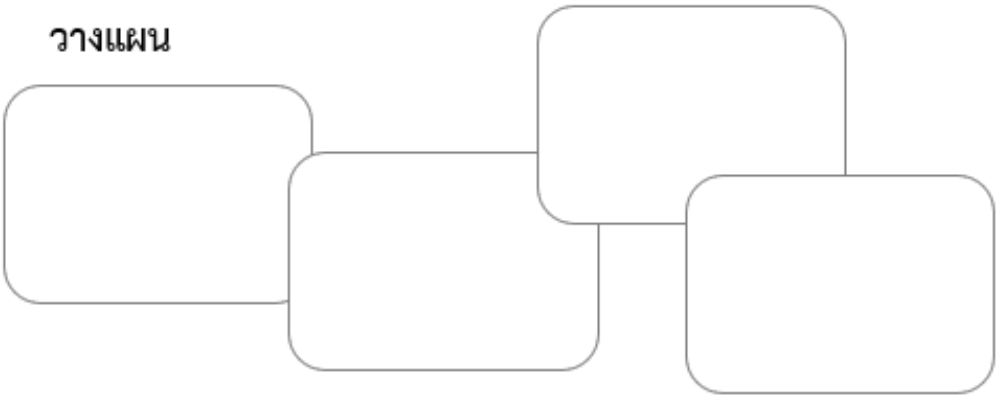
1. ใบงานกิจกรรมที่ 3
2. ใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ
3. สังเกตจากการอภิปรายผลร่วมกันของผู้ได้รับการฝึก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ใบงานกิจกรรมที่ 3 ตักฉันลงขวด

ตักลูกปัดได้สูง ..... เซนติเมตร

วางแผน



ชื่อเล่น	บทบาทและหน้าที่
	ตักลูกปัดลงขวด
	เลือกช้อนตักลูกปัด
	จับขวดน้ำพลาสติก
	วางแผน คิดวิธีการตัดลูกปัด
	เก็บลูกปัดที่ตกพื้น
	อื่น ๆ ระบุ.....

ปัญหาและอุปสรรค
☐ เพื่อนเลือกช้อนไม่เหมาะสม
☐ ทำขวดน้ำพลาสติกล้ม
☐ กำหนดเวลาน้อยเกินไป
☐ ตักลูกปัดได้ช้าไป
☐ กังวลกับความสูงของลูกปัดที่ตักได้
☐ ตักลูกปัดเยอะเกินไปจนหกหมด

สาเหตุของปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไข

แผนการจัดกิจกรรมที่ 4

ชื่อกิจกรรม รีดให้หมดอย่าให้เหลือ ระยะเวลา 60 นาที

สาระสำคัญ

สถานการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรค ที่เกี่ยวกับชีวิตประจำวันของนักเรียน คือ ปัญหาที่นักเรียนพบเจอในการดำเนินชีวิตประจำวัน ซึ่งอาจเป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นซ้ำ ๆ หรือ อาจเป็นสถานการณ์ใหม่ อาทิ ตื่นสาย มาโรงเรียนไม่ทัน ลืมทำการบ้าน เจ็บป่วยไม่สบาย เป็นต้น ปัญหาดังกล่าว อาจส่งผลต่อสภาวะทางร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ เกิดเป็นผลเสียในด้านต่าง ๆ มากมาย ดังนั้น เมื่อมีปัญหาและอุปสรรค เกิดขึ้น นักเรียน ควรตระหนัก และรับรู้ในสถานการณ์ที่เป็นปัญหา พยายามหาสาเหตุของปัญหา หาวิธีการแก้ไข และดำเนินการแก้ไข ด้วยความเพียร พยายาม อดทน และมีความรับผิดชอบต่อปัญหาและอุปสรรค ที่เกิดขึ้น ซึ่งทำให้นักเรียนสามารถเอาชนะ ปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. ผู้รับการฝึกสามารถตั้งเป้าหมายได้
2. ผู้รับการฝึกรับรู้สาเหตุของปัญหาได้
3. ผู้รับการฝึกสามารถวางแผน เลือกใช้วิธีการเพื่อควบคุม จัดการกับปัญหาได้
4. ผู้รับการฝึก สามารถบอกบทบาท หน้าที่ ความรับผิดชอบของตนเองได้

วัสดุ อุปกรณ์

1. ไม้ไอศกรีมแบบแบน จำนวน 6 อัน
2. เทปกาวย่น ขนาด 1/2" x 10 หลา จำนวน 1 ม้วน
3. เชือก ขนาด 30 เส้น x 13 หลา จำนวน 1 ม้วน
4. ยาสีฟัน ขนาด 40 กรัม จำนวน 1 หลอด

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นคาดการณ์ไกล (10 นาที)

1.1. ผู้ฝึกกล่าวต้อนรับผู้รับการฝึกเข้าสู่ด่านฝึกที่ 2 ของโรงเรียนเวทมนต์ ซึ่งเป็นด่านฝึกที่นักเรียนจะได้ทดสอบความสามารถในการรับมือกับอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง แสดงความรับผิดชอบเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของตนเอง ต่อปัญหา อุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และสามารถประเมินระดับความรุนแรง ผลกระทบของปัญหา อุปสรรค

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

สถานการณ์ตัวอย่าง :

หนูนิดเป็นเด็กเอาแต่ใจ ดื้อรั้น ไม่เชื่อฟังพ่อแม่ เวลาหนูนิดแปรงฟัน หนูนิดมักจะเปิดน้ำทิ้งไว้จนกว่าจะแปรงฟันเสร็จ นอกจากนี้หนูนิดยังบีบหลอดยาสีฟันตรงกลางหลอด หรือข้างหลอด และบีบหลอดยาสีฟันมากเกินไป ทำให้หลอดยาสีฟันบุบ บิดเบี้ยว มียาสีฟันล้นออกจากหลอด ทำให้เลอะและสิ้นเปลือง เมื่อคุณพ่อ และคุณแม่ของหนูนิดต้องการใช้ยาสีฟันหลอดเดียวกันนี้ คุณพ่อและคุณแม่ต้องเสียเวลาบีบหลอดยาสีฟันใหม่ ไม่ให้บิดเบี้ยว ทำให้เสียเวลา และลำบากในการใช้งาน

ดังนั้น คุณพ่อ และคุณแม่ จึงช่วยกันหาวิธีทำให้หนูนิด สามารถบีบยาสีฟันได้อย่างพอดี ไม่บีบกลางหลอด และไม่ทำให้ยาสีฟัน ล้นออกจากหลอด เลอะเทอะ สิ้นเปลือง มาช่วยคุณพ่อ และคุณแม่ของหนูนิดประดิษฐ์อุปกรณ์ช่วยบีบยาสีฟันกันเถอะ

1.2. ผู้ฝึกแบ่งผู้รับการฝึกออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 5-6 คน

1.3. ผู้ฝึกอธิบายคำชี้แจงในการดำเนินกิจกรรม

คำชี้แจง :

จากสถานการณ์ตัวอย่างที่กำหนด ให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มช่วยกันคิด วางแผน และหาแนวทางแก้ไขปัญหา โดยให้แต่ละกลุ่มช่วยกันประดิษฐ์อุปกรณ์ที่นำไปใช้ในการแก้ปัญหาสถานการณ์ตัวอย่าง 1 ชิ้น

1.4. ผู้ฝึกแจกใบงานกิจกรรมที่ 4 ให้แก่ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม จากนั้นสมาชิกในกลุ่มช่วยกันคาดการณ์ว่าอุปกรณ์ของกลุ่มตนเองนั้นสามารถแก้ปัญหาจากสถานการณ์ตัวอย่างได้หรือไม่ โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 4

2. ขั้นการวางแผน (10 นาที)

2.1. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มกำหนด บทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 4 ในหัวข้อ บทบาทและหน้าที่

2.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มช่วยกันวางแผน ออกแบบสิ่งประดิษฐ์ และบันทึกวิธีการที่ตนเองคาดว่าจะทำให้เป้าหมายประสบผลสำเร็จ ลงในใบงานกิจกรรมที่ 4 หัวข้อวางแผน

3. ขั้นลงมือปฏิบัติ (20 นาที)

3.1. ผู้ฝึกแจกอุปกรณ์ให้แก่ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม และ

3.2. ผู้ฝึกให้เวลา 10 นาที เพื่อให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มลงมือปฏิบัติตามวิธีการที่ได้วางแผนไว้ด้วยการประดิษฐ์อุปกรณ์ 1 ชิ้น สำหรับนำไปใช้ในการแก้ปัญหาของสถานการณ์ตัวอย่าง

3.3. เมื่อสิ้นสุดเวลาที่กำหนด ทุกกลุ่มต้องหยุดการทำงานทุกอย่าง และนำเสนอผลงานทีละกลุ่มด้วยการทดสอบว่า สิ่งประดิษฐ์ของแต่ละกลุ่มสามารถแก้ปัญหาของสถานการณ์ตัวอย่างที่กำหนดให้ได้หรือไม่

4. ขั้นประเมินผลลัพธ์ (10 นาที)

4.1. ผู้ฝึกให้สติ๊กเกอร์ฟักทองแก่ผู้รับการฝึกทุกคนในกลุ่มที่ทำผลงานได้บรรลุเป้าหมาย โดยมีเกณฑ์การให้สติ๊กเกอร์ฟักทอง พิจารณาตามการบีบหลอดยาสีฟัน ดังนี้ 1. ไม่บีบกลางหลอด หรือต้นหลอด 2. บีบหลอดยาสีฟันและได้ปริมาณยาสีฟันพอดี 3. บีบหลอดยาสีฟัน และยาสีฟันไม่ล้นออกจากหลอด หรือหกเลอะเทอะ

ทำได้ 3 ข้อ	สะสมสติ๊กเกอร์ 3 ดวง
ทำได้ 2 ข้อ	สะสมสติ๊กเกอร์ 2 ดวง
ทำได้ 1 ข้อ	สะสมสติ๊กเกอร์ 1 ดวง

4.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม ประเมินผลงานของกลุ่ม โดยวิเคราะห์ถึงปัญหาและอุปสรรค สาเหตุที่ทำให้วิธีการที่ทำให้กลุ่มของตนเองวางแผนไว้ไม่สำเร็จตรงตามเป้าหมาย แนวทางการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 4 ตารางปัญหา อุปสรรค

4.3. ผู้รับการฝึกแต่ละคน ประเมินว่าตนเองสามารถทำตามบทบาท หน้าที่ของตนเองได้ในระดับใด โดยประเมินจากใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.4. ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันอภิปราย สรุปผลการดำเนินกิจกรรมที่ 4

การประเมินผล

1. ใบงานกิจกรรมที่ 4
2. ใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ
3. สังเกตจากการอภิปรายผลร่วมกันของผู้ได้รับการฝึก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ใบงานกิจกรรมที่ 4 รีดให้หมดอย่าให้เหลือ

สามารถแก้ปัญหา ◯ ได้ ◯ ไม่ได้

วางแผน

ชื่อเล่น	บทบาทและหน้าที่
	ออกแบบที่รีดยาสีฟัน
	ประดิษฐ์ที่รีดยาสีฟัน
	ทดลองใช้ที่รีดยาสีฟัน
	ตัดเทปกาวย่น
	ตัดและผูกเชือก
	แก้ไขเมื่อรีดยาสีฟันไม่ได้
	อื่น ๆ ระบุ.....

ปัญหาและอุปสรรค	
☐ เพื่อนไม่ช่วยกันออกแบบ	☐ ตกลงกันไม่ได้ว่าต้องการประดิษฐ์แบบใด
☐ วัสดุและอุปกรณ์ที่แจกให้ไม่เพียงพอ	☐ ประดิษฐ์ที่รีดยาสีฟันได้ไม่เหมือนที่ออกแบบ
☐ กำหนดเวลาน้อยเกินไป	☐ ที่รีดยาสีฟันไม่สามารถรีดได้ตามที่คิด
อื่น ๆ	

สาเหตุของปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไข

แผนการจัดกิจกรรมที่ 5

ชื่อกิจกรรม ข้ามสะพานสานรัก ระยะเวลา 60 นาที

สาระสำคัญ

สถานการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรค เกี่ยวกับ **เพื่อน** หมายถึง ปัญหาของนักเรียนที่เกี่ยวกับเพื่อน อาทิ ปัญหาด้านความสัมพันธ์ ปัญหาด้านการสื่อสาร ปัญหาด้านการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน เป็นต้น ทำให้นักเรียนขาดสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน อาจส่งผลให้นักเรียนเกิดความรู้สึกไม่สบายใจ ไม่มีสมาธิในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ตลอดจนส่งผลกระทบ การเรียน การทำงานร่วมกันกับเพื่อน อาจทำให้นักเรียนขาดโอกาสในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ซึ่งอาจส่งผลให้นักเรียนไม่รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเอง และไม่มีความพยายาม หรือแรงบันดาลใจในการทำสิ่งต่าง ๆ ตามเป้าหมายที่วางไว้ให้สำเร็จ

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. ผู้รับการฝึกสามารถตั้งเป้าหมายได้
2. ผู้รับการฝึกรับรู้สาเหตุของปัญหาได้
3. ผู้รับการฝึกสามารถวางแผน เลือกใช้วิธีการเพื่อควบคุม จัดการกับปัญหาได้
4. ผู้รับการฝึก สามารถบอกบทบาท หน้าที่ ความรับผิดชอบของตนเองได้

วัสดุ อุปกรณ์

1. ลูกปิงปอง จำนวน 1 ลูก
2. หลอดดูดน้ำพลาสติก จำนวน 30 หลอด
3. เทปกาวย่น ขนาด 1/2" x 10 หลา จำนวน 1 ม้วน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นคาดการณ์ไกล (10 นาที)

1.1. ผู้ฝึกกล่าวต้อนรับผู้รับการฝึกเข้าสู่ด่านฝึกที่ 2 ของโรงเรียนเวทมนต์ ซึ่งเป็นด่านฝึกที่นักเรียนจะได้ทดสอบความสามารถในการรับมือกับอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง แสดงความรับผิดชอบเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของตนเอง ต่อปัญหา อุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

1.2. ผู้ฝึกให้ผู้รับการฝึกแบ่งกลุ่มโดยมีจำนวนสมาชิกในกลุ่ม 5-6 คน

1.3. ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันอภิปราย ยกตัวอย่างเกี่ยวกับปัญหาเรื่องเพื่อนที่เคยเผชิญ และเสนอแนวทางแก้ปัญหา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

1.4. ผู้ฝึกอธิบายคำชี้แจงในการดำเนินกิจกรรม

คำชี้แจง :

ผู้ฝึกกำหนดเวลา 10 นาที เพื่อให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม ร่วมกันออกแบบและสร้างสะพานสานรัก ความยาว 20 เซนติเมตร ที่ทำจากวัสดุอุปกรณ์ที่ได้รับ เพื่อจะได้ใช้สะพานนี้ในการพาลูกปิงปองข้ามจากปลายด้านหนึ่งของสะพาน ไปยังปลายอีกด้านหนึ่งของสะพาน ด้วยลมเป่าของตัวแทนกลุ่ม 1 คน โดยลูกปิงปองต้องไม่ตกจากสะพาน เมื่อแต่ละกลุ่มสร้างสะพานสานรักเสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้เลือกตัวแทนกลุ่ม 1 คน เป่าลูกปิงปอง จากปลายด้านหนึ่งของสะพานสานรักที่กลุ่มนั้น ๆ สร้างขึ้น เพื่อนำลูกปิงปองไปยังปลายอีกด้านหนึ่งของสะพาน โดยลูกปิงปองไม่ตกจากสะพาน และไม่ให้มีอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งของผู้รับการฝึก สัมผัสลูกปิงปองหรือสะพาน กรณีที่ลูกปิงปองตกจากสะพานก่อนถึงปลายทาง ให้ผู้ฝึกวัดระยะทางที่ลูกปิงปองเคลื่อนที่ได้บนสะพาน

1.5. ผู้ฝึกแจกใบงานกิจกรรมที่ 5 ให้แต่ละกลุ่ม จากนั้นสมาชิกในกลุ่มช่วยกันตั้งเป้าหมายว่า จะสามารถเป่าลูกปิงปองได้ไกลที่สุดเป็นระยะทางกี่เซนติเมตร

2. ขั้นการวางแผน (10 นาที)

2.1. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มกำหนด บทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 5 ในหัวข้อ บทบาทหน้าที่

2.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มช่วยกันวางแผน ออกแบบและวาดภาพสะพานสานรัก พร้อมทั้งเขียนบันทึกอธิบายวิธีการที่ตนเองคาดว่าจะทำให้เป้าหมายประสบผลสำเร็จ ลงในใบงานกิจกรรมที่ 4 หัวข้อวางแผน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

3. ขั้นลงมือปฏิบัติ (20 นาที)

3.1. ผู้ฝึกแจกอุปกรณ์ให้แก่ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม

3.2. ผู้ฝึกให้เวลา 10 นาที เพื่อให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มลงมือปฏิบัติตามวิธีการที่ได้วางแผนไว้ด้วยการสร้างสะพานสานรัก

3.3. เมื่อสิ้นสุดเวลาที่กำหนด ทุกกลุ่มต้องหยุดการทำงานทุกอย่าง และนำเสนอผลงานทีละกลุ่ม ด้วยการให้ตัวแทนกลุ่ม 1 คน เป่าลูกปิงปอง จากปลายด้านหนึ่งของสะพานสานรักที่กลุ่มนั้น ๆ สร้างขึ้น เพื่อนำลูกปิงปองไปยังปลายอีกด้านหนึ่งของสะพาน โดยลูกปิงปองไม่ตกจากสะพาน และไม่ให้มีอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งของผู้รับการฝึก สัมผัสลูกปิงปองหรือสะพาน กรณีที่ลูกปิงปองตกจากสะพานก่อนถึงปลายทาง ให้ผู้ฝึกวัดระยะทางที่ลูกปิงปองเคลื่อนที่ได้บนสะพาน

4. ขั้นประเมินผลลัพธ์ (10 นาที)

4.1. ผู้ฝึกให้สติ๊กเกอร์ฟักทองแก่ผู้รับการฝึกทุกคนในกลุ่ม ที่ทำผลงานได้บรรลุเป้าหมาย โดยมีเกณฑ์การให้สติ๊กเกอร์ฟักทอง พิจารณาตามระยะทางที่ลูกปิงปองเคลื่อนที่บนสะพานโดยไม่ตก ดังนี้

ระยะทาง	16-20 ซม.	สะสมสติ๊กเกอร์ 4 ดวง
ระยะทาง	11-15 ซม.	สะสมสติ๊กเกอร์ 3 ดวง
ระยะทาง	6-10 ซม.	สะสมสติ๊กเกอร์ 2 ดวง
ระยะทาง	0-5 ซม.	สะสมสติ๊กเกอร์ 1 ดวง

4.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม ประเมินผลงานของกลุ่ม โดยวิเคราะห์ถึงปัญหาและอุปสรรค สาเหตุที่ทำให้วิธีการที่ทำให้กลุ่มของตนเองวางแผนไว้ ไม่สำเร็จตรงตามเป้าหมาย แนวทางการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 5 ตารางปัญหา อุปสรรค

4.3. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมินว่าตนเองสามารถทำตามบทบาท หน้าที่ของตนเองได้ในระดับใด โดยประเมินจากใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.4. ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันอภิปราย สรุปผลการดำเนินกิจกรรมที่ 5

การประเมินผล

1. ใบงานกิจกรรมที่ 5
2. ใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ
3. สังเกตจากการอภิปรายผลร่วมกันของผู้ได้รับการฝึก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ใบงานกิจกรรมที่ 5 ข้ามสะพานสานรัก

เป่าลูกปิงปองได้ ..... เซนติเมตร

วางแผน

ชื่อเล่น	บทบาทและหน้าที่
	ออกแบบสะพานสานรัก
	เป่าลูกปิงปอง
	ประดิษฐ์สะพานสานรัก
	ทดลองใช้สะพานสานรัก
	ตัดเทปกาวย่น
	วัดความยาวของสะพานสานรัก
	อื่น ๆ ระบุ.....

ปัญหาและอุปสรรค	
☐ เพื่อนไม่ช่วยกันออกแบ	☐ สะพานเอียงทำให้ลูกปิงปองตกง่าย
☐ เป่าลูกปิงปองแรงเกินไป	☐ ประดิษฐ์สะพานสานรักได้ไม่เหมือนที่ออกแบบ
☐ กำหนดเวลาน้อยเกินไป	☐ วัสดุและอุปกรณ์ที่แจกให้ไม่เพียงพอ
อื่น ๆ	

สาเหตุของปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไข

แผนการจัดกิจกรรมที่ 6

ชื่อกิจกรรม พาวเวอร์ทาวเวอร์ ระยะเวลา 60 นาที

สาระสำคัญ

เมื่อมีปัญหาและอุปสรรค เกิดขึ้น นักเรียนสามารถประเมินผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค ที่มีต่อการดำเนินชีวิตของตนเอง และประเมินว่าปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นมีการกระจายตัวอย่างไร มีผลเฉพาะเหตุการณ์นั้น ๆ หรือมีผลต่อเหตุการณ์อื่น ๆ ด้วย และสามารถควบคุมอารมณ์ สามารถควบคุมผลกระทบของปัญหา พร้อมรับความยากลำบาก ไม่จมกับความทุกข์ที่เกิดขึ้น และคิดว่าปัญหาที่เกิดขึ้น จะเกิดเฉพาะในเหตุการณ์นั้น ๆ เท่านั้น ไม่เป็นนักเรียนที่คิดว่าปัญหาและอุปสรรค ที่เกิดขึ้น ส่งผลกระทบต่อเหตุการณ์อื่น ๆ เป็นความเลวร้ายในชีวิต ทำให้ทุกสิ่งอย่างล้มเหลว

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. ผู้รับการฝึก สามารถตั้งเป้าหมายได้
2. ผู้รับการฝึกรับรู้สาเหตุของปัญหาได้
3. ผู้รับการฝึก สามารถวางแผน เลือกใช้วิธีการเพื่อควบคุม จัดการกับปัญหาได้
4. ผู้รับการฝึก สามารถประเมินระดับความรุนแรงและผลกระทบของปัญหาได้

วัสดุ อุปกรณ์

1. ไม้ป๊อป ขนาดกลาง 15 ซม. X 3.5 มม. จำนวน 20 อัน
2. เชือก ขนาด 30 เส้น x 13 หลา จำนวน 1 ม้วน
3. เทปกาวย่น ขนาด 1/2" x 10 หลา จำนวน 1 ม้วน
4. สิ่งของขนาด 9x9 ซม. น้ำหนัก 100 กรัม จำนวน 1 ชิ้น

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นคาดการณ์ไกล (10 นาที)

1.1. ผู้ฝึกกล่าวต้อนรับผู้รับการฝึกเข้าสู่ด่านฝึกที่ 5 ของโรงเรียนเวทมนต์ ซึ่งเป็นด่านฝึกที่นักเรียนทุกคน จะได้รับการทดสอบความสามารถในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค และสามารถประเมินระดับความรุนแรง และผลกระทบของปัญหา อุปสรรคที่มีต่อการดำเนินชีวิตของนักเรียน

1.2. ผู้ฝึกให้ผู้รับการฝึกแบ่งกลุ่มโดยมีจำนวนสมาชิกในกลุ่ม 5-6 คน

คำชี้แจง :

ให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มใช้ไม้ป๊อปและเทปกาวย่นเป็นอุปกรณ์สำหรับสร้างทาวเวอร์ที่ มีความสูงตั้งแต่ 20 เซนติเมตร ขึ้นไป และสามารถรองรับน้ำหนักได้ 100 กรัม เป็นเวลา 10 วินาที โดยทาวเวอร์ที่สร้างขึ้นนั้น จะมีรูปร่างใดก็ได้ ไม่จำกัด

1.3. ผู้ฝึกแจกใบงานกิจกรรมที่ 6 ให้แต่ละกลุ่ม จากนั้นสมาชิกในกลุ่มช่วยกันตั้งเป้าหมายว่า จะสามารถสร้างทาวเวอร์ที่มีความสูงได้กี่เซนติเมตร และสามารถรองรับน้ำหนักได้หรือไม่

2. ขั้นการวางแผน (10 นาที)

ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มช่วยกันวางแผน ออกแบบ และวาดภาพพาวเวอร์ทาวเวอร์ ลงในใบงานกิจกรรมที่ 6 หัวข้อวางแผน

3. ขั้นลงมือปฏิบัติ (20 นาที)

3.1. ผู้ฝึกแจกอุปกรณ์ให้แก่ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม

3.2. ผู้ฝึกให้เวลา 10 นาที เพื่อให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มลงมือปฏิบัติตามวิธีการที่ได้วางแผนไว้ด้วยการสร้างพาวเวอร์ทาวเวอร์

3.3. เมื่อสิ้นสุดเวลาที่กำหนด ทุกกลุ่มต้องหยุดการทำงานทุกอย่าง เพื่อนำเสนอผลงานทีละกลุ่ม และทดสอบความแข็งแรงของพาวเวอร์ทาวเวอร์ โดยผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มเลือกตัวแทนสมาชิกในกลุ่ม 1 คน นำสิ่งของน้ำหนัก 100 กรัม วางบนพาวเวอร์ทาวเวอร์ เมื่อวางสิ่งของเรียบร้อย ผู้รับการฝึกส่งสัญญาณให้ผู้ฝึกจับเวลา 10 วินาที

4. ขั้นประเมินผลลัพธ์ (10 นาที)

4.1. ผู้ฝึกให้สติ๊กเกอร์ฟักทองแก่ผู้รับการฝึกทุกคนในกลุ่มที่ทำผลงานได้บรรลุเป้าหมาย โดยมีเกณฑ์การให้สติ๊กเกอร์ฟักทอง พิจารณาตามความสามารถในการวางสิ่งของที่กำหนด และความสูงของพาวเวอร์ทาวเวอร์

สามารถวางสิ่งของนาน 10 วินาที ขึ้นไป	สะสมสติ๊กเกอร์ 1 ดวง
พาวเวอร์ทาวเวอร์ มีความสูง 20 ซม	สะสมสติ๊กเกอร์ 1 ดวง
พาวเวอร์ทาวเวอร์ มีความสูง 21-30 ซม.	สะสมสติ๊กเกอร์ 2 ดวง
พาวเวอร์ทาวเวอร์ มีความสูง มากกว่า 30 ซม.	สะสมสติ๊กเกอร์ 3 ดวง

4.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม ประเมินผลงานของกลุ่ม โดยวิเคราะห์ถึงปัญหาและอุปสรรค สาเหตุที่ทำให้วิธีการที่ทำให้กลุ่มของตนเองวางแผนไว้ไม่สำเร็จตรงตามเป้าหมาย แนวทางการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 6 ตารางปัญหา อุปสรรค

4.3. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมิน ระดับความรุนแรงและผลกระทบของปัญหา อุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ 6 โดยประเมินจากใบประเมินความรุนแรงของปัญหา และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.4. ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันอภิปราย สรุปผลการดำเนินกิจกรรมที่ 6

การประเมินผล

1. ใบงานกิจกรรมที่ 6
2. ใบประเมินความรุนแรงของปัญหา
3. สังเกตจากการอภิปรายผลร่วมกันของผู้ได้รับการฝึก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ใบงานกิจกรรมที่ 6 พาวเวอร์ทาวเวอร์

ความสูงทาวเวอร์ ..... เซนติเมตร

รองรับน้ำหนัก 100 กรัม ◯ ได้ ◯ ไม่ได้

วางแผน

ชื่อเล่น	บทบาทและหน้าที่
	ออกแบบทาวเวอร์
	ประดิษฐ์ทาวเวอร์
	ตัดเทปกาวย่น
	วางสิ่งของหนัก 100 กรัม
	วัดความสูงทาวเวอร์
	อื่น ๆ ระบุ.....

ปัญหาและอุปสรรค	
☐ วางสิ่งของแรงเกินไป	☐ พาวเวอร์ไม่แข็งแรง
☐ ทาวเวอร์สูงเกินไป	☐ ประดิษฐ์ทาวเวอร์ได้ไม่เหมือนที่ออกแบบ
☐ กำหนดเวลาน้อยเกินไป	☐ วัสดุและอุปกรณ์ที่แจกให้ไม่เพียงพอ
อื่น ๆ	

สาเหตุของปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไข

แผนการจัดกิจกรรมที่ 7

ชื่อกิจกรรม ปิรามิดวงแหวน ระยะเวลา 60 นาที

สาระสำคัญ

สถานการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรค เกี่ยวกับ **ผู้สอน** หมายถึง ปัญหาของนักเรียนที่เกี่ยวกับผู้สอน โดยนักเรียนอาจไม่ชอบรูปแบบการสอนของผู้สอน ไม่ประทับใจบุคลิกภาพของผู้สอน ส่งผลให้นักเรียนไม่สนใจบทเรียน เบื่อหน่ายการเรียน อาจส่งผลให้นักเรียนไม่เข้าใจบทเรียน เรียนไม่ทันเพื่อน ขาดความรับผิดชอบ ไม่ทำการบ้านส่ง สอบไม่ผ่าน นอกจากนี้ ยังมีปัญหาช่องว่างระหว่างผู้สอนและนักเรียน ที่มีความคิดเห็นแตกต่างกัน และมีปัญหาด้านการสื่อสารระหว่างกัน ดังนั้น เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น นักเรียนควรพยายามหาหนทางแก้ไข ด้วยการคิดวิเคราะห์ เพื่อหาสาเหตุของปัญหา และดำเนินการแก้ไขปัญหา และเชื่อว่าปัญหาสามารถควบคุมได้ แก้ไขได้ จะเป็นนักเรียนที่สามารถควบคุมอารมณ์ สามารถควบคุมผลกระทบของปัญหา พร้อมรับความยากลำบาก ไม่จมกับความทุกข์ที่เกิดขึ้น

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. ผู้รับการฝึกสามารถตั้งเป้าหมายได้
2. ผู้รับการฝึกรับรู้สาเหตุของปัญหาได้
3. ผู้รับการฝึก สามารถวางแผน เลือกใช้วิธีการเพื่อควบคุม จัดการกับปัญหาได้
4. ผู้รับการฝึก สามารถบอกบทบาท หน้าที่ ความรับผิดชอบได้
5. ผู้รับการฝึก สามารถประเมินระดับความรุนแรงและผลกระทบของปัญหาได้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

วัสดุ อุปกรณ์

1. แก้วน้ำพลาสติก จำนวน 25 กระป๋อง
2. กระดาษรูปวงแหวน จำนวน 1 แผ่น
3. สติ๊กเกอร์บอกตำแหน่ง จำนวน 1 ดวง

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นคาดการณ์ไกล (5 นาที)

1.1. ผู้ฝึกกล่าวต้อนรับผู้รับการฝึกเข้าสู่ด่านฝึกที่ 6 ของโรงเรียนเวทมนต์ ซึ่งเป็นด่านฝึกที่นักเรียนจะได้รับการทดสอบความสามารถในการรับมือกับอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง แสดงความ

รับผิดชอบเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของตนเอง ต่อปัญหา อุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และสามารถประเมินระดับความรุนแรง ผลกระทบของปัญหา อุปสรรค

1.2. ผู้ฝึกให้ผู้รับการฝึกแบ่งกลุ่มโดยมีจำนวนสมาชิกในกลุ่ม 5-6 คน

1.3. ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันอภิปราย ยกตัวอย่าง ปัญหาและอุปสรรค เกี่ยวกับผู้สอน ที่ผู้รับการฝึกเคยเผชิญ และเสนอแนวทางแก้ปัญหานั้น ๆ

1.4. ผู้ฝึกอธิบาย คำชี้แจงในการดำเนินกิจกรรม

คำชี้แจง :

ผู้ฝึกกำหนดเวลา 10 นาที เพื่อให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม ช่วยกันนำแก้วน้ำพลาสติกที่ผู้ฝึกแจก วางเรียงต่อกันเป็นรูปทรงใดก็ได้ ให้มีความสูงมากที่สุด เมื่อวางเรียงแก้วน้ำพลาสติกเรียบร้อยแล้ว ให้ตัวแทนกลุ่ม 1 คน ยืนบนตำแหน่งที่ผู้ฝึกกำหนด ซึ่งเป็นตำแหน่งที่อยู่ห่างจากปิรามิด 30 เซนติเมตร และให้ตัวแทนกลุ่มคนนั้น นำวงแหวนวางบนยอดของปิรามิด โดยห้ามมีส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายสัมผัสปิรามิดวงแหวน

1.5. ผู้ฝึกแจกใบงานกิจกรรมที่ 6 ให้แต่ละกลุ่ม จากนั้นสมาชิกในกลุ่มช่วยกันตั้งเป้าหมายว่า จะสามารถนำแก้วน้ำพลาสติกวางเรียงต่อกันได้ความสูงที่สุดกี่เซนติเมตร และสามารถนำวงแหวนไปวางไว้บนจุดยอดของรูปทรงได้สำเร็จหรือไม่

2. ขั้นการวางแผน (5 นาที)

2.1. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มกำหนด บทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 7 หัวข้อ บทบาทและหน้าที่

2.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มช่วยกันวางแผน ออกแบบและวาดภาพปิรามิดวงแหวน ลงในใบงานกิจกรรมที่ 7 หัวข้อวางแผน

3. ขั้นลงมือปฏิบัติ (30 นาที)

3.1. ผู้ฝึกจับฉลากลำดับเพื่อทำกิจกรรมกลุ่ม การต่อปิรามิดวงแหวน

3.2. ผู้ฝึกกำหนดเวลา 5 นาที เพื่อให้ผู้รับการฝึกกลุ่มที่ 1 นำแก้วน้ำพลาสติกวางเรียงต่อกันตามที่สมาชิกในกลุ่มได้ช่วยกันออกแบบและวาดภาพไว้ในขั้นการวางแผน

3.3. เมื่อผู้รับการฝึกกลุ่มที่ 1 วางเรียงแก้วน้ำพลาสติกเรียบร้อยแล้ว ผู้ฝึกกำหนดตำแหน่งซึ่งอยู่ห่างจากปิรามิด 30 เซนติเมตร เพื่อให้ตัวแทนกลุ่ม 1 คน นำวงแหวนวางบนยอดของปิรามิด โดยห้ามมีส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายสัมผัสปิรามิด เมื่อเสร็จเรียบร้อย ส่งสัญญาณให้ผู้ฝึกวัดและบันทึกความสูงของปิรามิดวงแหวน

3.4. ทำซ้ำ ข้อ 3.2-3.3 เรียงตามลำดับกลุ่มที่จับฉลากได้ จนครบทุกกลุ่ม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

4. ขั้นประเมินผลลัพธ์ (10 นาที)

4.1. ผู้ฝึกให้สติ๊กเกอร์ฟักทอง แก่ผู้รับการฝึกทุกคนในกลุ่ม ที่ทำผลงานได้บรรลุเป้าหมาย โดยมีเกณฑ์การให้สติ๊กเกอร์ฟักทอง พิจารณาตามระดับความสูง ดังนี้

ปิรามิดวงแหวนงสูง 20 ซม	สะสมสติ๊กเกอร์ 1 ดวง
ปิรามิดวงแหวนสูง 21-30 ซม.	สะสมสติ๊กเกอร์ 2 ดวง
ปิรามิดวงแหวนสูง มากกว่า 30 ซม.	สะสมสติ๊กเกอร์ 3 ดวง

4.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม ประเมินผลงานของกลุ่ม โดยวิเคราะห์ถึงปัญหาและอุปสรรค สาเหตุที่ทำให้วิธีการที่ทำให้กลุ่มของตนเองวางแผนไว้ไม่สำเร็จตรงตามเป้าหมาย แนวทางการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 7 ตารางปัญหา อุปสรรค

4.3. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมินว่าตนเองสามารถทำตามบทบาท หน้าที่ของตนเองได้ในระดับใด โดยประเมินจากใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.4. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมิน ระดับความรุนแรงและผลกระทบของปัญหา อุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ 7 โดยประเมินจากใบประเมินความรุนแรงของปัญหา และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.5. ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันอภิปราย สรุปผลการดำเนินกิจกรรมที่ 7

การประเมินผล

1. ใบงานกิจกรรมที่ 7
2. ใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ
3. ใบประเมินความรุนแรงของปัญหา
4. สังเกตจากการอภิปรายผลร่วมกันของผู้ได้รับการฝึก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ใบงานกิจกรรมที่ 7 ปิรามิดวงแหวน

ความสูงปิรามิดวงแหวน ..... เซนติเมตร

วางวงแหวนยอดปิรามิด ◯ ได้ ◯ ไม่ได้

วางแผน

ชื่อเล่น	บทบาทและหน้าที่
	ออกแบบปิรามิด
	วางวงแหวน
	เรียงแก้วน้ำพลาสติก
	วัดความสูงปิรามิด
	เก็บแก้วน้ำพลาสติกที่ล้ม
	อื่น ๆ ระบุ.....

ปัญหาและอุปสรรค	
☐ เพื่อนวางวงแหวนแรงเกินไป	☐ วางแก้วน้ำพลาสติกไม่สมดุล
☐ เพื่อนไม่ช่วยออกแบบปิรามิด	☐ แก้วน้ำพลาสติกเบาและผิดรูปร่างทำให้วางยาก
☐ กำหนดเวลาน้อยเกินไป	☐ วางแก้วน้ำพลาสติกได้ไม่เหมือนที่ออกแบบไว้
อื่น ๆ	

สาเหตุของปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไข

แผนการจัดกิจกรรมที่ 8

ชื่อกิจกรรม ที่ตักวิเศษ ระยะเวลา 60 นาที

สาระสำคัญ

นักเรียนที่มีความสามารถอดทนในการจัดการกับความยืดเยื้อของปัญหา พยายามจัดการให้ปัญหา อุปสรรคหมดสิ้น ส่งผลให้นักเรียนสามารถเข้าใจว่า ปัญหาและอุปสรรค เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นในระยะเวลาหนึ่งเท่านั้น และจะพยายามแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ให้หมดโดยเร็ว ไม่มีความรู้สึกท้อแท้หมดกำลังใจ สิ้นหวัง และจะพยายามฝึกฝนตนเองให้มีความรู้ ความสามารถ ทักษะ อย่างสม่ำเสมอ เพื่อที่ความสำเร็จจะได้อยู่กับตนเองยาวนาน เป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จ

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. ผู้รับการฝึก สามารถตั้งเป้าหมายได้
2. ผู้รับการฝึกรับรู้สาเหตุของปัญหาได้
3. ผู้รับการฝึก สามารถวางแผน เลือกใช้วิธีการเพื่อควบคุม จัดการกับปัญหาได้
4. ผู้รับการฝึก มีความอดทน มีความเพียรพยายาม จนสามารถแก้ไขปัญหาได้

วัสดุ อุปกรณ์

1.	กล่องพลาสติก สีขาว	จำนวน 1 ใบ
2.	กล่องพลาสติก สีแดง	จำนวน 1 ใบ
3.	ลูกบอลพลาสติกคละสี	จำนวน 50 ลูก
4.	กระดาษ A4	จำนวน 5 แผ่น
5.	ไม้ไอศกรีม ขนาด ยาว 11.4 ซม.กว้าง 1 ซม	จำนวน 5 อัน
6.	กรรไกรตัดกระดาษ ขนาด 5 นิ้ว	จำนวน 1 อัน
7.	เทปกาวย่น ขนาด 1/2" x 10 หลา	จำนวน 1 ม้วน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นคาดการณ์ไกล (10 นาที)

1.1. ผู้ฝึกกล่าวต้อนรับผู้รับการฝึกเข้าสู่ด่านฝึกที่ 7 ของโรงเรียนเวทมนต์ ซึ่งเป็นด่านฝึกที่นักเรียนทุกคนจะได้รับการทดสอบเกี่ยวกับความอดทน และความพยายามในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค

1.2. ผู้ฝึกให้ผู้รับการฝึกแบ่งกลุ่มโดยมีจำนวนสมาชิกในกลุ่ม 5-6 คน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

1.3. ผู้ฝึกอธิบาย คำชี้แจงในการดำเนินกิจกรรม

คำชี้แจง :

ให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม ช่วยกันออกแบบและประดิษฐ์ ที่ตักวิเศษ ซึ่งทำจากกระดาษ และมีด้ามจับยาว 15 เซนติเมตรขึ้นไป โดยใช้วัสดุที่กำหนด เพื่อให้ตัวแทนของกลุ่ม 1 คน ใช้ในการตักลูกบอลพลาสติกจากถังพลาสติก A ไปลงถังพลาสติก B ในการตักลูกบอลพลาสติกนั้น อนุญาตให้ใช้มือจับเฉพาะส่วนปลายของด้ามจับที่ตักวิเศษเท่านั้น (2 เซนติเมตร) และไม่ให้มีอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งของผู้รับการฝึก สัมผัสถังพลาสติก และลูกบอลพลาสติก เมื่อหมดเวลา ผู้ฝึกนับจำนวนลูกบอลในถัง B และบันทึกคะแนนที่แต่ละกลุ่มได้รับ กรณีที่ ที่ตักวิเศษ ชำรุด ระหว่างการตักลูกบอลพลาสติก กลุ่มนั้นจะต้องจัดการซ่อมแซม หรือแก้ไข ที่ตักวิเศษ เพื่อให้ใช้งานได้ และได้โอกาสเริ่มต้นตักลูกบอลพลาสติกทั้งหมดใหม่อีก 1 ครั้ง แต่ต้องเสียแต้มปรับสติ๊กเกอร์ฟักทองจำนวน 1 ดวง

1.4. ผู้แจกใบงานกิจกรรมที่ 8 ให้แต่ละกลุ่ม จากนั้น ให้สมาชิกในกลุ่มช่วยกันคาดการณ์ว่า จะสามารถตักลูกบอลได้จำนวนมากที่สุดกี่ลูก

2. ขั้นการวางแผน (10 นาที)

2.1. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มกำหนด บทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 8 ในหัวข้อ บทบาทและหน้าที่

2.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มช่วยกันวางแผน ออกแบบและวาดภาพที่ตักวิเศษ พร้อมทั้งเขียนบันทึกอธิบายวิธีการที่ตนเองคาดว่าจะทำให้เป้าหมายประสบผลสำเร็จ ลงในใบงานกิจกรรมที่ 8 หัวข้อวางแผน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

3. ขั้นลงมือปฏิบัติ (20 นาที)

3.1. ผู้ฝึกแจกอุปกรณ์ให้แก่ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม

3.2. ผู้ฝึกให้เวลา 10 นาที เพื่อให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มลงมือปฏิบัติตามวิธีการที่ได้วางแผนไว้ด้วยการประดิษฐ์ที่ตักวิเศษ เมื่อสิ้นสุดเวลาที่กำหนด ทุกกลุ่มต้องหยุดการทำงานทุกอย่าง และนำเสนอผลงานทีละกลุ่ม

3.3. ในการนำเสนอผลงานของแต่ละกลุ่มนั้น ผู้ฝึกกำหนดเวลา 10 นาที เพื่อให้ตัวแทนกลุ่ม 1 คน ใช้ที่ตักวิเศษที่กลุ่มประดิษฐ์ขึ้น ตักลูกบอลพลาสติกจากถังพลาสติก A ไปลงถังพลาสติก B โดยที่ในการตักลูกบอลพลาสติกนั้น อนุญาตให้ใช้มือจับเฉพาะส่วนปลายของด้ามจับที่ตักวิเศษเท่านั้น (2 เซนติเมตร) และไม่ให้มีอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งของผู้รับการฝึก สัมผัสถังพลาสติก และลูกบอลพลาสติก เมื่อหมดเวลา ผู้ฝึกนับจำนวนลูกบอลในถัง B และบันทึกคะแนนที่แต่ละกลุ่มได้รับ กรณีที่ที่ตักวิเศษ ชำรุด ระหว่างการตักลูกบอลพลาสติก กลุ่มนั้นจะต้องจัดการซ่อมแซม หรือแก้ไข ที่ตัก

วิเศษ เพื่อให้ใช้งานได้ และได้โอกาสเริ่มต้นตักลูกบอลพลาสติกทั้งหมดใหม่อีก 1 ครั้ง แต่ต้องเสียแต้มปรับสติ๊กเกอร์ฟักทองจำนวน 1 ดวง

4. ขั้นประเมินผลลัพธ์ (10 นาที)

4.1. ผู้ฝึกให้สติ๊กเกอร์ฟักทองแก่ผู้รับการฝึกทุกคนในกลุ่มที่ทำผลงานได้บรรลุเป้าหมาย โดยมีเกณฑ์การให้สติ๊กเกอร์ฟักทอง พิจารณาตามจำนวนลูกบอลในถัง B ดังนี้

ลูกบอล จำนวน 20-30 ลูก	สะสมสติ๊กเกอร์ 3 ดวง
ลูกบอล จำนวน 11-20 ลูก	สะสมสติ๊กเกอร์ 2 ดวง
ลูกบอล จำนวน 1-10 ลูก	สะสมสติ๊กเกอร์ 1 ดวง

4.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม ประเมินผลงานของกลุ่ม โดยวิเคราะห์ถึงปัญหาและอุปสรรค สาเหตุที่ทำให้วิธีการที่ทำให้กลุ่มของตนเองวางแผนไว้ ไม่สำเร็จตรงตามเป้าหมาย แนวทางการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 8 ตารางปัญหา อุปสรรค

4.3. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมินระดับความอดทน และความพยายามของตนเองในการแก้ไขปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ 8 โดยประเมินจากใบประเมินความอดทน และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.4. ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันอภิปราย สรุปผลการดำเนินกิจกรรมที่ 8

การประเมินผล

1. ใบงานกิจกรรมที่ 8
2. ใบประเมินความอดทน
3. สังเกตจากการอภิปรายผลร่วมกันของผู้ได้รับการฝึก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ใบงานกิจกรรมที่ 8 ที่ตักวิเศษ

ตักลูกบอลพลาสติกได้จำนวน ..... ลูก

วางแผน

ชื่อเล่น	บทบาทและหน้าที่
	ตักลูกบอลพลาสติด
	ออกแบบที่ตักวิเศษ
	ประดิษฐ์ที่ตักวิเศษ
	ซ่อมแซมที่ตักวิเศษ
	ตัดเทปกาวย่น
	อื่น ๆ ระบุ.....

ปัญหาและอุปสรรค	
☐ กระดาษบางเกินไป	☐ ที่ตักวิเศษใช้ไม่ได้ตามที่ออกแบบไว้
☐ ด้ามจับของที่ตักวิเศษไม่แข็งแรง	☐ ประดิษฐ์ได้ไม่เหมือนที่ออกแบบ
☐ กำหนดเวลาน้อยเกินไป	☐ วัสดุและอุปกรณ์ที่แจกให้ไม่เพียงพอ
อื่น ๆ	

สาเหตุของปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไข

แผนการจัดกิจกรรมที่ 9

ชื่อกิจกรรม สานต่อจิ๊กซอว์ ระยะเวลา 60 นาที

สาระสำคัญ

สถานการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรค เกี่ยวกับ **สภาพแวดล้อม** หมายถึง ปัญหาของนักเรียนที่เกี่ยวกับบริบทที่อยู่รอบ ๆ ตัวนักเรียน อาทิ บรรยากาศภายใน - ภายนอกห้องเรียน สภาพแวดล้อมภายในโรงเรียน เป็นต้น หากนักเรียนไม่สามารถปรับตัวให้เข้าบริบทโดยรอบได้ อาจส่งผลให้นักเรียนขาดสมาธิ ขาดความตั้งใจและความสนใจในการเรียน ไม่อยากมาโรงเรียน เกิดเป็นความเบื่อหน่ายในการเรียน ซึ่งถือเป็นปัญหา อุปสรรคที่เกิดขึ้นกับตัวนักเรียน ดังนั้น นักเรียนที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับบริบทของสภาพแวดล้อมที่มีการเปลี่ยนแปลง เมื่อเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค จะคิดว่าตนเองเป็นเจ้าของปัญหา พยายามวิเคราะห์เพื่อหาสาเหตุของปัญหา คิดว่าปัญหาและอุปสรรค เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นชั่วคราว สามารถควบคุมได้ สามารถแก้ไขได้ และจะพยายามหาหนทางแก้ไข ด้วยความเพียรพยายาม อดทน สามารถก้าวข้ามปัญหา อุปสรรคเหล่านั้นไปได้ พยายามฝึกฝนตนเองให้มีความรู้ความสามารถ ทักษะ อย่างสม่ำเสมอ เพื่อที่ความสำเร็จจะได้อยู่กับตนเองยาวนาน

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. ผู้รับการฝึกสามารถตั้งเป้าหมายได้
2. ผู้รับการฝึกรับรู้สาเหตุของปัญหาได้
3. ผู้รับการฝึก สามารถวางแผน เลือกใช้วิธีการเพื่อควบคุม จัดการกับปัญหาได้
4. ผู้รับการฝึก สามารถบอกบทบาท หน้าที่ ความรับผิดชอบของตนเองได้
5. ผู้รับการฝึก สามารถประเมินระดับความรุนแรงและผลกระทบของปัญหาได้
6. ผู้รับการฝึกมีความอดทน มีความเพียรพยายาม จนสามารถแก้ไขปัญหาได้

วัสดุ อุปกรณ์

1.	ชิ้นส่วนจิ๊กซอว์	จำนวน 20 ชิ้น
2.	กล่องพลาสติก	จำนวน 1 ใบ
3.	ลูกปัดพลาสติก ขนาด 6 มิลลิเมตร	จำนวน 3000 กรัม

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นคาดการณ์ไกล (10 นาที)

1.1. ผู้ฝึกกล่าวต้อนรับผู้รับการฝึกเข้าสู่ด่านฝึกที่ 8 ของโรงเรียนเวทมนต์ ซึ่งเป็นด่านฝึกที่นักเรียนจะได้รับการทดสอบความสามารถในการรับมือกับอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง แสดงความรับผิดชอบเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของตนเอง ต่อปัญหา อุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น สามารถประเมินระดับความรุนแรง ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค และทดสอบความอดทน ความพยายามในการแก้ไขปัญหา อุปสรรค

1.2. ผู้ฝึกแบ่งกลุ่มให้แก่ผู้รับการฝึก โดยมีจำนวนสมาชิกในกลุ่ม 5-6 คน

1.3. ผู้ฝึกอธิบาย คำชี้แจงในการดำเนินกิจกรรม

คำชี้แจง :

1. ผู้ฝึกให้ผู้รับการฝึกดูภาพแม่แบบจิ๊กซอว์ 20 ชิ้น ที่ติดไว้หน้าชั้นเรียน
2. ผู้ฝึกให้เวลา 10 นาที เพื่อให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทน 1 คน ค้นหาจิ๊กซอว์จำนวน 2 ชิ้น ในถังที่บรรจุเม็ดโฟมและชิ้นส่วนจิ๊กซอว์จำนวน 200 ชิ้น โดยมีเพื่อนกลุ่มเดียวกันที่นั่งอยู่กับที่และเห็นภาพแม่แบบจิ๊กซอว์ 20 ชิ้น ช่วยกันบอกให้หยิบชิ้นส่วนจิ๊กซอว์ชิ้นที่กลุ่มต้องการ เพื่อนำมาต่อรวมกันให้ได้แผ่นจิ๊กซอว์ที่สมบูรณ์
3. ทำข้อ 2 ซ้ำ จนกระทั่งแต่ละกลุ่มได้จิ๊กซอว์ครบจำนวน 20 ชิ้น
4. ผู้รับการฝึกช่วยกันประกอบชิ้นส่วนจิ๊กซอว์ทั้ง 20 ชิ้น จนได้เป็นรูปภาพที่สมบูรณ์

1.4. ผู้ฝึกแจกใบงานกิจกรรมที่ 9 ให้แต่ละกลุ่ม จากนั้น ให้สมาชิกในกลุ่มช่วยกันคาดการณ์ว่าจะสามารถต่อภาพจิ๊กซอว์ได้ประสบความสำเร็จหรือไม่

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

2. ขั้นการวางแผน (10 นาที)

2.1. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มกำหนด บทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 9 ในหัวข้อ บทบาทหน้าที่

2.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มช่วยกันวางแผน บันทึกวิธีการที่คาดว่าจะทำให้เป้าหมายประสบผลสำเร็จ ลงในใบงานกิจกรรมที่ 9 ในหัวข้อวางแผน

3. ขั้นลงมือปฏิบัติ (20 นาที)

3.1. ผู้ฝึกให้ตัวแทนกลุ่มคนแรกของแต่ละกลุ่ม ยืนประจำที่จุดเริ่มต้น

3.2. ผู้ฝึกใช้เวลา 10 นาที เพื่อให้ ตัวแทนคนที่ 1 ของทุกกลุ่ม วิ่งไปค้นหาชิ้นส่วนจิ๊กซอว์คนละ 2 ชิ้น จากนั้นจึงให้ตัวแทนคนที่ 2 ของทุกกลุ่ม ทำเช่นเดียวกัน ทำซ้ำเช่นนี้ จนทุกกลุ่มได้จิ๊กซอว์ครบจำนวน 20 ชิ้น

3.3. ผู้ฝึกให้เวลา 5 นาที เพื่อให้แต่ละกลุ่มช่วยกันประกอบจิ๊กซอว์จนได้รูปภาพที่สมบูรณ์ที่สุด

4. ขั้นประเมินผลลัพธ์ (10 นาที)

4.1. ผู้ฝึกให้สติ๊กเกอร์ฟักทองแก่ผู้รับการฝึกทุกคนในกลุ่มที่ทำผลงานได้บรรลุเป้าหมาย โดยมีเกณฑ์การให้สติ๊กเกอร์ฟักทอง พิจารณาตามจำนวนจิ๊กซอว์ที่แต่ละกลุ่มต่อได้ติดต่อกัน ดังนี้

ต่อภาพจิ๊กซอว์ได้สมบูรณ์ 20 ชิ้น	สะสมสติ๊กเกอร์ 3 ดวง
ต่อภาพจิ๊กซอว์ได้ 11-19 ชิ้น	สะสมสติ๊กเกอร์ 2 ดวง
ต่อภาพจิ๊กซอว์ได้ 1-10 ชิ้น	สะสมสติ๊กเกอร์ 1 ดวง

4.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม ประเมินผลงานของกลุ่ม โดยวิเคราะห์ถึงปัญหาและอุปสรรค สาเหตุที่ทำให้วิธีการที่ทำให้กลุ่มของตนเองวางแผนไว้ ไม่สำเร็จตรงตามเป้าหมาย แนวทางการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 9 ตารางปัญหา อุปสรรค

4.3. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมินว่าตนเองสามารถทำตามบทบาท หน้าที่ของตนเองได้ในระดับใด โดยประเมินจากใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.4. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมิน ระดับความรุนแรงและผลกระทบของปัญหา อุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ 9 โดยประเมินจากใบประเมินความรุนแรงของปัญหา และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.5. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมินระดับความอดทน และความพยายามของตนเองในการแก้ไขปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ 9 โดยประเมินจากใบประเมินความอดทน และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.6. ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันอภิปราย สรุปผลการดำเนินกิจกรรมที่ 9

การประเมินผล

1. ใบงานกิจกรรมที่ 9
2. ใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ
3. ใบประเมินความรุนแรงของปัญหา
4. ใบประเมินความอดทน
5. สังเกตจากการอภิปรายผลร่วมกันของผู้ได้รับการฝึก

ใบงานกิจกรรมที่ 9 สานต่อจิ๊กซอว์

ต่อจิ๊กซอว์ได้จำนวน ..... ชิ้น

วางแผน

ชื่อเล่น	บทบาทและหน้าที่
	ค้นหาชิ้นส่วนจิ๊กซอว์
	เรียงจิ๊กซอว์
	บอกชิ้นส่วนจิ๊กซอว์ให้เพื่อนค้นหา
	วางแผนการค้นหาจิ๊กซอว์
	อื่น ๆ ระบุ.....

ปัญหาและอุปสรรค	
☐ หยิบชิ้นส่วนจิ๊กซอว์ผิด	☐ มองชิ้นส่วนจิ๊กซอว์ในกล่องไม่ออก
☐ เพื่อนบอกไม่ชัดเจน	☐ ประกอบชิ้นส่วนจิ๊กซอว์ช้า
☐ กำหนดเวลาน้อยเกินไป	☐ จำชิ้นส่วนจิ๊กซอว์ไม่ได้
อื่น ๆ	

สาเหตุของปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไข

แผนการจัดกิจกรรมที่ 10

ชื่อกิจกรรม จุดหมายปลายทาง ระยะเวลา 60 นาที

สาระสำคัญ

สถานการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรค เกี่ยวกับ ความถนัดในการเรียน หมายถึง ปัญหาของนักเรียนแต่ละคนที่มีความเกี่ยวข้องกับความชอบ ความถนัดในการเรียน ซึ่งส่งผลต่อความสำเร็จในอนาคตของนักเรียน นักเรียนที่มีความสามารถในการคาดการณ์ รับรู้ เกี่ยวกับเป้าหมายที่นักเรียนต้องการให้เกิดขึ้นในอนาคต จะช่วยให้นักเรียนมีเป้าหมายชัดเจน มีการวางแผน และดำเนินการตามแผนได้อย่างเป็นลำดับขั้นตอน มีแรงบันดาลใจในการทำตามเป้าหมายที่ได้วางไว้ ตลอดจนสามารถประเมินความรู้สึกตนเอง ควบคุมตนเอง ให้สามารถก้าวข้ามผ่านสถานการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรค ด้วยความเพียรพยายาม อดทน มีความเชื่อว่าทุกปัญหา อุปสรรคสามารถควบคุม แก้ไขได้ ตลอดจนสามารถทำให้เป้าหมายที่ตั้งไว้ประสบผลสำเร็จ

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. ผู้รับการฝึกสามารถตั้งเป้าหมายได้
2. ผู้รับการฝึกรับรู้สาเหตุของปัญหาได้
3. ผู้รับการฝึก สามารถวางแผน เลือกใช้วิธีการเพื่อควบคุม จัดการกับปัญหาได้
4. ผู้รับการฝึก สามารถบอกบทบาท หน้าที่ ความรับผิดชอบของตนเองได้
5. ผู้รับการฝึก สามารถประเมินระดับความรุนแรงและผลกระทบของปัญหาได้
6. ผู้รับการฝึกมีความอดทน มีความเพียรพยายาม จนสามารถแก้ไขปัญหาได้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

วัสดุ อุปกรณ์

1. กระดาษ รูปวงกลม	จำนวน 2 รูป
2. กระดาษ รูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า	จำนวน 2 รูป
3. กระดาษ รูปสามเหลี่ยม	จำนวน 2 รูป
4. กาวน้ำ 30 ซีซี	จำนวน 1 แท่ง
5. แผ่นฟิวเจอร์บอร์ด ขนาด 60 x 120 ซม.	จำนวน 2 แผ่น

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นคาดการณ์ไกล (10 นาที)

1.1. ผู้ฝึกกล่าวต้อนรับผู้รับการฝึกเข้าสู่ด่านฝึกที่ 9 ของโรงเรียนเวทมนต์ ซึ่งเป็นด่านฝึกที่นักเรียนจะได้รับการทดสอบความสามารถในการรับมือกับอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง แสดงความรับผิดชอบเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของตนเอง ต่อปัญหา อุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น สามารถประเมินระดับความรุนแรง ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค และทดสอบความอดทน ความพยายามในการแก้ไขปัญหา อุปสรรค

1.2. ผู้ฝึกอธิบายคำชี้แจงการดำเนินกิจกรรมที่ 10 ให้แก่ผู้รับการฝึก

คำชี้แจง :

ให้ผู้รับการฝึกบันทึกข้อมูลของตนเองลงบนแบบฟอร์มบันทึกข้อมูลส่วนตัว จากนั้นให้ออกแบบภาพสัญลักษณ์อาชีพจากรูปทรงเรขาคณิตสองมิติที่กำหนด เพื่อให้ผู้รับการฝึกในชั้นเรียนทายอาชีพจากภาพสัญลักษณ์อาชีพ

1.3. ผู้ฝึกแจกแบบฟอร์มบันทึกข้อมูลส่วนตัว จากนั้นผู้รับการฝึกบันทึกข้อมูลของตนเองลงบนแบบฟอร์มบันทึกข้อมูลส่วนตัว ซึ่งประกอบไปด้วย ชื่อเล่น และอาชีพในฝัน และส่งแบบฟอร์มบันทึกข้อมูลส่วนตัวลงให้แก่ผู้รับการฝึก

2. ขั้นการวางแผน (10 นาที)

ผู้ฝึกกำหนดรูปทรงเรขาคณิตสองมิติ ได้แก่ วงกลม จำนวน 2 รูป สามเหลี่ยม จำนวน 2 รูป สี่เหลี่ยมจำนวน 2 รูป จากนั้นผู้รับการฝึกวางแผน ด้วยการวาดภาพสัญลักษณ์ ที่ใช้แทนอาชีพในฝันของตนเอง ลงในใบงานกิจกรรมที่ 10 หัวข้อวางแผน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

3. ขั้นลงมือปฏิบัติ (20 นาที)

3.1. ผู้ฝึกกำหนดเวลา 10 นาที เพื่อให้ผู้รับการฝึกนำรูปทรงเรขาสองมิติที่ผู้ฝึกแจกให้ ประกอบต่อกันเป็นภาพสัญลักษณ์อาชีพที่ผู้รับการฝึกออกแบบไว้ในขั้นการวางแผน

3.2. ผู้ฝึกติดภาพสัญลักษณ์อาชีพของผู้รับการฝึกทุกคนที่หน้าชั้นเรียน และแจกกระดาษคำตอบเพื่อให้ผู้รับการฝึกเขียนคำทายภาพสัญลักษณ์อาชีพของผู้รับการฝึกแต่ละคน

3.3. ผู้ฝึกเฉลยภาพอาชีพจากสัญลักษณ์ของผู้รับการฝึก และนับจำนวนผู้รับการฝึกที่ทายภาพสัญลักษณ์อาชีพถูกต้อง

4. ขั้นประเมินผลลัพธ์ (10 นาที)

4.1. ผู้ฝึกให้สติ๊กเกอร์ฟักทองแก่ผู้รับการฝึกคนที่เป็นเจ้าของภาพสัญลักษณ์อาชีพที่เพื่อนสามารถทายได้ถูกต้อง โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

มีจำนวนคนทายภาพถูกต้อง 1-8 คน	สะสมสติ๊กเกอร์ฟักทอง 1 ดวง
มีจำนวนคนทายภาพถูกต้อง 1-16 คน	สะสมสติ๊กเกอร์ฟักทอง 2 ดวง
มีจำนวนคนทายภาพถูกต้อง 1-24 คน	สะสมสติ๊กเกอร์ฟักทอง 3 ดวง

4.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม ประเมินผลงานของกลุ่ม โดยวิเคราะห์ถึงปัญหาและอุปสรรค สาเหตุที่ทำให้วิธีการที่ทำให้กลุ่มของตนเองวางแผนไว้ ไม่สำเร็จตรงตามเป้าหมาย แนวทางการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 10 ตารางปัญหาและอุปสรรค

4.3. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมินว่าตนเองสามารถทำตามบทบาท หน้าที่ของตนเองได้ในระดับใด โดยประเมินจากใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.4. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมิน ระดับความรุนแรงและผลกระทบของปัญหา อุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ 9 โดยประเมินจากใบประเมินความรุนแรงของปัญหา และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.5. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมินระดับความอดทน และความพยายามของตนเองในการแก้ไขปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ 10 โดยประเมินจากใบประเมินความอดทน และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.6. ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันอภิปราย สรุปผลการดำเนินกิจกรรมที่ 10

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

การประเมินผล

1. ใบงานกิจกรรมที่ 10
2. ใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ
3. ใบประเมินความรุนแรงของปัญหา
4. ใบประเมินความอดทน
5. สังเกตจากการอภิปรายผลร่วมกันของผู้ได้รับการฝึก

ใบงานกิจกรรมที่ 10 จุดหมายปลายทาง

อาชีพที่ฉันใฝ่ฝันในอนาคต.....

วางแผน

ปัญหาและอุปสรรค	
☐ ไม่มีอาชีพที่ใฝ่ฝัน	☐ เพื่อนไม่เข้าใจสัญลักษณ์อาชีพ
☐ แปลงอาชีพเป็นสัญลักษณ์ไม่เป็น	☐ ปรกอบภาพสัญลักษณ์ไม่ได้
☐ กำหนดเวลาน้อยเกินไป	☐ วัสดุและอุปกรณ์ที่แจกให้ไม่เพียงพอ
อื่น ๆ	

สาเหตุของปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไข

แผนการจัดกิจกรรมที่ 11

ชื่อกิจกรรม ย้ายที่ถิ่นฐาน ระยะเวลา 60 นาที

สาระสำคัญ

สถานการณ์ที่เป็นปัญหาและอุปสรรค เกี่ยวกับ ครอบครัว หมายถึง ปัญหาของนักเรียนที่มีความเกี่ยวข้องกับบุคคลในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็น พ่อ แม่ พี่ น้อง ปู่ ย่า ตา ยาย เป็นต้น อาจเป็นปัญหาด้านการสื่อสาร ความไม่เข้าใจระหว่างกัน ฯลฯ ซึ่งบุคคลเหล่านี้ล้วนมีความสำคัญกับตัวนักเรียนเป็นอย่างยิ่ง เมื่อเกิดปัญหา อุปสรรคเกี่ยวกับครอบครัว นักเรียนส่วนใหญ่มักเกิดความไม่สบายกาย รู้สึกไม่สบายใจ และส่งผลถึงการเรียน การทำงาน การดำเนินชีวิตประจำวัน นักเรียนที่สามารถค้นหาสาเหตุของปัญหา รับรู้ถึงอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองเมื่อเกิดปัญหาและอุปสรรค พร้อมทั้งหาแนวทางแก้ไขได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม ส่งผลให้นักเรียนสามารถก้าวข้ามผ่านปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ เหล่านั้นได้อย่างผู้มีชัยชนะ และมีความหวัง มีการคาดการณ์ ตั้งเป้าหมาย และมีกำลังใจในการทำตามเป้าหมายในอนาคตได้อย่างสำเร็จ

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. ผู้รับการฝึกสามารถตั้งเป้าหมายได้
2. ผู้รับการฝึกรับรู้สาเหตุของปัญหาได้
3. ผู้รับการฝึก สามารถวางแผน เลือกใช้วิธีการเพื่อควบคุม จัดการกับปัญหาได้
4. ผู้รับการฝึก สามารถบอกบทบาท หน้าที่ ความรับผิดชอบของตนเองได้
5. ผู้รับการฝึก สามารถประเมินระดับความรุนแรงและผลกระทบของปัญหาได้
6. ผู้รับการฝึกมีความอดทน มีความเพียรพยายาม จนสามารถแก้ไขปัญหาได้

วัสดุ อุปกรณ์

1. แก้วน้ำพลาสติก	จำนวน 5 ใบ
2. เชือก เชือก ขนาด 30 เส้น x 13 หลา	จำนวน 1 ม้วนเล็ก
3. กรรไกรตัดกระดาษ ขนาด 5 นิ้ว	จำนวน 1 อัน

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นคาดการณ์ไกล (10 นาที)

1.1. ผู้ฝึกกล่าวต้อนรับผู้รับการฝึกเข้าสู่ด่านฝึกที่ 10 โดยเป็นด่านฝึกสุดท้ายของโรงเรียนเวทมนต์ ซึ่งเป็นด่านฝึกที่นักเรียนจะได้รับการทดสอบความสามารถในการรับมือกับอารมณ์ ความรู้สึกของ

ตนเอง แสดงความรับผิดชอบเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของตนเอง ต่อปัญหา อุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น สามารถประเมินระดับความรุนแรง ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค และทดสอบความอดทน ความพยายามในการแก้ไขปัญหา อุปสรรค

1.2. ผู้ฝึกให้ผู้รับการฝึกแบ่งกลุ่มโดยมีจำนวนสมาชิกในกลุ่ม 5-6 คน และร่วมกันอภิปราย ยกตัวอย่าง ปัญหาและอุปสรรค เกี่ยวกับผู้สอน ที่ผู้รับการฝึกเคยเผชิญ และเสนอแนวทางแก้ปัญหานั้น ๆ

1.3. ผู้ฝึกอธิบาย คำชี้แจงในการดำเนินกิจกรรม

คำชี้แจง :

ผู้ฝึกให้เวลา 10 นาที เพื่อให้แต่ละกลุ่มช่วยกันออกแบบ วิธีการเคลื่อนย้ายแก้วพลาสติก จำนวน 5 ใบ วางเรียงซ้อนกันเป็นรูปทรงปิรามิด 2 ชั้น โดยใช้วัสดุ อุปกรณ์ ที่กำหนด ซึ่งอาจจะเป็นการ ตัด ต่อ หรือ ผูก เชือก โดยมีเงื่อนไขว่า การเคลื่อนย้ายแก้วนั้น ผู้ฝึกทุกคน ต้องใช้มือข้างหนึ่งจับที่ปลายด้านหนึ่งของเชือก และไม่ให้มือหรืออวัยวะใด ๆ ของผู้ฝึก สัมผัสแก้วพลาสติก

1.4. ผู้ฝึกแจกใบงานกิจกรรมที่ 11 ให้แต่ละกลุ่ม จากนั้น ให้สมาชิกในกลุ่มช่วยกันคาดการณ์ว่าจะสามารถเคลื่อนย้ายแก้วน้ำพลาสติกมาวางเรียงต่อเป็นปิรามิดได้จำนวนกี่ใบ

2. ขั้นการวางแผน (5 นาที)

2.1. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม กำหนด บทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 11 หัวข้อบทบาทและหน้าที่

2.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่มช่วยกันวางแผน บันทึกวิธีการที่คาดว่าจะทำให้เป้าหมายประสบผลสำเร็จ ลงในใบงานกิจกรรมที่ 11 หัวข้อวางแผน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

3. ขั้นลงมือปฏิบัติ (30 นาที)

3.1. ผู้ฝึกแจกวัสดุ อุปกรณ์ ให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม

3.2. ผู้ฝึกกำหนดเวลา 5 นาที เพื่อให้ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม ใช้วัสดุ อุปกรณ์ ที่กำหนด ซึ่งอาจจะเป็นการ ตัด ต่อ หรือ ผูก เชือก และนำไปช่วยในการเคลื่อนย้ายแก้วพลาสติกจำนวน 5 ใบ ให้ไปวางเรียงซ้อนกันเป็นรูปปิรามิด 2 ชั้น โดยมีเงื่อนไขว่า การเคลื่อนย้ายแก้วทั้งหมดนั้น ผู้ฝึกทุกคน ต้องใช้มือข้างหนึ่งจับที่ปลายด้านหนึ่งของเชือก และห้ามใช้มือหรืออวัยวะใด ๆ ของผู้ฝึก สัมผัสแก้วพลาสติก

3.3. กลุ่มที่เคลื่อนย้ายแก้วพลาสติก 5 ใบ วางเรียงซ้อนกันเป็นรูปปิรามิด 2 ชั้น เสร็จเรียบร้อยก่อนเวลาที่กำหนด ยกมือขึ้น เพื่อให้ผู้ฝึกตรวจสอบ และบันทึกเวลา

3.4. เมื่อสิ้นสุดเวลาที่กำหนด ผู้รับการฝึกทุกกลุ่มต้องหยุดการทำงานทุกอย่าง ผู้ฝึกตรวจและนับจำนวนแก้วพลาสติกที่แต่ละกลุ่มสามารถวางเรียงได้ถูกต้อง

4. ขั้นประเมินผลลัพธ์ (10 นาที)

4.1. ผู้ฝึกให้สติ๊กเกอร์ฟักทองแก่ผู้รับการฝึกทุกคนในกลุ่มที่ทำผลงานได้บรรลุเป้าหมาย โดยมีเกณฑ์การให้สติ๊กเกอร์ฟักทอง 1 ดวง ต่อการวางเรียงแก้วพลาสติกได้ 1 ใบ

4.2. ผู้รับการฝึกแต่ละกลุ่ม ประเมินผลงานของกลุ่ม โดยวิเคราะห์ถึงปัญหาและอุปสรรค สาเหตุที่ทำให้วิธีการที่ทำให้กลุ่มของตนเองวางแผนไว้ ไม่สำเร็จตรงตามเป้าหมาย แนวทางการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค โดยบันทึกลงในใบงานกิจกรรมที่ 11 ตารางปัญหา อุปสรรค

4.3. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมินว่าตนเองสามารถทำตามบทบาท หน้าที่ของตนเองได้ในระดับใด โดยประเมินจากใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.4. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมิน ระดับความรุนแรงและผลกระทบของปัญหา อุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ 11 โดยประเมินจากใบประเมินความรุนแรงของปัญหา และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.5. ผู้รับการฝึกแต่ละคนประเมินระดับความอดทน และความพยายามของตนเองในการแก้ไขปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ 11 โดยประเมินจากใบประเมินความอดทน และทำการบันทึกข้อมูลลงในสมุด I HAVE I AM I CAN

4.6. ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันอภิปราย สรุปผลการดำเนินกิจกรรมที่ 11

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

การประเมินผล

1. ใบงานกิจกรรมที่ 11
2. ใบประเมินบทบาทความรับผิดชอบ
3. ใบประเมินความรุนแรงของปัญหา
4. ใบประเมินความอดทน
5. สังเกตจากการอภิปรายผลร่วมกันของผู้ได้รับการฝึก

ใบงานกิจกรรมที่ 11 ย้ายที่ถิ่นฐาน

เคลื่อนย้ายแก้วน้ำพลาสติกได้ ..... แก้ว

วางแผน

ชื่อเล่น	บทบาทและหน้าที่
	ออกแบบเชือก
	เคลื่อนย้ายแก้ว
	ตัด ต่อ เชือก
	วางแผนการเคลื่อนย้ายแก้ว
	อื่น ๆ ....

ปัญหาและอุปสรรค	
☐ เมื่อเกิดข้อผิดพลาดทุกคนใช้อารมณ์	☐ ไม่มีความสามัคคีกันในกลุ่ม
☐ เชือกที่ออกแบบไม่สามารถเคลื่อนย้ายแก้วได้	☐ ความคิดในกลุ่มไม่สอดคล้องกัน
☐ กำหนดเวลาน้อยเกินไป	☐ วัสดุและอุปกรณ์ที่แจกให้ไม่เพียงพอ
อื่น ๆ	

สาเหตุของปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไข

แผนการจัดกิจกรรมที่ 12

ชื่อกิจกรรม ปัจฉิมนิเทศ ระยะเวลา 60 นาที

สาระสำคัญ

เมื่อนักเรียนได้รับการฝึกจากโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนแล้ว จะส่งผลให้นักเรียน มีความอดทน สามารถต่อสู้ เอาชนะปัญหาและอุปสรรค ความยากลำบาก ได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถดำเนินชีวิตในโลกปัจจุบัน และประสบความสำเร็จในอนาคตได้ต่อไป

วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

ผู้รับการฝึก บอกประโยชน์ และสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อความสำเร็จในอนาคตต่อไป

วัสดุ อุปกรณ์

1. สีเมจิก จำนวน 1 กล่อง
2. กระดาษ 100 ปอนด์ ขนาด A4 จำนวน 1 แผ่น
3. กล่องพลาสติก จำนวน 1 ใบ

วิธีดำเนินการ

1. ขั้นนำ

ผู้ฝึกและผู้รับการฝึกร่วมกันทบทวนเกี่ยวกับกิจกรรมที่ได้ทำมาทั้งหมดในแต่ละด่านฝึก

2. ขั้นดำเนินกิจกรรม

2.1. ผู้ฝึกให้ผู้รับการฝึกบันทึกกิจกรรมที่ชอบมากที่สุด และกิจกรรมที่ไม่ชอบมากที่สุด และกิจกรรมที่เกิดปัญหา อุปสรรคมากที่สุดลงในใบงานกิจกรรมที่ 12

2.2. ผู้ฝึกให้ผู้รับการฝึกจับคู่กับเพื่อนสนิท เพื่อให้ผู้รับการฝึกแต่ละคู่ ช่วยกันเขียนบรรยาย หรือวาดภาพ ความรู้สึก และ ประโยชน์ที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตฯ

3. ขั้นสรุปผล

3.1. ผู้ฝึกให้ผู้รับการฝึก นั่งเป็นวงกลมและแจกแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้แก่ผู้รับการฝึก

3.2. ผู้ฝึกแจกกระดาษ 100 ปอนด์ให้ผู้รับการฝึกแต่ละคน จากนั้น ผู้รับการฝึกแต่ละคนออกแบบการ์ดเป็นรูปทรงต่าง ๆ ตามอิสระ และเขียนการ์ด เพื่อส่งต่อความรู้สึกดี ๆ เป็นกำลังใจให้กับสมาชิกคนใดก็ได้ในชั้นเรียน และนำการ์ดนั้นมาใส่ไว้ในกล่องปริศนา

3.3. ผู้ฝึกให้การ์ดในกล่องปริศนาแก่ผู้รับการฝึกตามชื่อที่เพื่อนเขียนให้

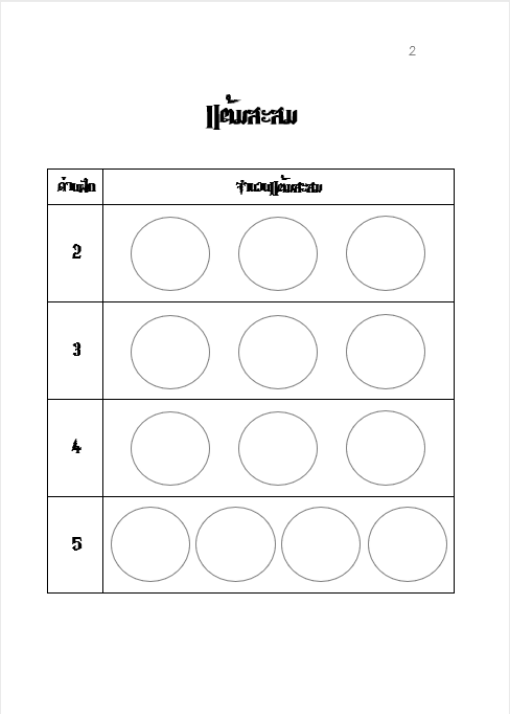
3.4. ผู้ฝึกสรุปคะแนนการเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตฯ และมอบของรางวัล

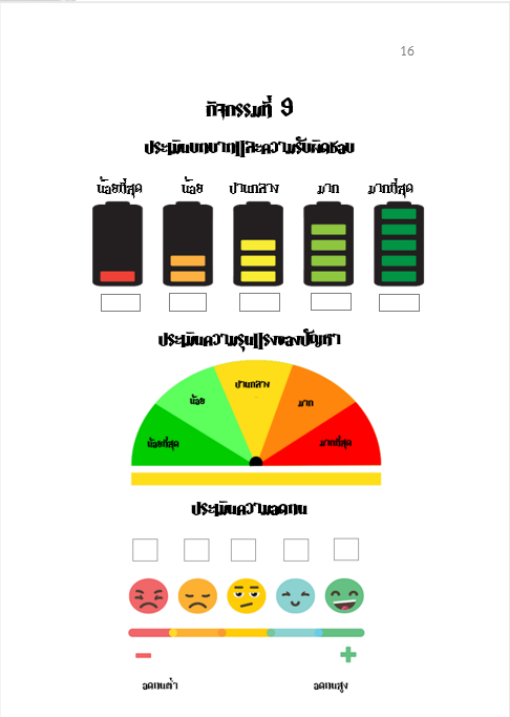
การประเมินผล

1. ใบงานกิจกรรมที่ 12
2. สังเกตจากการอภิปรายผลร่วมกันของผู้รับการฝึก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ตัวอย่างสมุด I HAVE I AM I CAN





ภาคผนวก ง
ผลการประเมินความตรงเชิงเนื้อหาของ
แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค
และโปรแกรมพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ค่าดัชนีความสอดคล้องแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

ข้อที่	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			ค่า IOC	หมายเหตุ
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3		
1	+1	+1	+1	1.00	
2	+1	0	0	0.33	ปรับสถานการณ์ให้เข้ากับบริบทนักเรียน
3	+1	+1	+1	1.00	
4	+1	0	+1	0.67	
5	+1	-1	0	0.67	
6	+1	+1	+1	1.00	
7	0	+1	+1	0.67	
8	+1	+1	+1	1.00	
9	+1	0	+1	0.67	
10	+1	+1	+1	1.00	
11	+1	+1	+1	1.00	
12	0	+1	+1	0.67	
13	0	+1	+1	0.67	
14	+1	+1	+1	1.00	
15	+1	+1	+1	1.00	
16	+1	0	+1	0.67	
17	0	+1	+1	0.67	
18	+1	+1	+1	1.00	
19	+1	0	+1	0.67	
20	+1	+1	+1	1.00	
21	+1	+1	-1	0.33	ปรับสถานการณ์ให้เข้ากับบริบทนักเรียน
22	+1	0	+1	0.67	
23	-1	+1	+1	0.33	ปรับการใช้ภาษาให้มีความชัดเจน
24	+1	+1	+1	1.00	
25	+1	+1	+1	1.00	
26	+1	+1	+1	1.00	
27	+1	+1	+1	1.00	
28	+1	+1	+1	1.00	
29	+1	0	0	0.33	ปรับการใช้ภาษาให้มีความชัดเจน
30	+1	+1	-1	0.33	ปรับการใช้ภาษาให้มีความชัดเจน
31	0	+1	+1	0.67	
32	0	+1	+1	0.67	
33	+1	+1	+1	1.00	
34	+1	+1	+1	1.00	
35	0	+1	+1	0.67	
36	0	+1	+1	0.67	
37	+1	+1	+1	1.00	
38	+1	0	+1	0.67	
39	+1	+1	+1	1.00	
40	0	+1	+1	0.67	

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ผลการประเมินความตรงเชิงเนื้อหา

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	ข้อเสนอแนะ
1	ปฐมนิเทศ	- ควรอธิบายสมุด I HAVE I AM I CAN ก่อนให้นักเรียนลงมือประเมิน เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน
2	ใบ้หรรษา	- เพิ่มแนวคิดอ้างอิงในสาระสำคัญ
3	ตักฉันลงขวด	- เพิ่มแนวคิดอ้างอิงในสาระสำคัญ
4	รีดให้หมดอย่าให้เหลือ	- เพิ่มแนวคิดอ้างอิงในสาระสำคัญ - เปลี่ยนสถานการณ์ให้มีความสอดคล้องกับบริบทของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
5	ข้ามสะพานสานรัก	- เพิ่มแนวคิดอ้างอิงในสาระสำคัญ
6	พาวเวอร์ทาวเวอร์	- เพิ่มแนวคิดอ้างอิงในสาระสำคัญ
7	ปิรามิดวงแหวน	- เพิ่มแนวคิดอ้างอิงในสาระสำคัญ - ปรับวัตถุประสงค์ในข้อ 1 ให้เป็นเชิงพฤติกรรม - ใส่ระดับการประเมินในใบประเมินความรุนแรงของปัญหา (น้อยที่สุด - มากที่สุด) ไว้ในรูปภาพ
8	ที่ตักวิเศษ	- เพิ่มแนวคิดอ้างอิงในสาระสำคัญ - ใส่ระดับประเมินในใบประเมินความอดทน (1,2,3,4,5) ไว้ใต้รูปภาพ
9	สานต่อจิ๊กซอว์	- เพิ่มแนวคิดอ้างอิงในสาระสำคัญ - ใส่ระดับการประเมินในใบประเมินความรุนแรงของปัญหา (น้อยที่สุด - มากที่สุด) ไว้ในรูปภาพ - ใส่ระดับประเมินในใบประเมินความอดทน (1,2,3,4,5) ไว้ใต้รูปภาพ
10	จุดหมายปลายทาง	- เพิ่มแนวคิดอ้างอิงในสาระสำคัญ - ควรมีตัวอย่างอธิบายสัญลักษณ์อาชีพ - ปรับจากกิจกรรมเดี่ยวเป็นกิจกรรมแบบกลุ่ม เนื่องจากกิจกรรมเดี่ยวไม่สามารถประเมินความรับผิดชอบได้
11	ย้ายที่ถิ่นฐาน	- เพิ่มแนวคิดอ้างอิงในสาระสำคัญ
12	ปัจฉิมนิเทศ	- ปรับจากกิจกรรมเดี่ยวเป็นกิจกรรมแบบกลุ่ม

ภาคผนวก จ
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

<u>การหาความเที่ยงของแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยการค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคเอลฟา</u>

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	112	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	112	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

ทั้งฉบับ

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.854	40

มิติที่ 1 การควบคุม

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.709	10

มิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.737	10

มิติที่ 3 การกระจายตัวของปัญหา

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.746	10

มิติที่ 4 ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.820	10

รณ์มหาวิทยาลัย
KORN UNIVERSITY

<u>ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลอง ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (One-Way Repeated Measures ANOVA)</u>

ทั้งฉบับ

Descriptive

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
ก่อนการทดลอง	30	3.5817	.13988	.02554	3.5294	3.6339	3.35	3.83
หลังการทดลอง	30	3.9617	.22232	.04059	3.8786	4.0447	3.68	4.38
ติดตามผล	30	3.9092	.18587	.03393	3.8398	3.9786	3.60	4.40

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2.544	2	1.272	36.857	.000
Within Groups	3.003	87	.035		
Total	5.547	89			

Multiple Comparisons

Scheffe

(I) Group	(J) Group	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	-.38000*	.04797	.000	-.4995	-.2605
	ติดตามผล	-.32750*	.04797	.000	-.4470	-.2080
หลังการทดลอง	ก่อนการทดลอง	.38000*	.04797	.000	.2605	.4995
	ติดตามผล	.05250	.04797	.552	-.0670	.1720
ติดตามผล	ก่อนการทดลอง	.32750*	.04797	.000	.2080	.4470
	หลังการทดลอง	-.05250	.04797	.552	-.1720	.0670

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

มิติที่ 1 การควบคุม

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
ก่อนทดลอง	30	3.6533	.29330	.05355	3.5438	3.7629	3.00	4.10
หลังทดลอง	30	3.9800	.33466	.06110	3.8550	4.1050	3.30	4.80
ติดตามผล	30	4.0200	.30445	.05558	3.9063	4.1337	3.50	4.80
Total	90	3.8844	.34929	.03682	3.8113	3.9576	3.00	4.80

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2.428	2	1.214	12.526	.000
Within Groups	8.431	87	.097		
Total	10.858	89			

Multiple Comparisons

Scheffe

(I) group	(J) group	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	-.32667*	.08038	.001	-.5268	-.1265
	ติดตามผล	-.36667*	.08038	.000	-.5668	-.1665
หลังทดลอง	ก่อนทดลอง	.32667*	.08038	.001	.1265	.5268
	ติดตามผล	-.04000	.08038	.884	-.2402	.1602
ติดตามผล	ก่อนทดลอง	.36667*	.08038	.000	.1665	.5668
	หลังทดลอง	.04000	.08038	.884	-.1602	.2402

มิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
ก่อนทดลอง	30	3.6200	.22345	.04080	3.5366	3.7034	3.10	4.00
หลังทดลอง	30	3.9567	.39101	.07139	3.8107	4.1027	3.20	4.60
ติดตามผล	30	3.9433	.43206	.07888	3.7820	4.1047	2.90	4.90
Total	90	3.8400	.38912	.04102	3.7585	3.9215	2.90	4.90

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2.181	2	1.090	8.398	.000
Within Groups	11.295	87	.130		
Total	13.476	89			

Multiple Comparisons

Scheffe

(I) group	(J) group	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	-.33667*	.09303	.002	-.5684	-.1050
	ติดตามผล	-.32333*	.09303	.003	-.5550	-.0916
หลังทดลอง	ก่อนทดลอง	.33667*	.09303	.002	.1050	.5684
	ติดตามผล	.01333	.09303	.990	-.2184	.2450
ติดตามผล	ก่อนทดลอง	.32333*	.09303	.003	.0916	.5550
	หลังทดลอง	-.01333	.09303	.990	-.2450	.2184

มิติที่ 3 การกระจายตัวของปัญหา

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
ก่อนทดลอง	30	3.2100	.24824	.04532	3.1173	3.3027	2.70	3.70
หลังทดลอง	30	3.6733	.29235	.05338	3.5642	3.7825	3.00	4.10
ติดตามผล	30	3.5300	.26929	.04917	3.4294	3.6306	3.00	4.10
Total	90	3.4711	.33090	.03488	3.4018	3.5404	2.70	4.10

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	3.376	2	1.688	23.061	.000
Within Groups	6.369	87	.073		
Total	9.745	89			

Multiple Comparisons

Scheffe

(I) group	(J) group	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	-.46333*	.06986	.000	-.6373	-.2894
	ติดตามผล	-.32000*	.06986	.000	-.4940	-.1460
หลังทดลอง	ก่อนทดลอง	.46333*	.06986	.000	.2894	.6373
	ติดตามผล	.14333	.06986	.128	-.0306	.3173
ติดตามผล	ก่อนทดลอง	.32000*	.06986	.000	.1460	.4940
	หลังทดลอง	-.14333	.06986	.128	-.3173	.0306

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

มิติที่ 4 ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
ก่อนทดลอง	30	3.8433	.38118	.06959	3.7010	3.9857	2.90	4.60
หลังทดลอง	30	4.2233	.28123	.05135	4.1183	4.3283	3.60	4.80
ติดตามผล	30	4.1433	.24731	.04515	4.0510	4.2357	3.60	4.60
Total	90	4.0700	.34656	.03653	3.9974	4.1426	2.90	4.80

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2.408	2	1.204	12.649	.000
Within Groups	8.281	87	.095		
Total	10.689	89			

Multiple Comparisons

Scheffe

(I) group	(J) group	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	-.38000*	.07966	.000	-.5784	-.1816
	ติดตามผล	-.30000*	.07966	.001	-.4984	-.1016
หลังทดลอง	ก่อนทดลอง	.38000*	.07966	.000	.1816	.5784
	ติดตามผล	.08000	.07966	.606	-.1184	.2784
ติดตามผล	ก่อนทดลอง	.30000*	.07966	.001	.1016	.4984
	หลังทดลอง	-.08000	.07966	.606	-.2784	.1184

<u>การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยการทดสอบค่าที (Independence t-test)</u>

ทั้งฉบับ

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	หลัง กลุ่มทดลอง	3.9450	30	.22152	.04044
	หลัง กลุ่มควบคุม	3.4250	30	.44407	.08108
Pair 2	ติดตามผล ทดลอง	3.9092	30	.18587	.03393
	ติดตามผล ควบคุม	3.4200	30	.43936	.08022

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	หลัง กลุ่มทดลอง - หลัง กลุ่มควบคุม	.52000	.52277	.09545	.32479	.71521	5.448	29	.000
Pair 2	ติดตามผล ทดลอง - ติดตามผล ควบคุม	.48917	.50063	.09140	.30223	.67611	5.352	29	.000

มิติที่ 1 การควบคุม

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	หลัง ทดลอง	3.9800	30	.33466	.06110
	หลัง ควบคุม	3.5967	30	.51828	.09462
Pair 2	ติดตามผล ทดลอง	4.0200	30	.30445	.05558
	ติดตามผล ควบคุม	3.6233	30	.47028	.08586

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	หลัง ทดลอง – หลัง ควบคุม	.38333	.67215	.12272	.13235	.63432	3.124	29	.004
Pair 2	ติดตามผล ทดลอง - ติดตามผล ควบคุม	.39667	.55241	.10086	.19039	.60294	3.933	29	.000

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

มิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	หลัง ทดลอง	3.9767	30	.39277	.07171
	หลัง ควบคุม	3.3800	30	.59097	.10790
Pair 2	ติดตามผล ทดลอง	3.5300	30	.26929	.04917
	ติดตามผล ควบคุม	3.5567	30	.44154	.08061

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	หลัง ทดลอง – หลัง ควบคุม	.59667	.76134	.13900	.31238	.88096	4.293	29	.000
Pair 2	ติดตามผล ทดลอง - ติดตามผล ควบคุม	-.02667	.51524	.09407	-.21906	.16573	-.283	29	.779

มิติที่ 3 การกระจายตัวของปัญหา

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	หลัง ทดลอง	3.6667	30	.28927	.05281
	หลัง ควบคุม	3.1733	30	.37226	.06796
Pair 2	ติดตามผล ทดลอง	3.5300	30	.26929	.04917
	ติดตามผล ควบคุม	3.1767	30	.36642	.06690

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	หลัง ทดลอง – หลัง ควบคุม	.49333	.48490	.08853	.31227	.67440	5.573	29	.000
Pair 2	ติดตามผล ทดลอง - ติดตามผล ควบคุม	.35333	.50701	.09257	.16401	.54265	3.817	29	.001

มิติที่ 4 ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหา

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	หลัง ทดลอง	4.2233	30	.28123	.05135
	หลัง ควบคุม	3.5833	30	.61312	.11194
Pair 2	ติดตามผล ทดลอง	4.1433	30	.24731	.04515
	ติดตามผล ควบคุม	3.5333	30	.65513	.11961

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	หลัง ทดลอง – หลัง ควบคุม	.64000	.69162	.12627	.38174	.89826	5.068	29	.000
Pair 2	ติดตามผล ทดลอง - ติดตามผล ควบคุม	.61000	.70825	.12931	.34553	.87447	4.717	29	.000

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	วรัฐา นพพรเจริญกุล
วุฒิการศึกษา	ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต ภาควิชาคอมพิวเตอร์ สาขาเทคโนโลยีสารสนเทศ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ในปีการศึกษา 2558
ผลงานตีพิมพ์	1. วรัฐา นพพรเจริญกุล และปิยวรรณ วิเศษสุวรรณภูมิ. (2019). โปรแกรมการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตสำหรับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5. ประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 13 ความพลิกผันของศาสตร์มนุษย์ในสังคมยุคดิจิทัล, คณะมนุษย์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. 2. วรัฐา นพพรเจริญกุล และสุจิตรา อดุลย์เกษม. (2561). ผลของการใช้แรงเสริมทางบวกที่ส่งผลต่อการเพิ่มพฤติกรรมความรับผิดชอบการส่งงานของนักศึกษา. Veridian E-Journal, Silpakorn University, 11(1), 952-970. 3. วรัฐา นพพรเจริญกุล ณัฐปภัสร์ ทวีศิริเวทย์ และสุจิตรา อดุลย์เกษม. (2560). การประมาณงบประมาณการดำเนินธุรกิจการซื้อขายกุ้ง. Veridian E-Journal Science and Technology Silpakorn University, 4(6), 167-180. 4. สุจิตรา อดุลย์เกษม และวรัฐา นพพรเจริญกุล. (2560). ระบบฐานข้อมูล. กรุงเทพฯ: ท็อป.

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY