

การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค  
ในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย  
มิถุนายน 2556

การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค  
ในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

มิถุนายน 2556

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค  
ในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย  
มิถุนายน 2556

จินดา หน้าเจริญ. (2556). การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการ  
เผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย.  
ปริญญาโท กศ.ด. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย  
ศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: อาจารย์ ดร.สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์,  
อาจารย์ ดร.สุภาพร ณะชานันท์, อาจารย์ ดร.สุวิมล กฤษณฤทธิกุล.

วัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้ เป็นการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้าง  
ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย  
ศึกษาประสิทธิผลของการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค  
ในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย และการเปรียบเทียบผลก่อนการ  
ทดลอง หลังการทดลองทันที และหลังการทดลอง 1 เดือน มีการดำเนินงานเป็น 4 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 ศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็นโดย 1) ศึกษาและ  
วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการฝึกสอนของนักศึกษา 2) ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีเพื่อเป็นฐานของการ  
พัฒนารูปแบบ 3) ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมเพื่อเป็นหลักในการ  
ออกแบบ ทำให้ได้ข้อมูลองค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค และลักษณะสำคัญ  
ของรูปแบบการฝึกอบรมแบบ LOVE

ระยะที่ 2 การออกแบบและพัฒนารูปแบบการฝึกอบรม โดยการสร้างรูปแบบการฝึกอบรม  
ตามขั้นตอน LOVE ประเมินคุณภาพของรูปแบบการฝึกอบรม โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน มีค่า  
ความคิดเห็นเฉลี่ยเท่ากับ 4.52 ทำการศึกษานำร่องรูปแบบการฝึกอบรม LOVE กับนักศึกษา  
สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี จำนวน 32 คน ประเมินผลก่อนและ  
หลังการฝึกอบรมด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน มีค่าความ  
เชื่อมั่น (Reliability) เท่ากับ 0.79

ระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม LOVE ใช้แบบแผนการทดลอง One- Group  
Pretest-Posttest Design กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏ  
สุราษฎร์ธานี จำนวน 39 คน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ t-test for Dependent Sample และ  
วิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of variance: ANOVA) วัดประเมินผลก่อนการฝึกอบรม หลัง  
การฝึกอบรมทันที และหลังการฝึกอบรม 1 เดือน

ระยะที่ 4 การประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม ด้วยแบบวัดความสามารถใน  
การเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน และพิจารณาทบทวนรูปแบบการฝึกอบรม LOVE เพื่อให้มี  
ความเหมาะสมในการนำไปใช้ด้วยการกำกับ ติดตาม และให้คำแนะนำปรึกษา (Mentoring) เป็น  
ระยะอย่างสม่ำเสมอ ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยการสังเกต สันทนาซักถาม และบันทึกข้อมูล ทำการ  
ขยายผลการใช้รูปแบบการฝึกอบรม LOVE โดยผู้ใช้เป็นอาจารย์สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยที่มี

ความสนใจในรูปแบบการฝึกอบรม กับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏ  
บุรีรัมย์ 2 กลุ่ม จำนวน 31 คน ประเมินผลก่อนการฝึกอบรมและหลังการฝึกอบรมทันที

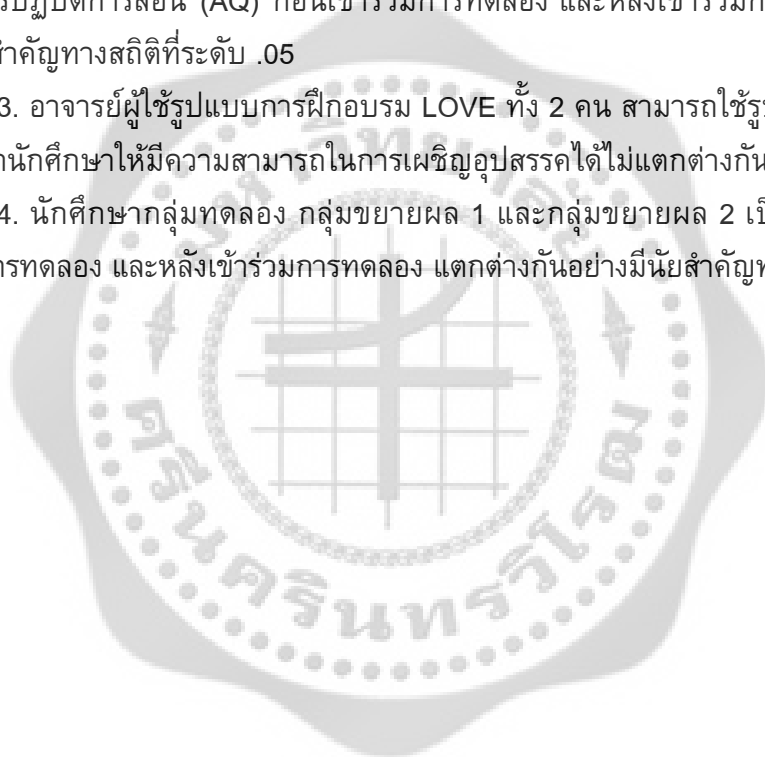
การศึกษาค้นคว้าใช้รูปแบบการฝึกอบรม LOVE ปรากฏผลดังนี้

1. นักศึกษากลุ่มทดลอง เป็นผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติ  
การสอน (AQ) ก่อนเข้าร่วมการทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง และติดตามผล แตกต่างกันอย่างมี  
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายคู่ พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญ  
อุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลองและระยะติดตามผลสูง  
กว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. นักศึกษากลุ่มขยายผล 1 และกลุ่มขยายผล 2 เป็นผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญ  
อุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง แตกต่าง  
กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. อาจารย์ผู้ใช้รูปแบบการฝึกอบรม LOVE ทั้ง 2 คน สามารถใช้รูปแบบการฝึกอบรม  
ได้ดีและพัฒนาให้นักศึกษาให้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคได้ไม่แตกต่างกัน

4. นักศึกษากลุ่มทดลอง กลุ่มขยายผล 1 และกลุ่มขยายผล 2 เป็นผู้ที่มีจิตลักษณะ  
ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



THE DEVELOPMENT OF TRAINING MODEL ON ADVERSITY QUOTIENT FOR  
EARLY CHILDHOOD STUDENT-TEACHERS



Presented in partial fulfillment of the requirements for the  
Doctor of Education degree in Early Childhood Education  
at Srinakharinwirot University

June 2013

Jinda Nacharoen. (2013). **The Development of Training Model on Adversity Quotient for Early Childhood Student-Teachers**. Dissertation, Ed.D. (Early Childhood Education). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Dr. Suchinda Kajonrunsilp, Dr. Supaporn Tanachanan, Dr. Suwimon Kritkharuehart.

This research aimed to develop a training model on adversity quotient for early childhood student-teachers. It also studied the effectiveness of using the training model to improve students' ability to face adversity while practicing teaching as early childhood student-teachers. The results of the pre-experiment test, post-experiment test and one-month after the experiment test were compared. The operation of experiment was divided into 4 phases.

Phase 1 is the stage of needs assessment involving the following: 1) Problems from students' practice teaching were studied and analyzed. 2) concepts and theories were studied to use as a framework to develop the model. 3) concepts, theories and related training research were incorporated for the design to acquire the components of the ability to face adversity and the main characteristics of the training model LOVE.

Phase 2 involved the design and development of the "LOVE" training model. The training model is assessed for quality by 5 experts. The average score was 4.52. The model was piloted with 32 students majoring in early childhood education at Rajabhat Suratthani University. The students in the pilot group were assessed their ability to face obstacle while practice teaching before and after the training. The reliability score is 0.79.

Phase 3 involved the training of using the "LOVE" training model in One-Group Pretest-Posttest Design. The sample are 39 students majoring in early childhood education at Rajabhat Suratthani University. The statistics used to analyze data were t-test for Dependent Sample and ANOVA. There were pretest and posttest before and after the training as well as one month after training.

Phase 4 included evaluation and implementation of the training model, measurement of the ability to face adversity while teaching, review of the pattern of the training model "LOVE" so that it will be appropriately used to operate follow up and give constant monitoring, data collection by observing, questioning and interviewing and data recording. The implementation of "LOVE", consisted of two groups: 2 instructors and 31

students in the field of early childhood education at Rajabhat Buriram University. The students took the pretest and posttest before and after the training.

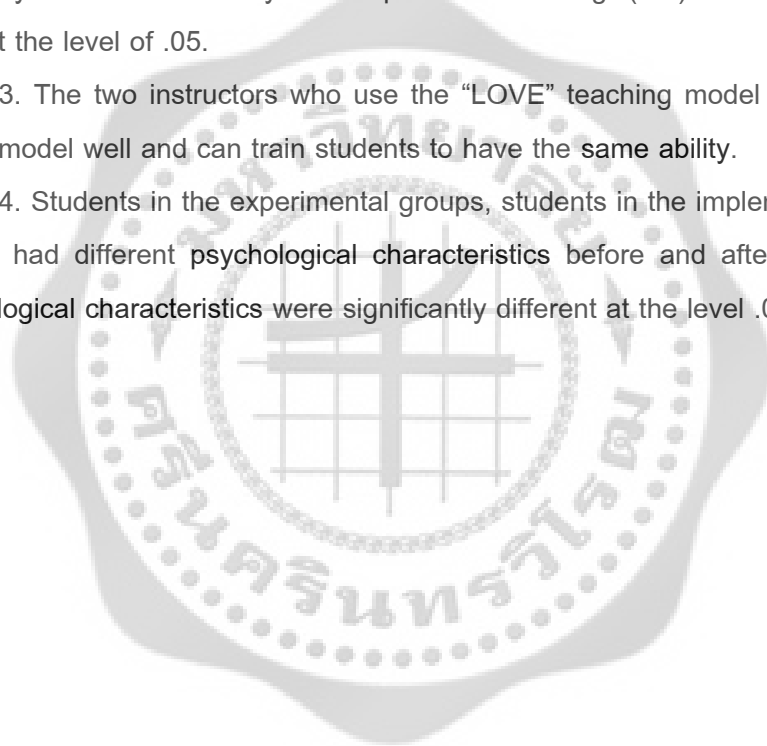
Results of the implementation training of “LOVE” were the following.

1. Students in the experimental group had different ability to face adversity while practice teaching (AQ) before, after and during the follow up in the experiment. There ability was significantly different at .05. The ability to face adversity when practice teaching after the experiment and during the follow up was higher than that of before the experiment. The difference was significant at the level of .05.

2. Students in the implementation group 1 and group 2 had significantly different ability to face adversity while practice teaching (AQ) before and after the experiment at the level of .05.

3. The two instructors who use the “LOVE” teaching model were able to use the teaching model well and can train students to have the same ability.

4. Students in the experimental groups, students in the implementation group 1 and group 2 had different psychological characteristics before and after the experiment. Their psychological characteristics were significantly different at the level .05.





ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค  
ในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

ของ

จินดา น้ำเจริญ

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ปริญญาการศึกษาดุฎิบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย  
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. 2556

คณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ประธาน

.....ประธาน

(อาจารย์ ดร.สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์)

(รองศาสตราจารย์ ดร.พัชรี ผลโยธิน)

.....กรรมการ

.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร.สุวิมล กฤษชฤตยาพันธ์)

(อาจารย์ ดร.สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์)

.....กรรมการ

.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร.สุภาพร ธนะชานันท์)

(อาจารย์ ดร.สุวิมล กฤษชฤตยาพันธ์)

.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร.สุภาพร ธนะชานันท์)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สิริมา ภิญโญอนันตพงษ์)

## ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาของอาจารย์ ดร.สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์ ประธานคณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ อาจารย์ ดร.สุวิมล กฤษศยาสา และอาจารย์ ดร.สุภาพร ณะชานันท์ คณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ กรุณาให้คำปรึกษาและข้อแนะนำ ตลอดจนการตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ เป็นอย่างดียิ่ง ขอกราบขอบพระคุณ รศ.ดร.พัชรี ผลโยธิน และรศ.ดร.สิริมา ภิญโญอนันตพงษ์ กรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์ที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ทำให้ปริญญานิพนธ์นี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น และขอกราบขอบพระคุณ รศ.ดร.กุลยา ตันติผลาชีวะ อาจารย์ ดร.พัฒนา ชัชพงศ์ รศ.ดร.เยาวพา เตชะคุปต์ และ รศ.ดร.นิตยา สุขเสรีทรัพย์ ที่ได้กรุณาประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้ด้วยความรักและปรารถนาให้ลูกศิษย์เป็นนักวิชาการด้าน การศึกษาปฐมวัยอย่างสมเกียรติสมศักดิ์ศรี ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รศ.ดร.อำนาจ เดชชัยศรี ผศ.ดร.อภิสิทธิ์พร สถิตย์ภาคีกุล ผศ.ดร. วัฒนา มัคคสมัน ผศ.ดร.ฐิติพร พิชญกุล ดร.ทรงศรี ตุ่นทอง ดร.สุमितตรา เจิมพันธ์ ดร.เกรียงศักดิ์ สังข์ชัย ดร.ชฎาภา ประเสริฐทรง ดร.สุทธาภา ไชติประดิษฐ์ ดร.สุภัทรา คงเรือง ดร.เบญจพร วรรณูปถัมภ์ ผศ.ชิตาพร เอี่ยมสะอาด ศน.จิรพรรณ นิสสภา อาจารย์อดุลย์ ปัญญา และอาจารย์ บำเพ็ญ การพานิชย์ ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบประเมินรูปแบบ ปรับปรุงคุณภาพเครื่องมือวิจัย และให้ คำปรึกษาแนะนำทางวิชาการเป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณ ผศ.วิไลวรรณ ศิริเมฆา อาจารย์วิภารัตน์ อิมรัมย์ ผู้อำนวยการจันทร์เพ็ญ จินตกุล คณาจารย์และนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี และมหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ คุณครูกัญญาวดี นิลเพชร คุณครูนิรพันธ์ ชัยโรจน์ ที่ให้ความ อนุเคราะห์สนับสนุนในการทำวิจัยให้สำเร็จลงด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อ คุณแม่ คุณอาบุญสม น้ำเจริญ คุณรัตนาภรณ์ พาดพิมพ์ และครอบครัว คุณอรุณชัย พี่ชวณิชย์และครอบครัว ศน.สมบูรณ์ เย็นจิตร ศน.สุภัคญาณี สุขสำราญ คุณครูวารุณี ดำรงค์วงศ์ อาจารย์สมจิตต์ สุวรรณวงศ์ คุณอภิสิทธิ์พร กิตติพิรพัฒน์ คุณชลชินี เวศกิจกุล คุณสุวรรณา ไชคประจักษ์ชัด คุณมณีนุช ทรงปรีชากุล ทุกๆ ครอบครัวที่สร้างกำลังใจและเป็นแรงผลักดันให้สามารถฟันฝ่าอุปสรรคในการทำวิจัยได้สำเร็จลุล่วงอย่างเต็มภาคภูมิ ขอขอบคุณ เพื่อนนิสิตปริญญานอกสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย พี่ๆ น้องๆ ทุกคนที่มีได้เขียนนาม ณ ที่นี้ ที่ให้ กำลังใจช่วยเหลือด้วยดีเสมอมา

จินดา น้ำเจริญ

## สารบัญ

บทที่	หน้า
<b>1 บทนำ</b> .....	1
ภูมิหลัง.....	1
คำถามการวิจัย.....	8
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	8
ความสำคัญของการวิจัย.....	8
ขอบเขตของการวิจัย.....	9
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย.....	9
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	10
ตัวแปรที่ศึกษา.....	11
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	11
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	13
สมมติฐานในการวิจัย.....	15
<b>2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b> .....	17
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค.....	18
แนวคิดความสามารถในการเผชิญอุปสรรค.....	18
ความหมายของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค.....	22
ความสำคัญของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค.....	22
ความสัมพันธ์ของความสามารถในการเผชิญอุปสรรคกับทฤษฎีต้นไม้อัจริยธรรม..	24
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค.....	31
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎี แนวคิดพื้นฐานในการพัฒนารูปแบบ การฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค.....	34
หลักอิทธิบาท 4.....	34
แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา.....	36
แนวคิดการมองโลกในแง่ดี.....	38
แนวคิดการเสริมพลังการทำงาน.....	43
แนวคิดการสะท้อนความคิด.....	47
ทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง.....	51

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
<b>2 (ต่อ)</b>	
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรม.....	56
ความหมายของการฝึกอบรม.....	56
ความสำคัญของการฝึกอบรม.....	56
เทคนิคในการฝึกอบรม.....	56
การเรียนรู้ของผู้ใหญ่.....	60
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรม.....	61
<b>3 วิธีดำเนินการวิจัย.....</b>	<b>63</b>
ระยะการดำเนินงานวิจัย.....	63
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	66
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	68
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	68
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	86
<b>4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....</b>	<b>87</b>
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	87
ผลการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น.....	87
ผลการออกแบบและพัฒนารูปแบบการฝึกอบรม.....	89
ผลการทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม.....	95
ผลการประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม.....	97
<b>5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....</b>	<b>101</b>
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	101
ขอบเขตของการวิจัย.....	101
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	104
วิธีดำเนินการวิจัย.....	104
สรุปผลการวิจัย.....	108
อภิปรายผล.....	112

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 (ต่อ)	
ข้อสังเกตที่ได้จากการวิจัย.....	148
ข้อเสนอแนะจากการวิจัย.....	149
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	152
บรรณานุกรม.....	153
ภาคผนวก.....	165
ภาคผนวก ก.....	166
ภาคผนวก ข.....	197
ภาคผนวก ค.....	215
ภาคผนวก ง.....	218
ภาคผนวก จ.....	220
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	223



## บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงความสอดคล้องระหว่างองค์ประกอบของรูปแบบที่สร้างขึ้นกับทฤษฎี หลักการ และแนวคิด.....	72
2 แบบแผนการทดลอง.....	84
3 แสดงการสอบวัดและการจัดกระทำกับกลุ่มทดลอง.....	84
4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเหมาะสมของรูปแบบการฝึกอบรม ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ.....	91
5 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มศึกษานำร่อง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง...	94
6 การเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มศึกษานำร่อง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง.....	95
7 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง และระยะ ติดตามผล.....	96
8 การเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลัง เข้าร่วมการทดลอง.....	97
9 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 1 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง.....	98
10 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 2 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง.....	98
11 การเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 1 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และ หลังเข้าร่วมการทดลอง.....	99
12 การเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 2 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และ หลังเข้าร่วมการทดลอง.....	100

## บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	15
2 ความสัมพันธ์ระหว่างวิทยาศาสตร์ 3 สาขาที่เป็นพื้นฐานของ AQ.....	19
3 การตอบสนองต่อความยากลำบาก อุปสรรค หรือความล้มเหลว.....	20
4 ต้นไม้แห่งความสำเร็จ.....	25
5 ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม แสดงจิตลักษณะพื้นฐาน และองค์ประกอบทางจิตใจของ พฤติกรรมคนดี คนเก่ง.....	27
6 ความสัมพันธ์ของความสามารถในการเผชิญอุปสรรคกับทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม.....	31
7 การสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎีพื้นฐานที่เกี่ยวข้อง.....	55
8 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย.....	65



# บทที่ 1

## บทนำ

### ภูมิหลัง

พระราโชวาทในสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี พิธีพระราชทานปริญญาบัตรแก่ผู้สำเร็จการศึกษาจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย วันพฤหัสบดีที่ 8 กรกฎาคม 2553 ณ หอประชุมจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พระองค์ดำรัสว่า ปัจจุบันสถานการณ์ต่างๆ ทั้งของบ้านเมืองและของโลกได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดปัญหาและส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตความเป็นอยู่โดยไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ บัณฑิตในฐานะที่เป็นผู้มีความรู้ความคิด ต้องไม่ยอมให้ปัญหาเหล่านั้นมาเป็นอุปสรรคขัดขวางความเจริญก้าวหน้าในชีวิตและกิจการงานของตน บัณฑิตต้องพิจารณาปัญหาต่างๆ ด้วยจิตใจที่เที่ยงตรงเป็นกลาง ใช้ความรู้ ความคิด ความสามารถที่มีในการแก้ไขปัญหา ก้าวพ้นอุปสรรค และบรรลุถึงความสุขความเจริญได้ดังที่มุ่งหวัง จากพระราโชวาทอันทรงคุณค่านี้สะท้อนให้เห็นว่าปัญหาและอุปสรรคมีมากมายเกิดได้ทุกหนแห่ง เป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนต้องเผชิญและการที่จะเอาชนะปัญหาอุปสรรคในชีวิตและการทำงานได้บุคคลผู้นั้นจะต้องมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคจึงจะทำให้ชีวิตมีความสุข (สำนักราชเลขาธิการ. 2553: ไม่ปรากฏเลขหน้า)

ในสภาวะสังคมปัจจุบันที่เต็มไปด้วยวิกฤติต่างๆ การที่มนุษย์มีเพียง ไอคิว (IQ) หรือความฉลาดทางปัญญา (Intelligence Quotient) และ อีคิว (EQ) หรือความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) ไม่สามารถทำให้อยู่รอดอย่างผู้ประสบความสำเร็จได้ สโตลทซ์ (Stoltz) นักจิตวิทยาชาวอเมริกันผู้ที่ทำการศึกษาและเผยแพร่เกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ) มีความเชื่อว่า มนุษย์ต้องมีความอดทน ความเป็นนักสู้ เมื่อมนุษย์ต้องเผชิญปัญหาของชีวิตจะมีรูปแบบการตอบสนองต่อปัญหาที่แตกต่างกัน บุคคลที่สามารถจัดการกับความทุกข์ได้อย่างมีประสิทธิภาพจะประสบความสำเร็จในชีวิตและการทำงาน (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. 2552: 2) การที่บุคคลจะประสบความสำเร็จในชีวิตและการทำงานได้นั้นจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เป้าหมายของการพัฒนาบุคคล คือ การปลูกฝังให้เป็นผู้ที่มีความสุข เก่ง และดี ลงไปสู่ระดับจิตใจ โดยความสุขเป็นพื้นฐานของชีวิตในการพัฒนาคนให้มีความเก่งมากขึ้น อยากทำความดีมากขึ้น และสามารถที่จะอดทนต่อปัญหาเพื่อเอาชนะอุปสรรคได้มากขึ้น การเสริมสร้างให้มีความเก่ง ดี มีสุข อยู่ยาวนานได้นั้นจำเป็นต้องมี เอคิว (AQ) หรือความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (วิทยา นาควัชระ. 2544: 7-8)

ทั้งนี้จะเห็นว่าสอดคล้องกับรายงานการวิจัยองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะของคนไทยที่พึงประสงค์เรื่องความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ที่ดำเนินงานวิจัยโดย วิเชียร เกตุสิงห์ และคณะ ซึ่งอ้างถึงงานวิจัยของเซลิแกนแมน (Seligman) พบว่า ผู้ป่วยที่สามารถเผชิญกับโรคร้ายโดย



ใช้ชีวิตอยู่ด้วยการมองโลกในแง่ดี และตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตอย่างสร้างสรรค์จะมีชีวิตที่ยืนยาวมากกว่าผู้ที่ท้อแท้ จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและเอกสารงานวิจัย ผลการศึกษาพบว่า วิธีการตอบสนองต่อภาวะวิกฤติและปัญหาความทุกข์ยากของมนุษย์เกิดจากการหล่อหลอม โดยผ่านอิทธิพลของพ่อแม่ ครู เพื่อน และบุคคลสำคัญในช่วงวัยเด็ก การเรียนรู้ว่าตนไร้ความสามารถเป็นสาเหตุทำให้บุคคลยอมแพ้ต่อปัญหาและอุปสรรค คนที่มองโลกในแง่ดีจะมีการตอบสนองต่อปัญหาอุปสรรคแตกต่างจากคนที่มองโลกในแง่ร้าย มีความสามารถในการปฏิบัติงานได้ดีกว่า ทำงานได้ทนและนานกว่า และสามารถปรับปรุงวิธีที่จะตอบสนองต่อวิกฤติให้ดีขึ้นได้ (Stoltz, 1997: 58-60) และจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ พบแนวคิดที่สอดคล้องกัน กล่าวคือ ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ช่วยให้มนุษย์ใช้ชีวิตอย่างสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการอบรมเลี้ยงดู ความสัมพันธ์ในครอบครัว บุคลิกภาพ เซวาน์อาร์มอนด์ มีผลการปฏิบัติงานที่ดี มีความสำเร็จในอาชีพ รวมทั้งยังสามารถเพิ่มระดับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคได้จากการฝึกฝนและการได้รับการฝึกอบรม (เกษร ภูมิดี, 2546: 90-93; วันเพ็ญ สมภพรุ่งโรจน์, 2547: 144-150; อนันต์ นวลใหม่, 2549: 102-103; สุภา อภิญญาภิบาล, 2550: 83; ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์; และจิตติมา วัฒนโสภาศิริ, 2550: (1); ภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง, 2551: 54-59; และณัฐนันท์ เนตรทิพย์, 2552: 104-105)

ในปัจจุบันได้มีการศึกษาวิจัยเพื่อสร้างและพัฒนามาตรวัด เอคิว (AQ) ให้เป็นแบบทดสอบมาตรฐานที่สามารถนำไปใช้กับเด็กได้ในแต่ละช่วงชั้นการศึกษาและหาเกณฑ์ปกติวิสัยที่เป็นมาตรฐานของคนไทย โดยคำนึงถึงแนวคิดของสตอลทซ์ เกี่ยวกับธรรมชาติของการพัฒนาสมองด้าน เอคิว (AQ) การนำมาตรวัดไปใช้ในการประเมินตัวเด็กทำให้ทราบระดับของ เอคิว (AQ) ที่เด็กมี และเพื่อช่วยพัฒนาให้เด็กมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (AQ) เพิ่มมากขึ้น อันจะมีส่วนช่วยให้เด็กสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่สามารถฝ่าวิกฤติทั้งในระดับบุคคล ทางอาชีพ และสังคม จนกระทั่งประสบความสำเร็จในชีวิต

การที่บุคคลจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้นั้นจะต้องได้รับการศึกษา รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2550 มาตรา 80 บัญญัติไว้ว่า การพัฒนาคุณภาพและมาตรฐานการจัดการศึกษาในทุกๆระดับและทุกรูปแบบ ต้องกำหนดให้มีความสอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคม จัดให้มีแผนการศึกษาแห่งชาติ เพื่อพัฒนาการศึกษาของชาติ จัดให้มีการพัฒนาคุณภาพครูและบุคลากรทางการศึกษาให้ก้าวหน้าทันการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก (สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร, 2550: 23-24) และจากพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พุทธศักราช 2545 มาตรา 52 ได้กำหนดให้กระทรวงศึกษาธิการ ส่งเสริมให้มีระบบ กระบวนการผลิต การพัฒนาครุคณาจารย์ และบุคลากรทางการศึกษาให้มีคุณภาพและมาตรฐานที่เหมาะสมกับการเป็นวิชาชีพชั้นสูงโดยพัฒนาทั้งบุคลากรใหม่ และบุคลากรประจำการอย่างต่อเนื่อง (สำนักงานรับรองมาตรฐานและประเมินคุณภาพการศึกษา (องค์การมหาชน), 2547: 31-32)

การจัดการศึกษาตามแนวปฏิรูปการศึกษาในทศวรรษที่สอง (พุทธศักราช 2552-2561) รัฐบาลมุ่งเน้นให้คนไทยได้เรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างมีคุณภาพ โดยมีกรอบแนวทางการปฏิรูปการศึกษา 4 ประการคือ พัฒนาคุณภาพคนไทยยุคใหม่ พัฒนาคุณภาพครูยุคใหม่ พัฒนาคุณภาพสถานศึกษาและแหล่งเรียนรู้ยุคใหม่ พัฒนาคุณภาพการบริหารจัดการใหม่ และมีเป้าหมายว่าภายในปี 2561 จะมีการปฏิรูปการศึกษาและการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ เน้นการพัฒนาวิชาชีพครูให้เป็นวิชาชีพที่มีคุณค่า สามารถดึงดูดคนเก่ง ดี และมีใจรักมาเป็นครู คณาจารย์ได้อย่างยั่งยืน โดยมีมาตรการหลัก คือ ปรับระบบการผลิต การคัดสรรค่าตอบแทนและสวัสดิการ มีระบบการให้ทุนการศึกษาแก่ผู้เรียนดีที่มีใจรักมาเรียนครู และรับประกันบรรจุเป็นข้าราชการครูเมื่อสำเร็จการศึกษา หรือจัดให้นักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาไม่น้อยกว่า 1 ปี โดยให้ถือเป็นส่วนหนึ่งของมาตรฐานวิชาชีพครู ให้มีสถาบันอุดมศึกษาที่เน้นความเป็นเลิศด้านการผลิตครูวิจัยและพัฒนาเกี่ยวกับวิชาชีพครู รวมทั้งมีระบบประกันและรับรองคุณภาพมาตรฐานวิชาชีพครูและสถาบันผลิตครู (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2552: 12-19)

หลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต (หลักสูตร 5 ปี) สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ฉบับปรับปรุง พุทธศักราช 2549 มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี กำหนดให้นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ต้องเรียนรู้ตามโครงสร้างของหลักสูตรที่มหาวิทยาลัยกำหนด ซึ่งประกอบด้วย หมวดวิชาการศึกษาทั่วไป หมวดวิชาชีพครู หมวดวิชาเฉพาะด้าน และหมวดวิชาเลือกเสรี หลักสูตรครุศาสตร 5 ปี เป็นหลักสูตรที่เน้นผลลัพธ์โดยมุ่งพัฒนาปรีชาสามารถของนักศึกษาครูให้เป็นครูชั้นวิชาชีพที่มีความสามารถจัดการเรียนรู้ พัฒนาผู้เรียนตามความแตกต่างระหว่างบุคคล และสามารถพัฒนาตนเองให้ก้าวทันการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ดังนั้น การจัดการเรียนการสอนจึงยึดหลักการให้ผู้เรียนเรียนรู้จากสถานการณ์จริง โดยการผสมผสานภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติเข้าด้วยกัน การแก้ปัญหาและการสร้างองค์ความรู้โดยการเรียนรู้ผ่านกิจกรรม ฐานการเรียนรู้จากการทำงาน และฐานจากการเรียนรู้ด้วยการแก้ปัญหา การจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะและคุณลักษณะของความเป็นครู การจัดกิจกรรมพัฒนาเสริมทักษะ เพื่อให้ผู้เรียนมีจิตวิญญาณความเป็นครู นอกเหนือจากกระบวนการจัดการเรียนรู้ในแต่ละรายวิชา การฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู และปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา 1 ปี ที่เน้นผลลัพธ์ คือ ความรู้และปัญญาในการเป็นครูชั้นวิชาชีพ การเสริมสร้างบุคลิกภาพ ความตื่นตัวในการเรียนรู้และการแก้ปัญหา การทำงานเป็นทีม ความเป็นผู้นำ คุณธรรมจริยธรรมแห่งวิชาชีพครู และการดำเนินชีวิตด้วยปัญญา อีกทั้งมีการสนับสนุนและให้คำปรึกษา โดยการจัดกิจกรรมสนับสนุนส่งเสริมและพัฒนานักศึกษาครูเพื่อให้เกิดทักษะและคุณลักษณะที่พึงประสงค์ในด้านต่างๆ แต่เมื่อศึกษาในรายละเอียดของหลักสูตรพบว่า จะมีการจัดกิจกรรมเสริมให้กับนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 ส่วนในปีที่ 5 ระบุว่าไม่มีการจัดกิจกรรมเสริมเนื่องจากนักศึกษาออกปฏิบัติการสอนในโรงเรียน หรืออาจจัดกิจกรรมเสริมการจัดการเรียนรู้ตามความเหมาะสมเท่านั้น การที่นักศึกษาต้องฝึกปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาตามหลักสูตรปริญญาทางการศึกษาเป็นเวลาไม่น้อยกว่า 1 ปี และผ่านเกณฑ์การประเมินปฏิบัติการสอนตามหลักเกณฑ์วิธีการและเงื่อนไขที่คณะกรรมการคุรุสภากำหนด การปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา เป็นสิ่งสำคัญ

ของกระบวนการผลิตครู เพราะเป็นกระบวนการภาคปฏิบัติที่จะช่วยเสริมสร้างนักศึกษาให้เป็นผู้มีความรัก ความศรัทธาต่ออาชีพครู และมีความรู้ความสามารถที่จะปฏิบัติงานในหน้าที่ครูได้อย่างมีประสิทธิภาพ กระบวนการฝึกปฏิบัติต่างๆ ที่จะช่วยให้การผลิตครูมีคุณภาพที่พึงประสงค์ได้นั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องได้รับความร่วมมือ และความช่วยเหลือจากหน่วยงานผู้ใช้ครูอย่างจริงจัง เพราะหน่วยงานผู้ใช้ครูคือสถานที่ฝึกปฏิบัติ เป็นแหล่งต้นแบบที่จะให้นักศึกษาได้เรียนรู้จากสถานการณ์จริงควบคู่กับการเรียนรู้ภาคทฤษฎีจากมหาวิทยาลัยในทุกๆ ขั้นตอน การปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา 1 ปี นักศึกษาต้องทำงานในฐานะครูอยู่กับเด็กทั้งวัน ต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคต่างๆ จึงนับว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่งในการที่จะพัฒนาให้นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี. 2549: 9-27)

นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย เป็นผู้ที่ต้องปฏิบัติงานกับเด็กอายุระหว่าง 3-5 ปี ซึ่งโดยธรรมชาติของเด็กวัยนี้ เด็กจะซึมซับสิ่งที่อยู่ใกล้ตัว ทั้งนี้สภาพแวดล้อมการเรียนรู้ของเด็กจะหล่อหลอมเด็กให้เรียนรู้อย่างเป็นไปตามสภาพแวดล้อมที่เด็กเจริญเติบโต สภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่เปี่ยมด้วยวิถีการปฏิบัติที่มีคุณธรรมยอมเป็นแบบอย่างที่ดีสำหรับเด็ก ผู้ใหญ่ทุกคนที่อยู่รอบตัวเด็กจึงเป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่งต่อการเรียนรู้ของเด็ก (สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์. 2550: 1-2) และจากแนวคิดของ รูดอล์ฟ สไตเนอร์ (Rudolf Steiner) ที่กล่าวว่า เด็กในวัย 0-7 ปี เป็นวัยที่มีพัฒนาการทางกายอย่างมาก เด็กเรียนรู้จากการเลียนแบบ เพราะฉะนั้นสไตเนอร์จึงเน้นการที่ครูหรือผู้ใหญ่จะต้องมีพฤติกรรมที่เป็นตัวอย่างที่ดีของเด็กในการพูดและการกระทำ (อารี สันหนวี. 2550: 63)

การพัฒนาครู คณาจารย์ และบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาให้มีคุณภาพและมาตรฐานพบว่าส่วนใหญ่ใช้การฝึกอบรม เนื่องจากการฝึกอบรมเป็นกระบวนการพัฒนาความรู้ ประสบการณ์ ทักษะ ค่านิยม และคุณธรรม รวมถึงการเสริมสร้างทักษะความชำนาญเฉพาะด้านของบุคคล อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามความมุ่งหวังที่กำหนดไว้ และยังเป็นการจูงใจให้บุคคลปฏิบัติงานในหน้าที่ให้ดีขึ้น ในการฝึกอบรมต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล มีการนำสื่อประสมมาใช้ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง มีการเสริมแรงการเรียนรู้ไปที่ละขั้นตอนตามความสามารถ เนื้อหาที่นำมาใช้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมและวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีการทดลอง และปรับปรุงจนมีประสิทธิภาพ (ยุภาดี ปณะราช. 2551: 58) ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาคนทั้งระบบของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) กล่าวคือ การพัฒนาบุคคลต้องพัฒนาพร้อมกันทั้ง 3 ด้านคือ ด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ทั้ง 3 ด้านนี้เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อกันต้องพัฒนาไปด้วยกัน โดยพฤติกรรมที่ดีเป็นช่องทางให้จิตใจพัฒนา ช่วยให้ปัญญางอกงาม เกิดพฤติกรรมที่สร้างสรรค์เกื้อกูล (พระธรรมปิฎก. 2541: 244-250) อีกทั้งยังสอดคล้องกับหลักการพัฒนาบุคคลตามแนวทฤษฎีตันไม้อัจริยธรรมของ ดวงเดือน พันธมนาวิน ที่เน้นการพัฒนาจิตและพฤติกรรมไปพร้อมกัน แต่ในสัดส่วนที่ต่างกันตามวัย อายุน้อยสัดส่วนการพัฒนาจิตน้อยกว่าสัดส่วนในการพัฒนาพฤติกรรม พออายุมากการพัฒนาจิตมีสัดส่วนเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 80 และการพัฒนาพฤติกรรมลดลงเหลือร้อยละ 20 การพัฒนาตามสัดส่วนนี้ จะช่วยสร้างให้บุคคลเป็นคนดี เก่ง และมีความสุข โดยไม่ต้องให้ผู้อื่นหรือสิ่งอื่นมาควบคุมพฤติกรรม

การพัฒนาบุคคลให้มีพฤติกรรมที่น่าปรารถนา จะต้องพัฒนาจิตลักษณะ คือ คุณธรรม ค่านิยม จริยธรรม หรือทัศนคติ จิตลักษณะเหล่านี้ เป็นจิตลักษณะที่ทำหน้าที่กำหนดทิศทางของการเกิดพฤติกรรม แต่จิตลักษณะเหล่านี้มิได้มีพลังในการผลักดันให้เกิดพฤติกรรม จิตลักษณะที่มีพลังผลักดันให้เกิดพฤติกรรม คือ การมุ่งอนาคตและควบคุมตน ความเชื่ออำนาจในตน และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ดังนั้น ในการพัฒนาบุคคลจึงต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลด้านจิตลักษณะด้วย (จุจเดือน พันธุนานิน. 2551: 22-27; อ้างอิงจาก ดวงเดือน พันธุนานิน. 2548ข: ไม่ปรากฏเลขหน้า)

จากการที่ผู้วิจัยได้สอบถามสภาพปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ของนักศึกษาชั้นปีที่ 5 สาขาวิชาการศึกษาดุริยางค์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี เมื่อวันที่ 28 ตุลาคม 2553 ซึ่งได้ปฏิบัติการสอนในสถานศึกษามา 1 ภาคเรียนแล้ว มีผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน ทั้งหมด 40 คน เป็นเพศชาย 2 คน และเพศหญิง 38 คน นับถือศาสนาพุทธ 22 คน นับถือศาสนาอิสลาม 18 คน ในส่วนของสภาพที่เป็นปัญหาและอุปสรรคได้สอบถามสมรรถภาพด้านความรู้เกี่ยวกับเนื้อหาวิชาที่จะนำไปใช้ในการสอน ความรู้ในวิชาชีพครูที่จะนำไปปฏิบัติงานในหน้าที่ครู ความรอบรู้อื่นๆ ที่จะนำไปใช้ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข พบว่า ผู้ตอบร้อยละ 46 เลือกตอบสภาพที่เป็นปัญหาในระดับมาก สมรรถภาพด้านเทคนิควิธีเกี่ยวกับงานสอน งานกิจการนักเรียน งานธุรการ งานพัฒนาตนเอง และงานพัฒนาสังคม ผู้ตอบร้อยละ 38 เลือกตอบสภาพที่เป็นปัญหาในระดับปานกลาง สมรรถภาพด้านคุณลักษณะเกี่ยวกับบุคลิกภาพ เป็นลักษณะการแสดงออกให้เห็นถึงลักษณะประจำตัวของนักศึกษา ในด้านการสื่อสาร ลักษณะท่าทาง มนุษย์สัมพันธ์ และด้านคุณธรรม เป็นลักษณะการแสดงออกให้เห็นถึงคุณงามความดีของนักศึกษา ในเรื่องวินัย ขยัน อดทน ประหยัด ยุติธรรม เมตตากรุณา และความรักและศรัทธาต่อวิชาชีพครู เป็นลักษณะที่แสดงออกของนักศึกษาที่มีความชื่นชอบ ชื่นชมยินดี เชื่อถือและเลื่อมใสต่อวิชาชีพครู ผู้ตอบร้อยละ 40 เลือกตอบสภาพที่เป็นปัญหาในระดับมาก เรื่องงานอื่นๆ เช่น งานวิจัยปฏิบัติการในชั้นเรียน งานการศึกษารายกรณี การจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้และสื่อการสอน การจัดทำโครงการ ผู้ตอบร้อยละ 52 เลือกตอบสภาพที่เป็นปัญหาในระดับปานกลาง นอกจากนี้ยังพบว่า การที่นักศึกษาต้องปฏิบัติงานต่างๆ ตามที่ได้รับมอบหมายจากฝ่ายฝึกประสบการณ์ของมหาวิทยาลัยนั้นถือว่าเป็นภาระงานที่หนัก บางครั้งโรงเรียนที่นักศึกษาออกไปปฏิบัติการสอนอยู่ห่างจากบ้านพัก และแหล่งค้นคว้าหาความรู้เพื่อนำมาประกอบการทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย จึงทำให้นักศึกษาเกิดปัญหาและอุปสรรคในการทำงานเป็นอย่างมาก

จากการสัมภาษณ์ครูพี่เลี้ยงผู้ทำหน้าที่นิเทศนักศึกษาปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ปรุ้มวัย จำนวน 4 คน เมื่อวันที่ 28 ตุลาคม 2553 ซึ่งมาจากต่างโรงเรียนกันมีทั้งที่อยู่ใกล้มหาวิทยาลัย และที่อยู่ต่างอำเภอออกไป โดยมีประเด็นการสัมภาษณ์ในเรื่องความคิดเห็นเกี่ยวกับความสามารถของนักศึกษาในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน สรุปได้ว่า นักศึกษาจะเกิดปัญหามากเมื่อในห้องเรียนมีเด็กที่มีความบกพร่องพิเศษ หรือเด็กมีปัญหาเกี่ยวกับการขับถ่าย อาเจียน มีปัญหาเรื่องการควบคุมชั้นเรียน ไม่กล้าตัดสินใจ งานธุรการต่างๆ ทำได้พอควร การเขียนแผนการสอนพอทำได้ เทคนิคการสอนน้อย ประเด็นสัมภาษณ์เรื่องปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการ

พัฒนานักศึกษาให้เป็นผู้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน คือ ตัวนักศึกษา ครูพี่เลี้ยง และเพื่อน ส่วนประเด็นสัมภาษณ์เรื่องความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการพัฒนานักศึกษาให้เป็นผู้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน คือ ถ้านักศึกษาได้รับการฝึกที่ดีก็จะแก้ปัญหาได้ ครูพี่เลี้ยงควรมีส่วนช่วยในเรื่องความรู้และเรื่องของจิตใจ ครูพี่เลี้ยงต้องการให้นักศึกษามีความชัดเจนในเรื่องการเรียนรู้ เทคนิคการสอน การปรับตัว และการฝึกฝนตนเองตลอดเวลา

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ทำการสัมภาษณ์อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชา จำนวน 3 คน เมื่อวันที่ 28 ตุลาคม 2553 ประเด็นการสัมภาษณ์ในเรื่องความคิดเห็นเกี่ยวกับความสามารถของนักศึกษาในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน สรุปได้ว่า ปัญหาที่พบมีหลากหลาย เช่น เรื่องการสอน ปัญหาการควบคุมชั้นเรียน ปัญหาที่เกี่ยวกับผู้เรียน เกี่ยวกับงาน หรือหน้าที่ที่รับผิดชอบ การใช้ชีวิตอยู่ในโรงเรียน ถ้านักศึกษาประสบปัญหาจะโทรศัพท์มาปรึกษาอาจารย์นิเทศก์ แต่ถ้าเป็นปัญหาทางด้านจิตใจ เช่น มีปัญหากับเพื่อนที่ไปสอนด้วยกัน กับครูพี่เลี้ยง หรืออาจารย์นิเทศก์ นักศึกษาจะปรึกษากับเพื่อน บางครั้งอาจารย์ก็ต้องให้กำลังใจ ประเด็นการสัมภาษณ์เรื่องปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการพัฒนานักศึกษาให้เป็นผู้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนนั้น คือ เรื่องจิตใจ และภาระงานซึ่งเป็นงานที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาเอง ส่วนครอบครัวเป็นกำลังใจให้กับนักศึกษาทุกคน สภาพครอบครัวดี ด้านการเงินบางคนมีปัญหาแต่ก็พยายามช่วยเหลือตนเองโดยการหางานพิเศษทำ ประเด็นสัมภาษณ์เรื่องความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการพัฒนานักศึกษาให้เป็นผู้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนนั้น อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชา มีความต้องการที่จะพัฒนาให้นักศึกษามีความรู้ที่มั่นคงในการที่จะประกอบอาชีพครู แล้วก็มีจุดมุ่งหมายที่แน่นอน ต้องการให้พัฒนาทางด้านจิตใจ เพราะนักศึกษาจะเกิดความท้อถอยได้ง่ายเนื่องจากภาระงานมาก บางครั้งคิดว่าตนเองไม่มีความสามารถ ทำไม่ได้ก็จะท้อถอย บางกรณีป่วยจนต้องเข้าโรงพยาบาลเพราะเกิดจากความเครียดทั้งงานสอนที่โรงเรียน และงานที่ต้องส่งอาจารย์

ข้อมูลที่พบข้างต้นสอดคล้องกับงานวิจัยของ นพเก้า ณ พัทลุง (2553: 100) ที่ได้ทำการพัฒนารูปแบบการบริหารจัดการและการจัดประสบการณ์วิชาชีพครูในสถาบันอุดมศึกษาของไทย พบว่า นักศึกษาได้เสนอความคิดเห็นต่อการจัดประสบการณ์วิชาชีพครูของคณะครุศาสตร์ ด้านกระบวนการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู สรุปได้ว่า มีปัญหาเกี่ยวกับรูปแบบการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้ เกี่ยวกับความพร้อมของสถานศึกษาที่ปฏิบัติการสอน ครูพี่เลี้ยง การทำวิจัยในชั้นเรียน การผลิตและใช้สื่อการสอน ขอบเขตของภาระหน้าที่ในการปฏิบัติการสอน ระยะเวลาในการฝึกปฏิบัติ 1 ปีการศึกษา เป็นระยะเวลาที่นานเกินและต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก

จากข้อมูลความต้องการของสังคมประกอบกับข้อมูลเชิงประจักษ์ของการศึกษาที่ต้องได้รับการพัฒนาคุณภาพของบุคคล รวมทั้งการศึกษาจากข้อมูลสำคัญเชิงทฤษฎีดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ด้วยรูปแบบการฝึกอบรมที่

ผู้วิจัยได้ออกแบบและพัฒนาขึ้นจากแนวคิดพื้นฐานที่มาจากทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงาน แนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของสตอลทซ์ การมองโลกในแง่ดี การสะท้อนความคิด และการเสริมพลังการทำงาน รวมทั้งวิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบการฝึกอบรมจนได้ลักษณะสำคัญของรูปแบบการฝึกอบรมแบบ LOVE ที่เป็นการฝึกอบรมผ่านการลงมือปฏิบัติ (hand) ผ่านการคิด (head) และความรู้สึกที่ลงสู่ใจ (heart) ที่ช่วยให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนหรือทำสิ่งต่างๆ จนสำเร็จโดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L) เป็นขั้นเริ่มต้นของกระบวนการฝึกอบรม โดยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ตระหนักถึงปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในการทำงานระหว่างออกไปปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา เป็นวิธีฝึกการฟังตนเอง ฟังผู้อื่นและสิ่งรอบตัว ด้วยความตั้งใจ สัมผัสได้ถึงรายละเอียดของสิ่งที่ฟังด้วยจิตที่ตั้งมั่น รวมทั้งการรับรู้อื่นๆ ด้วย เช่น การมอง การอ่าน การสัมผัส ฯลฯ

ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเกิดความคิดความคาดหวังด้วยตนเองและจากกลุ่มเพื่อน ในการปรับตัวเมื่อเผชิญสถานการณ์ที่ทำทนายหรือปัญหาในการทำงาน และจะยังคงพยายามเอาชนะอุปสรรคต่างๆ เมื่อรับรู้ว่ามีผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจะประสบความสำเร็จและเป็นสิ่งที่มีคุณค่า

ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เรียนรู้และลงมือปฏิบัติโดยการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ต่างๆ อย่างหลากหลาย มีเป้าหมาย ผ่านการเผชิญปัญหาหรือต้องแก้ปัญหา ทำให้เกิดประสบการณ์ตรง สามารถเห็นความเป็นตัวตนของตนเองที่แสดงออกผ่านกิจกรรมนั้นๆ

ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E) เป็นขั้นสุดท้ายของการฝึกอบรมคือ ขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสร้างกระบวนการประเมินค่าด้วยวิธีการสะท้อนกลับจากตนเอง และจากผู้อื่น ที่ช่วยให้รู้สึกว่าคุณค่า มีความสามารถ มีความมั่นใจในตนเอง และสามารถตัดสินใจด้วยตนเองในการเผชิญอุปสรรคในการทำงานให้ประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวัง มีการเสริมพลังเพื่อให้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคต่างๆ ได้

ผู้วิจัยคาดหวังว่าผลจากการวิจัยครั้งนี้จะสามารถเสริมสร้างให้นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคต่างๆ เกิดความมุ่งมั่นตั้งใจในการปฏิบัติการสอน และเมื่อสำเร็จการศึกษาแล้วมีความมุ่งมั่นตั้งใจ เต็มใจในการประกอบวิชาชีพครู ให้เป็นครูดี ครูเก่ง และมีความสุข อีกทั้งยังเป็นต้นแบบที่ดีเกี่ยวกับการเผชิญอุปสรรคในการทำงานให้กับเด็กปฐมวัยต่อไป

## คำถามการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ตั้งคำถามการวิจัยไว้ดังนี้

1. รูปแบบการฝึกอบรมที่พัฒนาขึ้นเป็นอย่างไร สามารถนำไปใช้กับนักศึกษาได้หรือไม่อย่างไร
2. รูปแบบการฝึกอบรมที่พัฒนาขึ้นส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญอุปสรรคหรือไม่อย่างไร
3. ผู้ใช้รูปแบบการฝึกอบรมสามารถใช้ได้หรือไม่และส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญอุปสรรคหรือไม่อย่างไร
4. จิตลักษณะของนักศึกษาพัฒนาขึ้นหรือไม่อย่างไร

## ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
2. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
3. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยก่อนการทดลอง หลังการทดลองทันที และหลังการทดลอง 1 เดือน
4. เพื่อเปรียบเทียบจิตลักษณะของนักศึกษาก่อนและหลังการทดลอง

## ความสำคัญของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ทำให้ได้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย เพื่อเป็นประโยชน์ต่อกระบวนการผลิตครูปฐมวัย ต่อตัวนักศึกษา ต่ออาจารย์สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย และเป็นแนวทางให้กับผู้ที่เกี่ยวข้องในการผลิต และพัฒนานักศึกษาครูได้นำไปใช้วางแผนกำหนดทิศทางในการส่งเสริมคุณลักษณะเฉพาะที่เหมาะสม โดยเฉพาะอย่างยิ่งมหาวิทยาลัยราชภัฏซึ่งเป็นสถาบันในการผลิตครูได้นำไปใช้ในการกำหนดเป็นนโยบายด้านหลักสูตรเกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้ และการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนานักศึกษาซึ่งจะช่วยให้การผลิตครูบรรลุเป้าหมาย ได้บัณฑิตที่มีคุณลักษณะสอดคล้องกับความต้องการของสังคม ประสบความสำเร็จในชีวิตและการทำงานสมกับเป็นบุคคลที่อยู่ในวิชาชีพชั้นสูงต่อไป

## ขอบเขตของการวิจัย

### ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรในระยะดำเนินงาน ระยะที่ 1 การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น มีดังนี้

1. นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 40 คน

2. ครูพี่เลี้ยงที่ทำหน้าที่นิเทศนักศึกษา คือ ครูที่ปฏิบัติการสอนระดับปฐมวัยของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุราษฎร์ธานี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และโรงเรียนในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย ซึ่งมาเข้าร่วมประชุมกับคณะครุศาสตร์ในการเตรียมความพร้อมเพื่อรับนักศึกษาออกปฏิบัติการสอน 9 โรงเรียน จำนวน 40 คน

3. อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี จำนวน 6 คน

ประชากรในระยะดำเนินงาน ระยะที่ 2 การออกแบบและพัฒนารูปแบบการฝึกอบรม มีดังนี้

นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยในการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน แบบวัดจิตลักษณะที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และในการศึกษานำร่องรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย (Pilot study) คือ นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 71 คน

ประชากรในระยะดำเนินงาน ระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม คือ นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา กลุ่มเดียวกับประชากรในระยะที่ 2

ประชากรในระยะดำเนินงาน ระยะที่ 4 การประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม มีดังนี้

1. อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ จำนวน 9 คน

2. นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยในการขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คือ นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ ชั้นปีที่ 4 สิ้นสุดภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 และกำลังเตรียมปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 117 คน



## กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 1 การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น

1.1 นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 40 คน ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling)

1.2 ครูพี่เลี้ยงที่ทำหน้าที่นิเทศนักศึกษา คือ ครูที่ปฏิบัติการสอนระดับปฐมวัยของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุราษฎร์ธานี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และโรงเรียนในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย จำนวน 2 อำเภอ ที่มาเข้าร่วมประชุมกับคณะครุศาสตร์ฯ ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จากหน่วยงานที่สังกัดหน่วยงานละ 2 คน รวมเป็น 4 คน

1.3 อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี จำนวน 3 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling)

2. กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 2 การออกแบบและพัฒนารูปแบบการฝึกอบรม

กลุ่มตัวอย่างในการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน และแบบวัดจิตลักษณะ (Try Out) และกลุ่มตัวอย่างในการศึกษานำร่องรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย (Pilot study) คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 จำนวน 2 ห้องเรียน ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ได้มา 1 ห้องเรียน จำนวน 32 คน ส่วนอีก 1 ห้องเรียน จำนวน 39 คน จัดเข้าเป็นกลุ่มทดลอง ในระยะที่ 3

3. กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาทดลองรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา 1 ห้องเรียน จำนวน 39 คน ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ในระยะที่ 2

4. กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 4 การประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม

4.1 กลุ่มตัวอย่างในการขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คือ อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ ได้มาโดยการ

เลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 2 คน จากผู้ที่สนใจเข้าร่วมการพัฒนา นักศึกษา จากนั้นทำการสุ่มอย่างง่ายเพื่อจัดเข้าเป็นวิทยากรอบรมกลุ่มขยายผล 1 และ 2

4.2 กลุ่มตัวอย่างในการขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย (ขยายผล 1, 2) คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ ชั้นปีที่ 4 ชั้นสุดท้ายเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 และกำลังเตรียมปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 3 ห้องเรียน (117 คน) ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 1 ห้องเรียน (31 คน) จากนั้นทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) เพื่อแบ่งนักศึกษาออกเป็น 2 กลุ่ม และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเพื่อกำหนดเป็นกลุ่มขยายผล 1 (จำนวน 17 คน) และกลุ่มขยายผล 2 (จำนวน 14 คน) เหตุผลที่ผู้วิจัยเลือกขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมกับมหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ซึ่งเป็นมหาวิทยาลัยที่อยู่ทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือ นั้น เพราะต้องการศึกษาว่ารูปแบบการฝึกอบรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจะสามารถนำไปใช้กับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยในภาคอื่นได้หรือไม่

#### ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
2. ตัวแปรตาม ได้แก่
  - 2.1 ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน
  - 2.2 จิตลักษณะ 3 ด้าน คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่ออำนาจในตน และการมองโลกในแง่ดี

#### นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การฝึกอบรม หมายถึง กระบวนการพัฒนาความรู้ ประสบการณ์ ทักษะ ค่านิยม และคุณธรรม เป็นการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามความมุ่งหวังที่กำหนดไว้ และเป็นการจูงใจให้บุคคลปฏิบัติงานในหน้าที่ให้ดีขึ้น ในการฝึกอบรมต้องคำนึงถึงความแตกต่างในด้านต่างๆ ของผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีการนำสื่อประสมเข้ามาใช้ในการจัดประสบการณ์ในการเรียนรู้ ทั้งการชมวีดิทัศน์ การเล่นเกม กรณีศึกษา การระดมสมอง การอภิปราย การทำงานศิลปะ การฝึกสติ การเล่าเรื่องราว ฯลฯ เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง มีการเสริมแรงการเรียนรู้ไปที่ละขั้นตอนตามความสามารถ เนื้อหาที่นำมาใช้เป็นเรื่องราวที่เป็นปัญหาเป็นสิ่งใกล้ตัวนักศึกษาในขณะที่ปฏิบัติการสอน ได้แก่ เรื่องราวเกี่ยวกับเด็ก ผู้ปกครอง ครูพี่เลี้ยง และสภาพทางสังคม จำนวน 8 หน่วย ซึ่งสอดคล้องกับสภาพแวดล้อม บริบท และวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรม

**2. ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค** หมายถึง การแสดงออกของบุคคลเมื่อพบปัญหา เข้าใจและรับรู้ถึงต้นเหตุของปัญหาตามความเป็นจริง เพียรพยายามค้นหาวิธีการแก้ไข ปัญหา และตอบสนองต่อปัญหาตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน ได้จากการศึกษาแนวคิดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของสตอลทซ์ (Stoltz) และจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จนได้องค์ประกอบความสามารถในการเผชิญอุปสรรค 4 ด้าน คือ

2.1 องค์ประกอบด้านการรับรู้ถึงความคิดและความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อมีการเปลี่ยนแปลง มีการตอบสนองต่อเหตุการณ์หรืออุปสรรคที่เกิดขึ้นตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ (Control)

2.2 องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์ถึงต้นเหตุของปัญหาหรืออุปสรรคว่ามีต้นเหตุมาจากตนเองหรือปัจจัยภายนอกและแสดงออกโดยการค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหาหรืออุปสรรคนั้น (Origin and Ownership)

2.3 องค์ประกอบด้านการจำกัดขอบเขตของปัญหาด้วยการยอมรับกับอุปสรรคตามความเป็นจริง (Reach)

2.4 องค์ประกอบด้านความทนทานต่อความยืดเยื้อของอุปสรรคที่เกิดขึ้น โดยการรับรู้ที่อุปสรรคนั้นเกิดขึ้นเพียงชั่วระยะเวลาหนึ่งและสามารถแก้ไขได้ (Endurance)

**3. รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน** หมายถึง ลักษณะกระบวนการจัดการฝึกอบรมที่ผู้วิจัยออกแบบและพัฒนาขึ้น โดยมีแนวคิดพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงาน แนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของสตอลทซ์ การมองโลกในแง่ดี การสะท้อนความคิด และการเสริมพลังการทำงาน รวมทั้งวิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบการฝึกอบรมจนได้ลักษณะสำคัญของรูปแบบการฝึกอบรมแบบ LOVE ที่เป็นการฝึกอบรมผ่านการลงมือปฏิบัติ (hand) ผ่านการคิด (head) และความรู้สึกที่ลงสู่ใจ (heart) ที่ช่วยให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนหรือทำสิ่งต่างๆ จนสำเร็จ โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L) เป็นขั้นเริ่มต้นของกระบวนการฝึกอบรม โดยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ตระหนักถึงปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในการทำงานระหว่างออกไปปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา เป็นวิธีฝึกการฟังตนเอง ฟังผู้อื่นและสิ่งรอบตัว ด้วยความตั้งใจ สัมผัสได้ถึงรายละเอียดของสิ่งที่ฟังด้วยจิตที่ตั้งมั่น รวมทั้งการรับรู้อื่นๆ ด้วย เช่น การมอง การอ่าน การสัมผัส ฯลฯ

ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเกิดความคิด ความคาดหวังด้วยตนเองและจากกลุ่มเพื่อน ในการปรับตัวเมื่อเผชิญสถานการณ์ที่ทำทนายหรือปัญหาในการทำงาน และจะยังคงพยายามเอาชนะอุปสรรคต่างๆ เมื่อรับรู้ว่ามีผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจะประสบความสำเร็จและเป็นสิ่งที่มีคุณค่า

ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เรียนรู้และลงมือปฏิบัติโดยการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ต่างๆ อย่างหลากหลาย มีเป้าหมาย ผ่านการเผชิญปัญหาหรือต้องแก้ปัญหา ทำให้เกิดประสบการณ์ตรง สามารถเห็นความเป็นตัวตนของตนเองที่แสดงออกผ่านกิจกรรมนั้นๆ

ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E) เป็นขั้นสุดท้ายของการฝึกอบรมคือ ขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสร้างกระบวนการประเมินค่าด้วยวิธีการสะท้อนกลับจากตนเอง และจากผู้อื่น ที่ช่วยให้รู้สึกว่าคุณค่า มีความสามารถ มีความมั่นใจในตนเอง และสามารถตัดสินใจด้วยตนเองในการเผชิญอุปสรรคในการทำงานให้ประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวัง มีการเสริมพลังเพื่อให้ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคต่างๆ ได้

**4. จิตลักษณะ** เป็นลักษณะทางจิตเดิมของบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค เป็นจิตลักษณะที่มีพลังผลักดันให้เกิดพฤติกรรม ได้แก่

4.1 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ หมายถึง ความเพียรพยายามของบุคคลที่จะทำงานให้ประสบความสำเร็จโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคหรือความล้มเหลว อดทนทำงานที่ยากได้เป็นเวลานาน รู้จักกำหนดเป้าหมายที่เหมาะสมกับความสามารถของตน มีความรับผิดชอบในการศึกษาและการทำงานให้ได้ผลดี

4.2 ความเชื่ออำนาจในตน หมายถึง การที่บุคคลเชื่อว่าตนเองสามารถทำสิ่งต่างๆ ให้เกิดผลดีหรือผลเสียแก่ตนเองและผู้อื่นได้ตามที่ตนปรารถนาหรือมุ่งหวัง มิใช่เกิดจากโชคเคราะห์ ความบังเอิญ หรือการควบคุมของคนอื่น เป็นความรู้สึกในการทำนายได้ ควบคุมได้ของบุคคล

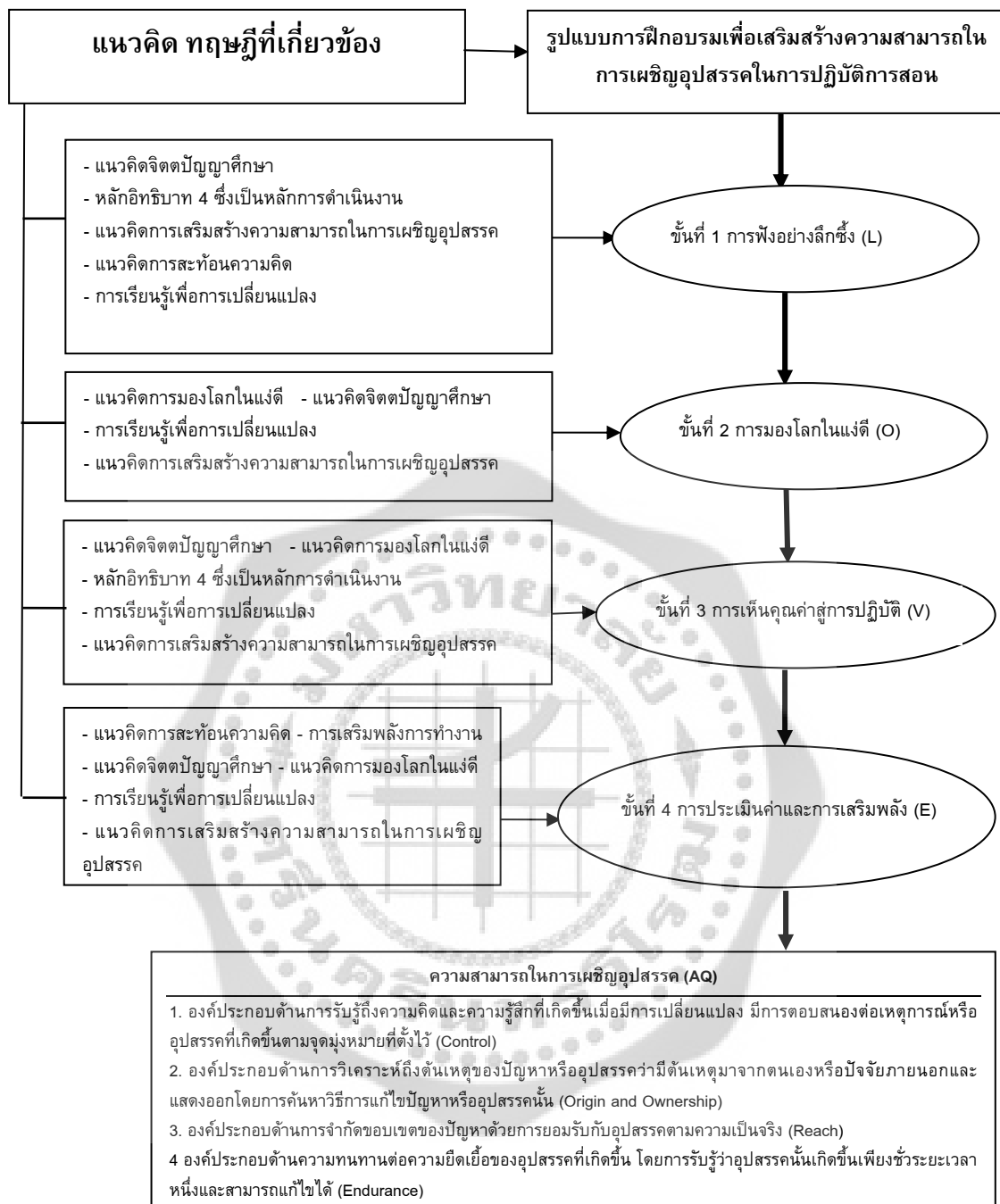
4.3 การมองโลกในแง่ดี หมายถึง การที่บุคคลมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้ายและมีทางแก้ไขได้ สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลี้ยวหนี และเป็นผู้ที่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และการทำงาน

## กรอบแนวคิดในการวิจัย

การพัฒนาารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นอย่างเป็นระบบโดยมีทฤษฎีและแนวคิดพื้นฐานต่างๆ ได้แก่ ทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงของ เมลิโรว์ (Mezirow) โดยมีหลักสำคัญคือ การเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ (centrality of experience) การคิดไตร่ตรอง (critical reflection) และการสนทนาเชิงเหตุผล (rational discourse) จากแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดได้ในสภาพแวดล้อมที่สบายเอื้อต่อการเรียนรู้ เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ด้านใน ให้ความสำคัญและเอาใจใส่จิตใจของผู้เรียนในทุกขณะ โดยการฟังอย่างลึกซึ้ง การน้อมสູ້ใจอย่างไคร้ครวญ การเคารพศักยภาพของคนอย่างไร้อคติ ด้วยความรักความเมตตา

ความเป็นกัลยาณมิตร และการเห็นตามความเป็นจริง เป็นการศึกษาที่เต็มใจที่จะเผชิญหน้ากับความเจ็บปวดและความทุกข์ยากลำบากของชีวิต ให้ความศรัทธาต่อทุกประสบการณ์ที่ตนเองเคยผ่านมาไม่ว่าจะดี หรือร้าย จากหลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงานเพื่อให้ประสบความสำเร็จ คือ ฉันทะ ความพอใจในสิ่งที่เราจะต้องทำ วิริยะ ความเพียรในสิ่งที่เราพอใจ จิตตะ เอาใจฝักใฝ่อยู่แต่สิ่งนั้นไม่เปลี่ยนแปลง และวิมังสา ค้นคว้าเพื่อจะแก้ปัญหาคืออุปสรรคอยู่เสมอ จากแนวความคิดเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของสตอลทซ์ ที่เชื่อว่า การที่มนุษย์จะสามารถเผชิญอุปสรรคได้ต้องอาศัยความเข้มแข็งของจิตใจ การควบคุมตนเอง มองโลกในแง่ดี อดทน มีความยืดหยุ่น รับรู้ถึงความสามารถของตนเองและมีความเชื่อมั่นในตนเอง เมื่อพบปัญหาสามารถเข้าใจและรับรู้ถึงต้นเหตุของปัญหาตามความเป็นจริง เพียรพยายามค้นหาวิธีการแก้ไข ปัญหา และตอบสนองต่อปัญหาตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ จากแนวความคิดมองโลกในแง่ดี เป็นการที่บุคคลมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างมีทางแก้ไขได้ สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลี้ยวหนี และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข จากแนวความคิดสะท้อนความคิด เกี่ยวกับการตระหนักรู้ในตนเอง การสังเกตตนเอง และจากแนวความคิดเสริมพลังการทำงานของ เปาโล แฟร์ (Paulo Freire) ที่ช่วยให้บุคคลเปลี่ยนโลกทัศน์เกี่ยวกับการมองเห็นตนเองและสังคมอย่างสร้างสรรค์ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ และสามารถเปลี่ยนแปลงการทำงานของตนให้ดีขึ้นเพื่อเกิดประโยชน์ต่อสังคมได้

จากทฤษฎีและแนวคิดพื้นฐานดังกล่าว ผู้วิจัยได้สังเคราะห์รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย โดยมีกระบวนการฝึกอบรม 4 ขั้นตอน คือ ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L) ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O) ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V) และขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E) ดังแสดงในภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

### สมมติฐานในการวิจัย

1. รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยสามารถพัฒนานักศึกษาให้เกิดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนได้

2. นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยกลุ่มทดลอง หลังเข้ารับการอบรมโดยใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง และเมื่อติดตามผลหลังการทดลอง 1 เดือน ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคนั้นยังคงสูงอยู่

3. นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยกลุ่มขยายผล 1, 2 หลังเข้ารับการอบรมโดยใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง

4. อาจารย์ผู้ใช้รูปแบบการฝึกอบรมสามารถใช้รูปแบบได้และสามารถพัฒนาให้นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคได้ไม่แตกต่างกัน

5. นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยกลุ่มทดลอง มีจิตลักษณะหลังการทดลองสูงขึ้นกว่าก่อนทดลอง

6. นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยกลุ่มขยายผล 1, 2 มีจิตลักษณะหลังการทดลองสูงขึ้นกว่าก่อนทดลอง



## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค
  - 1.1 แนวคิดความสามารถในการเผชิญอุปสรรค
  - 1.2 ความหมายของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค
  - 1.3 ความสำคัญของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค
  - 1.4 ความสัมพันธ์ของความสามารถในการเผชิญอุปสรรคกับทฤษฎีต้นไม้อัจฉริยะ
  - 1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎี แนวคิดพื้นฐานในการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค
  - 2.1 หลักอิทธิบาท 4
  - 2.2 แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา
  - 2.3 แนวคิดการมองโลกในแง่ดี
  - 2.4 แนวคิดการเสริมพลังการทำงาน
  - 2.5 แนวคิดการสะท้อนความคิด
  - 2.6 ทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรม
  - 3.1 ความหมายของการฝึกอบรม
  - 3.2 ความสำคัญของการฝึกอบรม
  - 3.3 เทคนิคในการฝึกอบรม
  - 3.4 การเรียนรู้ของผู้ใหญ่
  - 3.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรม



## 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ) เป็นแนวคิดของ สโตลทซ์ (Stoltz) นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ผู้ที่ทำการศึกษาและเผยแพร่ให้กับบุคคลและองค์กร ต่างๆ เป็นเวลากว่า 15 ปีแล้ว เนื่องมาจากความเชื่อที่ว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้บุคคลประสบความสำเร็จในการทำงาน และการดำเนินชีวิต

### 1.1 แนวคิดความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคนั้นมีพื้นฐานมาจาก วิทยาศาสตร์ 3 สาขา ได้แก่ 1) สาขาจิตวิทยาการรู้คิด (Cognitive Psychology) ที่อธิบายว่า การตอบสนองต่ออุปสรรคของบุคคลเป็นไปได้ทั้งในเชิงบวกและเชิงลบ ส่งผลต่อความไร้ประสิทธิภาพ การกระทำและความสำเร็จ โดยบุคคลมักตอบสนองต่ออุปสรรคจากจิตใต้สำนึกด้วย รูปแบบที่ไม่เปลี่ยนแปลง และรูปแบบเหล่านี้ยังคงอยู่อย่างถาวรตลอดชีวิต นักวิชาการพบว่าคนจำนวนมากเข้าใจว่าอุปสรรคเกิดจากความคับข้องใจที่เกิดจากภายในจิตใจของตนเอง ทำให้เกิดความคิดท้อแท้ สิ้นหวัง และไม่รู้จักจัดการกับปัญหาอย่างไร นานเข้าจึงรู้สึกทุกข์ทรมาน รู้สึก ล้มเหลว 2) สาขาสรีรประสาทวิทยา (Neurophysiology) อธิบายว่า สมองถูกจัดให้เป็นเครื่องมือเพื่อสร้างนิสัย นิสัยสามารถถูกยับยั้งและเปลี่ยนแปลงได้ นิสัยการตอบสนองต่ออุปสรรคของแต่ละคน สามารถถูกรบกวนและเปลี่ยนแปลงอย่างทันที ถ้าถูกแทนที่ด้วยนิสัยใหม่ที่มั่นคงกว่า นักวิชาการมีความเห็นว่าสมองของคนเรานั้นประกอบด้วยโครงสร้างที่สมบูรณ์ สามารถสร้างความเคยชินได้หาก เปลี่ยนจิต ใต้สำนึกใหม่ หรือการสร้างทัศนคติทางบวกก็สามารถสร้างความเคยชินใหม่และพัฒนา ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคได้ และ 3) สาขาจิตประสาทและภูมิคุ้มกันวิทยา (Psychoneuroimmunology) ได้อธิบายว่า การตอบสนองต่ออุปสรรคมีการเชื่อมโยงโดยตรงกับ สุขภาพจิตและสุขภาพกาย การควบคุมเป็นสิ่งจำเป็นต่อสุขภาพและการมีชีวิตที่ยืนยาว วิธีการตอบสนองต่ออุปสรรคมีผลต่อระบบภูมิคุ้มกัน ความอ่อนแอต่อเชื้อโรค และรูปแบบความอ่อนแอของ การตอบสนองต่ออุปสรรค นักวิชาการพบว่า ความสามารถในการขจัดอุปสรรคและความยากลำบาก ของมนุษย์นั้นเกี่ยวข้องกับสุขภาพกายและสุขภาพจิตโดยตรง ความเข้มแข็งของจิตใจและการ ควบคุมตนเองจะส่งผลต่อภูมิคุ้มกันโรค (Stoltz, 1997: 83-84) ดังภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างวิทยาศาสตร์ 3 สาขา ที่เป็นทฤษฎีพื้นฐานของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (AQ)

ที่มา: Stoltz, Paul G. (1997). *Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities*. p. 83.

สตอลทซ์ (Stoltz. 1997: 53-84) ได้กล่าวถึง ความต้องการการควบคุมหรือการจัดการชีวิตของบุคคล ซึ่งประกอบด้วย แนวคิดสำคัญสำหรับการทำความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ 6 แนวคิด ได้แก่

1. การเรียนรู้ว่าตนไร้ความสามารถ (Learned Helplessness) สามารถอธิบายถึงสาเหตุที่ทำให้คนยอมแพ้เมื่อต้องเผชิญกับความท้าทาย หรือปัญหาอุปสรรคของชีวิต ถือเป็นรูปแบบการคิดที่ขัดขวางและทำลายความสำเร็จที่มีขึ้นของบุคคล การเรียนรู้นี้จะส่งผลบั่นทอนต่อการปฏิบัติงาน ผลผลิตของงาน การเรียนรู้ การพัฒนา การปรับตัว สุขภาพ ความอดทน กำลังใจ และแรงจูงใจในการที่จะต่อสู้กับอุปสรรค ขาดความสามารถในการควบคุมตนเอง สถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เป็นอุปสรรค คนที่จะประสบความสำเร็จได้นั้นต้องมีความเชื่อมั่น และความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (AQ) ในระดับสูงจะเป็นภูมิคุ้มกันบุคคลให้เกิดการต่อต้านความรู้สึกว่าตนไร้ความสามารถเมื่อต้องเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรค

2. ทฤษฎีการอธิบายสาเหตุ (Attribution Theory) รูปแบบการอธิบาย (Explanatory Style) และการมองโลกในแง่ดี (Optimism) แนวคิดนี้มีความสัมพันธ์อย่างมากและพัฒนามาจากการเรียนรู้ว่าตนไร้ความสามารถ นั่นคือ ความสำเร็จของบุคคลมาจากแนวทางที่บุคคลอธิบายหรือตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของบุคคลนั้น เซลิกแมน (Stoltz. 1997: 59; citing Seligman. 1990) ได้ทำการศึกษาวิจัยแล้วพบว่า บุคคลที่ตอบสนองต่ออุปสรรคปัญหาหรือความยากลำบาก โดยอธิบายว่า เป็นสิ่งที่คงที่ เกิดจากภายในตัวบุคคลและ

ส่งผลต่อชีวิตในทุกๆ ด้าน มีแนวโน้มที่จะมีชีวิตที่เป็นทุกข์ แต่ในทางตรงกันข้ามถ้าบุคคลมองว่าอุปสรรคดังกล่าว เกิดจากปัจจัยภายนอก เกิดขึ้นชั่วคราว และมีผลจำกัด เกิดเฉพาะเหตุการณ์นี้เท่านั้น ก็มีแนวโน้มที่จะมีชีวิตเป็นสุข ส่วนการมองโลกในแง่ดี เป็นความเชื่อและความคาดหวังว่าจะเกิดสิ่งที่ดีขึ้น บุคคลที่มองโลกในแง่ดีจะมีพฤติกรรมตอบสนองต่ออุปสรรค แตกต่างจากบุคคลที่มองโลกในแง่ร้าย บุคคลที่มองโลกในแง่ดีจะมีการปฏิบัติงานที่ดีกว่า อดทนได้นานกว่า และมีชีวิตที่ยืนยาวนานกว่า

การมองโลกในแง่ร้าย (Pessimists)	ส่งผลถาวร (permanent)	ส่งผลต่อหลายด้าน (pervasive)	เกิดจากปัจจัยภายใน (personal)
การมองโลกในแง่ดี (Optimism)	อยู่เพียงชั่วคราว ไม่นาน (temporary)	มีผลจำกัด (limited)	เกิดจากปัจจัย ภายนอก (external)

ภาพประกอบ 3 การตอบสนองต่อความยากลำบาก อุปสรรค หรือความล้มเหลว

ที่มา: Stoltz, Paul G. (1997). *Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities*. p. 60.

3. ความอดทน (Hardiness) เป็นความสามารถที่จะทนต่อสภาวะที่คลุมเครือและซับซ้อนได้ เต็มใจรอโอกาสและผลลัพธ์จากการกระทำของตนเองหรือของคนอื่น ซึ่งระดับความอดทนขึ้นอยู่กับสถานการณ์ บุคคลที่เกี่ยวข้อง อารมณ์และสภาพจิตใจ ในเวลานั้นของบุคคลนั้น และจะเป็นตัวทำนายสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี กล่าวคือ บุคคลที่มีความอดทนต่ออุปสรรคจะมองวิกฤติให้เป็นโอกาสด้วยใจที่มุ่งมั่น และรับรู้ว่าจะสามารถควบคุมได้ สะท้อนให้เห็นถึงความเป็นผู้มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี สตอลท์ (Stoltz) กล่าวว่า การมองวิกฤติให้เป็นโอกาส ด้วยความรู้สึกของการมีเป้าหมายและความรู้สึกที่ได้ควบคุม หรือมี AQ สูง คือการคงไว้ซึ่งความเข้มแข็ง ส่วนคนที่ยอมแพ้ หรือมี AQ ต่ำ จะอ่อนแอเนื่องจากการตอบสนองต่อภาวะความทุกข์ยากหรือความรู้สึกว่าตนไร้ความสามารถ

4. ความยืดหยุ่น (Resilience) เป็นความสามารถของบุคคลในการฟื้นตัวและนำตนเองออกจากสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดอุปสรรคได้อย่างรวดเร็ว ด้วยวิธีการตอบสนองของบุคคลนั้นต่ออุปสรรคที่เกิดขึ้น การพัฒนาวิธีการจัดการกับอุปสรรคได้อย่างถาวรจะเป็นรากฐานให้กับเด็กในการดำรงชีวิตต่อไป ความยืดหยุ่นนี้เป็นความสามารถที่ฝึกฝนได้ นอกจากนี้ยังพบว่า ความยืดหยุ่นเป็นตัวทำนายการกระทำและสุขภาพของบุคคล บุคคลที่มีความยืดหยุ่นจะจัดการกับอุปสรรคได้ดีกว่า

5. การรับรู้ความสามารถของตน (Self-Efficacy) เป็นความเชื่อในการเป็นผู้ควบคุมชีวิตของตนเอง และเชื่อในความสามารถของตนในการเผชิญอุปสรรคซึ่งมาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม ของแบนดูรา (Bandura. 1986: 24-25) ที่เชื่อว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลเป็นผลเนื่องมาจากการมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน โดยอาศัยองค์ประกอบทั้ง 3 ได้แก่ ปัจจัยภายในตัวบุคคล เงื่อนไขเชิงพฤติกรรม และเงื่อนไขเชิงสภาพแวดล้อม กล่าวคือ พฤติกรรมของบุคคลอาจเกิดจากอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมและปัจจัยภายในตัวบุคคล เช่น การรับรู้ ความเชื่อ และขณะเดียวกันปัจจัยภายในตัวบุคคลก็ได้รับอิทธิพลจากพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออก และเงื่อนไขของสภาพแวดล้อม

ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตน (Bandura. 1977: 191-215) ประกอบด้วย ความคาดหวังซึ่งมีผลต่อการตัดสินใจที่จะกระทำพฤติกรรม 2 ประการ คือ 1) ความคาดหวังในความสามารถของตนเอง หมายถึง ความมั่นใจของบุคคลว่าตนสามารถกระทำหรือแสดงพฤติกรรมเพื่อไปสู่ผลลัพธ์ที่ต้องการ เป็นความคาดหวังที่เกิดขึ้นก่อนการกระทำพฤติกรรม 2) ความคาดหวังในผลลัพธ์ หมายถึง การคาดคะเนของบุคคลว่าถ้ากระทำพฤติกรรมนั้นแล้วจะนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ตนคาดหวัง เป็นการคาดหวังในผลที่เกิดจากการกระทำพฤติกรรมของตน จากแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตน สรุปได้ว่า การที่บุคคลมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง จะทำให้บุคคลรู้สึกที่ตนเองมีความเชี่ยวชาญในการทำงาน สามารถควบคุมงานให้มีประสิทธิภาพ มีความตั้งใจที่จะทำงาน กล้าทำงานที่ท้าทายและสามารถพัฒนางานของตนให้ดีขึ้นได้

6. ความเชื่ออำนาจในตน (Locus of Control) เป็นความเชื่อที่ว่า การกระทำของตนมีอิทธิพลต่อรางวัลที่ได้รับในชีวิต สภาพแวดล้อมและเหตุการณ์มีผลกับบุคคล รอตเตอร์ (Rotter. 1966: 11-30) ได้กล่าวเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจในการควบคุมว่า คือการที่บุคคลอธิบายถึงสาเหตุของพฤติกรรมว่าเกิดจากภายในตนเองหรือมาจากสิ่งแวดล้อมภายนอก ซึ่งความเชื่อที่แตกต่างกันนี้ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมที่ต่างกัน ซึ่งสามารถแบ่งประเภทความเชื่ออำนาจในการควบคุมออกเป็น 2 ลักษณะ คือ 1) ความเชื่อในการควบคุมภายใน เป็นความเชื่อที่บุคคลรับรู้สาเหตุหรือสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนนั้นเป็นผลมาจากการกระทำหรือความสามารถของตนเอง บุคคลประเภทนี้เป็นผู้ที่มีความกระตือรือร้น มีแรงจูงใจสูง สามารถปรับตัวเองและควบคุมสถานการณ์ต่างๆ ได้ 2) ความเชื่ออำนาจในการควบคุมภายนอก เป็นความเชื่อที่บุคคลรับรู้สาเหตุหรือสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้น เป็นผลมาจากอิทธิพลภายนอกที่ตนเองไม่สามารถควบคุมได้ เช่น เกิดจากโชคเคราะห์ อำนาจเหนือธรรมชาติ หรืออำนาจของผู้อื่น บุคคลประเภทนี้จะเป็นผู้ที่เฉื่อยชา ขาดความพยายาม และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ

สรุปว่าแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคนั้นมีพื้นฐานมาจากวิทยาศาสตร์ 3 สาขา คือจิตวิทยาการรู้คิด สรีรประสาทวิทยา จิตประสาทและภูมิคุ้มกันวิทยา ซึ่งเป็นศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพกายและสุขภาพจิต การที่มนุษย์จะสามารถเผชิญอุปสรรคได้ต้องอาศัยความเข้มแข็งของจิตใจ การควบคุมตนเอง มองโลกในแง่ดี อดทน มีความยืดหยุ่น รับรู้ถึงความสามารถของตนเองและมีความเชื่อมั่นในตนเอง

## 1.2 ความหมายของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

สตอลทซ์ (Stoltz) ได้เขียนหนังสือชื่อ Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities และได้ให้ความหมายของความสามารถในการเผชิญอุปสรรคไว้ว่า หมายถึงความสามารถของบุคคลในการตอบสนองต่อเหตุการณ์ในยามที่ต้องเผชิญกับความทุกข์ยากหรือความลำบาก อดทนต่อปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆ (Stoltz, 1997: 6-7) นอกจากนี้ยังมีนักการศึกษาและนักจิตวิทยาได้ให้ความหมายของความสามารถในการเผชิญอุปสรรคไว้ ดังนี้

วิทยา นาควัชระ (2544: 91) ได้ให้ความหมายของความสามารถในการเผชิญอุปสรรคไว้ว่า เป็นความอดทนเมื่อมีอุปสรรค และสามารถฝ่าฟันอุปสรรคได้อย่างคนมีกำลังใจและความหวังอยู่เสมอ

ศันสนีย์ ฉัตรคุปต์ (2545: 103) อธิบายว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค คือรูปแบบปฏิบัติการตอบสนองหรือพฤติกรรมของคนๆ นั้นต่อปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้น เป็นรูปแบบพฤติกรรมตอบสนองต่อปัญหาอุปสรรคในชีวิต ซึ่งเป็นกลไกของสมองที่เกิดจากใยประสาทต่างๆ ที่ถูกสร้างขึ้น ผักผ่อนขึ้น

กมล แสงทองศรีกรม (2550: 162) กล่าวว่า AQ หรือ Adversity Quotient หรือความฉลาดในการเผชิญอุปสรรค คือการที่บุคคลมีความยืดหยุ่น ปรับตัวในการเผชิญปัญหาได้ดี และพยายามหาหนทางแก้ปัญหา เอาชนะอุปสรรค ความยากลำบากด้วยตัวเองไม่ย่อท้อง่าย ๆ ความฉลาดในด้านนี้เริ่มก่อตัวขึ้นตั้งแต่เป็นเด็ก เพราะเด็กจะเรียนรู้วิธีการมองและจัดการปัญหาจากผู้ใหญ่รอบข้าง

ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์ และฉัตริตา วัฒนโสภาสิริ (2550: 9) ได้สรุปว่า เอควี (AQ) คือ ความสามารถในการควบคุมหรือจัดการกับปัญหาด้วยจิตใจที่อดทน มองปัญหาว่ามาจากปัจจัยภายนอก ไม่โทษตัวเองให้ต้องท้อแท้ แต่เข้าไปรับผิดชอบปัญหาด้วยความกล้าหาญ และมีความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหาด้วยการพยายามแก้ไขปัญหอย่างมุ่งมั่น

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2552: 6-7) สรุปว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค คือ ความสามารถของบุคคลในการตอบสนองต่อปัญหาอุปสรรคด้วยเจตคติในทางบวก มีสติ มีความรับผิดชอบและหาแนวทางแก้ไขปัญหด้วยความมุ่งมั่น อดทน จนสามารถฝ่าฟันและเอาชนะปัญหาได้ เป็นความสามารถในการเปลี่ยนวิกฤติให้เป็นความสำเร็จ

จากข้อมูลข้างต้นผู้วิจัยได้สรุปความหมายของ ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคไว้ว่า คือ การแสดงออกของบุคคลเมื่อพบปัญหา เข้าใจและรับรู้ถึงต้นเหตุของปัญหาตามความเป็นจริง เพียรพยายามค้นหาวิธีการแก้ไขปัญห และตอบสนองต่อปัญหาตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้

## 1.3 ความสำคัญของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

สตอลทซ์ (Stoltz, 1997: 7) กล่าวว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค เป็นแนวคิดที่มีความสำคัญต่อทุกคนในสังคมปัจจุบัน เนื่องจากได้มีการศึกษาและพิสูจน์ด้วยการปฏิบัติ

จริง และเป็นทฤษฎีทางวิทยาศาสตร์ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ โดยความสามารถในการเผชิญอุปสรรค สามารถทำนายว่าบุคคลใดคือผู้พ่ายแพ้หรือชนะต่ออุปสรรค บุคคลใดมีศักยภาพในการทำงานให้ประสบความสำเร็จได้ นอกจากความสำคัญดังกล่าว ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคยังมีคุณสมบัติที่สำคัญด้วยกัน 3 ประการ คือ 1) เป็นแนวคิดใหม่ที่ทำให้เข้าใจและส่งเสริมเรื่องของการประสบความสำเร็จ 2) เป็นการวัดการตอบสนองของบุคคลต่ออุปสรรคต่างๆ ว่าบุคคลแต่ละคนมีการตอบสนองต่อปัญหาอุปสรรค และความยากลำบากได้อย่างไร 3) เป็นเครื่องมือสำหรับการพัฒนาการตอบสนองต่ออุปสรรคของตนเอง บุคคลอื่น และองค์กร โดยมีพื้นฐานมาจากวิทยาศาสตร์ที่สามารถพิสูจน์ได้

นอกจากนี้ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ยังมีบทบาทที่เกี่ยวข้องในชีวิตของบุคคลต่าง ๆ ดังนี้ (Stoltz. 1997: 67-73)

1. เกี่ยวข้องกับความหวัง ความกระฉับกระเฉง และความยืดหยุ่น บุคคลที่ตอบสนองอย่างสร้างสรรค์จะสามารถรักษาพลังกาย จิตใจ ความมุ่งมั่นและความมานะอดสาหะได้นานกว่า และส่งผลให้ประสบความสำเร็จ
2. ความสามารถในการผลิต เกิดจากผลการปฏิบัติงานที่มีความสัมพันธ์กับวิธีการตอบสนองต่ออุปสรรค โดยบุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคสูงจะมีผลผลิตที่ดีกว่าบุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคต่ำ
3. ความสร้างสรรค์ เป็นการทำให้ความสิ้นหวังหมดไป การรับรู้ว่าตนไร้ความสามารถจะส่งผลต่อการทำลายสร้างสรรค์ของบุคคล ดังนั้นบุคคลที่ไม่สามารถตอบสนองต่ออุปสรรคได้อย่างเหมาะสมจึงกลายเป็นผู้ที่ไม่สร้างสรรค์ได้ด้วย
4. แรงจูงใจ คนที่ระดับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคสูงจะมีแรงจูงใจมากที่สุดในการทำงาน
5. ความกล้าเสี่ยง เป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับความก้าวหน้า ดังนั้นบุคคลที่สามารถตอบสนองต่ออุปสรรคได้อย่างสร้างสรรค์จึงเป็นคนที่กล้าเสี่ยง
6. การพัฒนา บุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคสูงจะมีการปรับปรุงตนเองและสิ่งแวดล้อมอยู่ตลอดเวลาเพื่อหลีกเลี่ยงความล้มเหลว
7. ความเพียร เป็นความสามารถที่พยายามกระทำต่อไปแม้จะต้องเผชิญกับความพ่ายแพ้หรือความล้มเหลว ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นต่อการมุ่งความสำเร็จ
8. การเรียนรู้ ซึ่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตเป็นสิ่งสำคัญของบุคคลในยุคข้อมูลข่าวสาร สารสนเทศ เด็กที่มองโลกในแง่ร้ายจะตอบสนองต่ออุปสรรค การเรียนรู้ และการประสบความสำเร็จน้อยกว่าเด็กที่มองโลกในแง่ดี
9. การยอมรับความเปลี่ยนแปลง คนที่ยอมรับได้มีแนวโน้มที่จะตอบสนองต่อปัญหาอุปสรรคได้อย่างสร้างสรรค์ เกิดความเข้มแข็งในการแก้ปัญหา
10. ความยืดหยุ่น ความเครียด ความกดดันและความพ่ายแพ้ มีความสัมพันธ์กัน คือ ความกดดันทำให้เกิดความเครียด และนำไปสู่ความพ่ายแพ้ แต่ความอดทนจะ

สามารถทำให้บุคคลฟื้นคืนสภาพเดิมได้อย่างรวดเร็ว บุคคลที่จะประสบความสำเร็จได้ต้องมีร่างกาย และอารมณ์ที่ยืดหยุ่นเพียงพอเพราะต้องเผชิญอุปสรรคอยู่เสมอ

11. สุขภาพจิต ความทุกข์ทรมานซึ่งเป็นผลจากการเผชิญอุปสรรคทำให้ บุคคลมีแนวโน้มที่รู้สึกสิ้นหวัง ไร้ความสามารถและกลายเป็นโรคซึมเศร้าได้ โดยความสามารถในการเผชิญอุปสรรคจะมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตเป็นอย่างมาก

12. สุขภาพกาย บุคคลที่มองโลกในแง่ร้ายถือว่าเป็นผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคต่ำซึ่งมีผลต่อความเสี่ยงทางสุขภาพกายมากกว่าผู้ที่มีโลกในแง่ดี

13. ความมีชีวิตชีวา ความสุข ความสนุกสนาน เป็นองค์ประกอบสำคัญของความสำเร็จ ผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคจะพบกับความสุข ความสนุกสนานในชีวิต ส่วนผู้ที่รับรู้ว่ามีปัญหาอุปสรรคยากต่อการกำจัดให้หมดสิ้นจะเป็นผู้ที่ทุกข์ทรมานมาก

สรุปได้ว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค แม้จะเป็นแนวคิดใหม่แต่ก็มีความสำคัญสำหรับบุคคลทุกคน สามารถนำมาใช้ในการเพิ่มประสิทธิภาพให้กับบุคคล ทั้งในด้านส่วนตัว และการทำงาน เนื่องจากสามารถทำนายถึงความสำเร็จในด้านต่างๆ และยังมีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตของบุคคลทั้งด้านความเป็นอยู่ การทำงาน การเรียนรู้ สุขภาพกาย สุขภาพจิต อารมณ์และสังคม ผู้ที่จะประสบความสำเร็จได้จึงต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ดังนั้น บุคคลจึงมีความจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาและปลูกฝังความสามารถในการเผชิญอุปสรรค อันจะส่งผลต่อความสำเร็จและความสุขในชีวิต

#### 1.4 ความสัมพันธ์ของความสามารถในการเผชิญอุปสรรคกับทฤษฎีต้นไม้ จริยธรรม

สตอลทซ์ (Stoltz) ได้เสนอแนวคิดต้นไม้แห่งความสำเร็จ (The Tree of Success) โดยเชื่อว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (AQ) เป็นส่วนรากที่ประกอบร่วมกันจากพันธุกรรม การเลี้ยงดู และศรัทธายึดมั่นในอุดมการณ์ ส่วนลำต้นประกอบด้วยสติปัญญา สุขภาพ และบุคลิกลักษณะ ส่วนของกิ่งก้านเป็นส่วนที่เกี่ยวข้องกับทักษะ ความรู้ และความสามารถ ส่วนใบและดอกผลเป็นการปฏิบัติงานหรือผลผลิตที่สามารถสังเกตและประเมินได้ เช่น ความก้าวหน้า หรือความสำเร็จ ดังภาพประกอบ 4



ภาพประกอบ 4 ต้นไม้แห่งความสำเร็จ

ที่มา: วีระศักดิ์ กำปรรณารักษ์; และคนอื่นๆ. (2552). รายงานการวิจัย บทบาทของแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงที่มีต่อภาวะจิตลักษณะของบุคลากรในองค์การที่บริหารจัดการโดยใช้แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง. หน้า 27.

สตอลทซ์ (Stoltz. 1997: 106-125) กล่าวว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค มีองค์ประกอบด้วยกัน 4 ด้าน คือ

องค์ประกอบที่ 1 การควบคุม (Control = C) เป็นความสามารถในการรับรู้การเปลี่ยนแปลงของเหตุการณ์และความสามารถในการควบคุมการตอบสนองต่อสิ่งต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับตน การควบคุมการตอบสนอง มี 2 แบบด้วยกัน คือ การควบคุมการตอบสนองล่าช้า และการควบคุมการตอบสนองตามธรรมชาติ

องค์ประกอบที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ (Origin and Ownership = O<sub>2</sub>) สาเหตุ (Origin) เป็นการกล่าวโทษตนเองว่าเป็นสาเหตุของอุปสรรคที่เกิดขึ้น ซึ่งการกล่าวโทษนี้มีประโยชน์ 2 ประการคือ 1) ช่วยในการเรียนรู้และตัดสินใจตัดสินพฤติกรรมของตน 2) ทำให้เกิดความสำนึกผิด ซึ่งช่วยผลักดันให้ค้นหาจิตใจตนเอง และหาสิ่งที่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ความสำนึกผิดเป็นแรงจูงใจที่ช่วยในการรับรู้ที่เป็นจริงหรือความเสียหายที่อาจเกิดขึ้นได้ การกล่าวโทษตัวเองในระดับที่พอเหมาะทำให้เกิดการเรียนรู้ด้วยการวิพากษ์วิจารณ์ (Critical Learning) หรือวงจรข้อมูลย้อนกลับ (Feedback Loop) ที่ต้องการปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง ความสามารถในการประเมินว่าการกระทำนั้นถูกหรือผิด และหาวิธีการปรับปรุงแก้ไข เป็นพื้นฐานในการพัฒนาตนเอง ความรับผิดชอบ (Ownership) เป็นความสามารถที่ตระหนักรู้ถึงความรับผิดชอบของตนต่ออุปสรรค ความรับผิดชอบที่มากขึ้นช่วยเพิ่มความสามารถในการควบคุม การมีอำนาจในตน และแรงจูงใจในการลงมือแก้ปัญหา



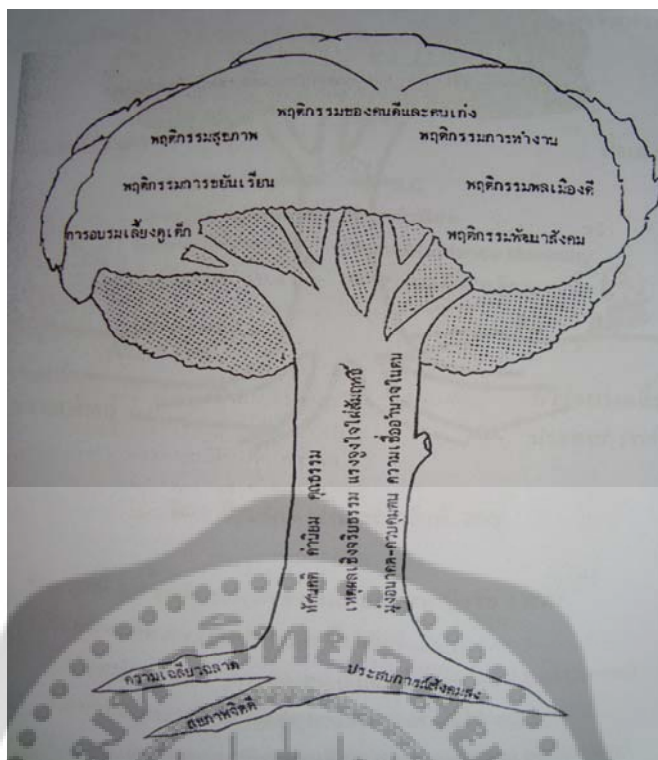
องค์ประกอบที่ 3 ความเข้าใจ (Reach = R) เป็นความสามารถในการทำความเข้าใจกับอุปสรรคที่เกิดขึ้นและหาทางระงับไม่ให้อุปสรรคนั้นแพร่กระจาย

องค์ประกอบที่ 4 ความอดทน (Endurance = D) เป็นความสามารถในการตระหนักรู้ว่าอุปสรรคและสาเหตุเป็นสิ่งที่เกิดเพียงชั่วคราว และสามารถเกิดขึ้นได้อีก การรับรู้นี้จะช่วยเพิ่มพลังกาย พลังใจ การมองโลกในแง่ดี มีสุขภาพดี และมีแนวโน้มที่จะพบกับความสำเร็จในที่สุด

สรุปได้ว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค มีองค์ประกอบด้วยกัน 4 ด้าน คือ ด้านการควบคุม หรือด้านการรับรู้ถึงความคิดและความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อมีการเปลี่ยนแปลง มีการตอบสนองต่อเหตุการณ์หรืออุปสรรคที่เกิดขึ้นตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ (Control) ด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ หรือด้านการวิเคราะห์ถึงต้นเหตุของปัญหาหรืออุปสรรคว่ามีต้นเหตุมาจากตนเองหรือปัจจัยภายนอกและแสดงออกโดยการค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหาหรืออุปสรรคนั้น (Origin and Ownership) ด้านความเข้าใจ หรือด้านการจำกัดขอบเขตของปัญหาด้วยการยอมรับกับอุปสรรคตามความเป็นจริง (Reach) ด้านความอดทน หรือด้านความทนทานต่อความยืดเยื้อของอุปสรรคที่เกิดขึ้น โดยการรับรู้ว่าอุปสรรคนั้นเกิดขึ้นเพียงชั่วคราวระยะเวลาหนึ่งและสามารถแก้ไขได้ (Endurance) ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้นำองค์ประกอบด้านต่างๆ นี้ไปใช้เป็นแนวทางในการวิจัย

ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (AQ) เป็นคุณลักษณะของบุคคลที่ช่วยให้การทำงานและการทำสิ่งต่างๆ สำเร็จ จึงสามารถกล่าวได้ว่า การมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (AQ) ที่ดี เป็นพฤติกรรมของคนเก่ง จากการศึกษาทฤษฎีที่เกี่ยวข้องพบว่า ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม ของดวงเดือน พันธุมนาวิน ซึ่งเป็นทฤษฎีทางจิตวิทยา ได้กล่าวว่า ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมนี้มี 3 ส่วน คือ 1) ส่วนที่เป็นดอกและผลของต้นไม้ 2) ส่วนที่เป็นลำต้น และ 3) ส่วนที่เป็นราก ในส่วนของดอกและผลของต้นไม้ แสดงถึงพฤติกรรมของคนดีและคนเก่ง พฤติกรรมที่น่าปรารถนานี้ จะประกอบด้วยจิตลักษณะกลุ่มแรก 5 ด้านที่ปรากฏอยู่ในส่วนของลำต้น คือ 1) เหตุผลเชิงจริยธรรม 2) การมุ่งอนาคตและควบคุมตน 3) ความเชื่ออำนาจในตน 4) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และ 5) ทศนคติ คุณธรรม และค่านิยม ถ้าต้องการที่จะพัฒนาพฤติกรรมชนิดใด จะต้องใช้จิตลักษณะบางด้านหรือทั้ง 5 ด้านประกอบกันจึงจะได้ผลดีที่สุดในส่วนรากของต้นไม้ ซึ่งเป็นจิตลักษณะกลุ่มที่สองมี 3 ด้าน คือ 1) สติปัญญา 2) ประสบการณ์ทางสังคม และ 3) สุขภาพจิต จิตลักษณะทั้ง 3 นี้ อาจใช้เป็นสาเหตุของการพัฒนาจิตลักษณะ 5 ด้านที่เป็นลำต้นของต้นไม้ก็ได้ กล่าวคือ บุคคลจะต้องมีลักษณะพื้นฐานทางจิตใจ 3 ด้านในปริมาณสูง เหมาะกับอายุ จึงจะเป็นผู้ที่มีความพร้อมที่จะพัฒนาจิตลักษณะ 5 ด้าน ที่ลำต้นของต้นไม้ โดยที่จิตลักษณะทั้ง 5 ด้านนี้จะพัฒนาไปเองอัตโนมัติ ถ้าบุคคลมีความพร้อมทางจิตใจ 3 ด้านดังกล่าว และอยู่ในสภาพแวดล้อมที่บ้าน ทางโรงเรียน และทางสังคมที่เหมาะสม

โดยสรุป ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมสำหรับคนไทยนี้ แสดงความสัมพันธ์เชิงสาเหตุและผลระหว่างจิตลักษณะ 8 ด้าน กับพฤติกรรมประเภทต่างๆ ดังภาพประกอบ 5



ภาพประกอบ 5 ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม แสดงจิตลักษณะพื้นฐาน และองค์ประกอบทางจิตใจ  
ของพฤกษกรรมคณิศและตบแต่ง

ที่มา: ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2548). *ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมสำหรับคนไทย: อดีต  
ปัจจุบัน และอนาคต*. หน้า 87.

หลักในการพัฒนาบุคคล ดวงเดือน พันธุมนาวิน ได้เสนอหลักการพัฒนาบุคคล  
ตามแนวทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมไว้ คือ การพัฒนาบุคคลต้องมีการพัฒนาจิตและพฤกษกรรมไปพร้อม  
กัน แต่ในสัดส่วนที่ต่างกันตามวัย อายุน้อยสัดส่วนการพัฒนาจิตน้อยกว่าสัดส่วนในการพัฒนา  
พฤกษกรรม พออายุมากการพัฒนาจิตมีสัดส่วนเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 80 และการพัฒนาพฤกษกรรมลดลง  
เหลือร้อยละ 20 การพัฒนาบุคคลตามสัดส่วนนี้ จะช่วยสร้างให้บุคคลเป็นคนดี เก่ง และมีความสุข  
โดยไม่ต้องให้ผู้อื่นหรือสิ่งอื่นมาควบคุมพฤติกรรม การพัฒนาแต่เพียงความรู้ และทัศนคติ ไม่เพียงพอ  
ที่จะทำให้เกิดพฤติกรรมที่น่าปรารถนาได้ ต้องพัฒนาเพื่อยกระดับจิตใจควบคู่ไปด้วย การพัฒนา  
บุคคลให้มีพฤติกรรมที่น่าปรารถนา จะต้องพัฒนาทั้งทางเสื่อ และเครื่องยนต์ การพัฒนาจิตลักษณะ  
ที่เปรียบเสมือน “หางเสื่อ” ของเรือ คือ คุณธรรม ค่านิยม จริยธรรม หรือทัศนคติ จิตลักษณะเหล่านี้  
เป็นจิตลักษณะที่ทำหน้าที่กำหนดทิศทางของการเกิดพฤติกรรม แต่จิตลักษณะเหล่านี้มิได้มีพลังใน  
การผลักดันให้เกิดพฤติกรรม จิตลักษณะที่มีพลังผลักดันให้เกิดพฤติกรรม ซึ่งเปรียบเสมือน  
“เครื่องยนต์” ของเรือ คือ ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตน ความเชื่ออำนาจในตน และแรงจูงใจใฝ่

สัมฤทธิ์ ดังนั้น การพัฒนาหรือการรณรงค์ ที่กระทำเพื่อต้องการเปลี่ยนทัศนคติ หรือปลูกจิตสำนึกจึงได้ผลน้อย และผลดีนั้นไม่ยั่งยืน ในการพัฒนาบุคคลยังต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลด้านจิตลักษณะ ดังนั้น วิธีการพัฒนาหนึ่งๆ อาจเหมาะสมกับบุคคลที่มีจิตลักษณะต่างกัน และการพัฒนาบุคคลต้องอยู่บนพื้นฐานองค์ความรู้ทางการวิจัย การที่จะพัฒนาคนได้นักพัฒนาต้องทำวิจัยเพื่อหาสาเหตุที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่ต้องการ (ดูเดือน พันธุมนาวิน. 2551: 22-27; อ้างอิงจากดวงเดือน พันธุมนาวิน. 2548ข: ไม่ปรากฏเลขหน้า)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

โกศล มีคุณ และณรงค์ เทียมเมฆ (2545: (4)-(5)) ได้ศึกษาผลของการฝึกใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมที่มีต่อจิตลักษณะและพฤติกรรมจริยธรรมของครู พบว่า จิตลักษณะ 2 ประการคือ เหตุผลเชิงจริยธรรม และเจตคติต่อพฤติกรรมเชิงจริยธรรม กับจิตลักษณะเดิม 7 ประการ คือ การมุ่งอนาคตและควบคุมตน ความเชื่ออำนาจในตน สุขภาพจิต แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ค่านิยมในอาชีพ ความใกล้ชิดศาสนา และเจตคติต่ออาชีพครู ร่วมกันมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเชิงจริยธรรมของครู อาจารย์

ดูเดือน พันธุมนาวิน และอัมพร ม้าคอง (2547: 238-257) ได้ศึกษาปัจจัยเชิงเหตุและผลของพฤติกรรมพัฒนานักเรียนของครูคณิตศาสตร์ในระดับมัธยมศึกษา พบว่า ครูที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง มีความเชื่ออำนาจในตนมาก เป็นผู้ที่มีการสอนที่ดีมาก ครูที่มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนมาก มีทัศนคติที่ดีต่องานมาก และมีประสิทธิภาพแห่งตนในการทำงานมาก เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมรับนวัตกรรมมากกว่า จิตลักษณะเดิมของครูโดยเฉพาะแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และประสบการณ์ทางสังคม ส่งผลทางตรงต่อพฤติกรรมการสอนทางสังคม

จุฑามาศ ชื่นจิตร (2550: 62-63) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนิสิตระดับปริญญาตรี สาขาวิชานันทนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า ปัจจัยที่มีผลทางบวกกับลักษณะมุ่งอนาคตของนิสิต คือ อายุ ระดับชั้นปีที่ 4 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ บุคลิกภาพ เจตคติต่อการเรียน ความคาดหวังของผู้ปกครอง และสัมพันธ์ภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน

ปัทมา วรณลักษณ์ (2550: 95-97) ได้ศึกษาพัฒนาการทักษะชีวิตของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพประเภทวิชาคหกรรมที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่างกัน ในสถานศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ พบว่า นักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงทักษะชีวิตมีแนวโน้มพัฒนาการสูง และทักษะชีวิตในแต่ละด้านสูงกว่ากลุ่มปานกลาง

ศศิธร แสงใส (2550: 96-97) ทำวิจัยเรื่องการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะบางประการกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (AQ) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในเขตพื้นที่การศึกษาสมุทรปราการ เขต 1 พบว่า ปัจจัยด้านจิตลักษณะที่มีอิทธิพลทางบวกต่อความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี ความสามารถในการปรับตัว และการอบรมเลี้ยงดูแบบพึ่งตนเอง

สุกะ อภิญญาภิบาล (2550: 83) ทำวิจัยเรื่องความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยบางประการกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า การมองโลกในแง่ดี ความเชื่ออำนาจภายในตน ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

ขัตติยา นัยาทอง (2551: 128-130) ได้ทำวิจัยเรื่องการศึกษารูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่ส่งผลต่อความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรัฐบาล ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงสูงสุดกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค คือ การมองโลกในแง่ดี รองลงมาคือการกำกับตนเอง การรับรู้ความสามารถของตน และความเชื่อมั่นในตนเอง ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางอ้อมสูงสุด คือ การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม รองลงมาคือ การสนับสนุนทางการเรียนจากผู้ปกครองและการรับรู้ความสามารถของตน และพบว่ารูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของความสามารถในการเผชิญอุปสรรคมีความแปรเปลี่ยนระหว่างนักศึกษาที่อยู่ในมหาวิทยาลัยปิดและมหาวิทยาลัยเปิด

วรรณะ บรรจง (2551: 139-140) ได้ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุและผลของเอกลักษณ์นักศึกษาครูและการรับรู้ความสามารถของตนในการเป็นครูนักวิจัยที่มีต่อพฤติกรรมครูนักวิจัยของนักศึกษาครูในยุคปฏิรูปการศึกษา พบว่า การถ่ายทอดทางสังคมจากครอบครัว จากโรงเรียน จากสถาบันฝึกหัดครู ส่งผลต่อเอกลักษณ์นักศึกษาครู

ณัฐนันท์ เนตรทิพย์ (2552: 104-105) ทำวิจัยเรื่องการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกกับความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรค AQ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก ได้แก่ ความสามารถทางสมอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ลักษณะมุ่งอนาคต และการสนับสนุนทางสังคมของบุคคลแวดล้อม มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

พชรภรณ์ เชียงสิน (2552: 72-78) ได้ทำการวิจัยเรื่องประสบการณ์การเล่นหมากล้อมและจิตลักษณะที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า นักเรียนที่มีประสบการณ์การเล่นหมากล้อมมาก มีลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตนเองสูง จะมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคสูงด้วย นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน และมีความเชื่ออำนาจในตนสูง จะมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคสูง

จากการที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า จิตลักษณะที่เป็นปัจจัยเชิงเหตุหรือมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคมีหลายด้าน ได้แก่ เซาว์อารมณ์ ความสามารถทางสมอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่ออำนาจในตน การมองโลกในแง่ดี ลักษณะความเป็นชายและลักษณะความเป็นหญิง การอบรมเลี้ยงดู และการปฏิบัติงานของบุคคลในวัยต่างๆ กัน ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเลือกที่จะนำจิตลักษณะบางด้านที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคเพื่อมาใช้ในงานวิจัยครั้งนี้ คือ

### ความเชื่ออำนาจในตน

ความเชื่ออำนาจในตน หมายถึง ความคาดหวังของบุคคลในลักษณะที่ว่า สิ่งต่างๆ ที่ตนได้รับหรือเกิดขึ้นแก่ตนนั้นเป็นผลจากการกระทำของตน ไม่ว่าจะในด้านดีหรือด้านร้าย ตนสามารถทำนายผลที่เกิดขึ้นได้และสามารถควบคุมผลเหล่านั้นได้ ซึ่งตรงกันข้ามกับความเชื่ออำนาจนอกตน ที่หมายถึงการคาดหวังของบุคคลว่าสิ่งต่างๆ ที่ตนได้รับ หรือเกิดขึ้นกับตนนั้น ไม่ได้อยู่กับการกระทำของตน แต่ขึ้นอยู่กับสาเหตุภายนอก เช่น โชค เคราะห์ โสยศาสตร์ ผู้อื่น หรือ คุณลักษณะภายในของตนที่ไม่อาจเปลี่ยนแปลงได้

### แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

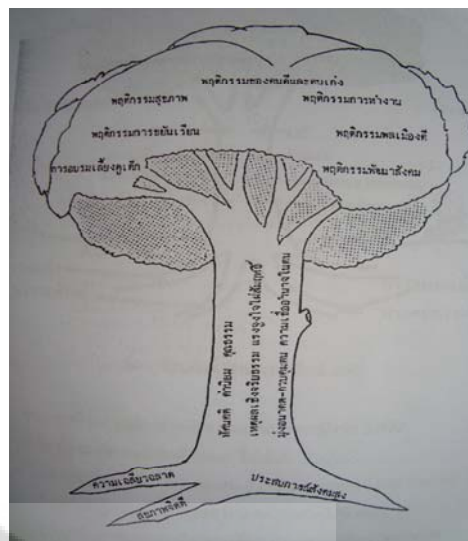
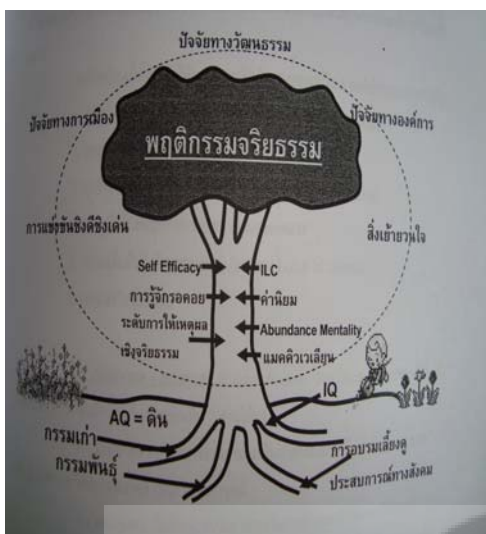
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ หมายถึงความปรารถนาที่จะกระทำให้สิ่งหนึ่งให้สำเร็จไปได้ด้วยดี ทั้งในด้านการแข่งขันกับมาตรฐาน หรือการแข่งขันกับผู้อื่นโดยการกำหนดเป้าหมายให้เหมาะสมกับความสามารถของตน และมีความมานะพยายาม บากบั่นในการต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ ที่มาขวางกั้น เมื่อประสบผลสำเร็จก็จะเกิดความสบายใจ และมีความวิตกกังวลเมื่อประสบกับความล้มเหลว (MacClelland, 1987: 110-111)

ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะพยายามทำงานให้เกิดความก้าวหน้าในอาชีพ ผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จะมีลักษณะเด่น 3 ประการคือ 1) ชอบสถานการณ์ที่ตนมีโอกาสแสดงความสามารถในการแก้ปัญหา 2) ตั้งเป้าหมายในการทำงานไว้ในระดับปานกลาง เพื่อให้มั่นใจว่าเขาจะประสบผลสำเร็จตามที่ตั้งใจ อันจะทำให้เขาได้รับความพึงพอใจ 3) ต้องการรู้ว่าตนทำงานได้ดีเพียงใด หรือต้องการข้อมูลย้อนกลับที่เป็นจริง

### การมองโลกในแง่ดี

การมองโลกในแง่ดี หมายถึง การที่บุคคลมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้ายและมีทางแก้ไขได้ สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลียงหนี และเป็นผู้ที่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

สรุปจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่าจิตลักษณะมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ผู้วิจัยจึงได้แสดงการเปรียบเทียบภาพต้นไม้ที่มาจากแนวคิดทั้ง 2 ดังปรากฏในภาพประกอบ 6



ภาพประกอบ 6 ความสัมพันธ์ของความสามารถในการเผชิญอุปสรรคกับทฤษฎีต้นไม้จิตวิทยา

## 1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

### 1.5.1 งานวิจัยภายในประเทศ

เกษร ภูมิดี (2546: 84-87) ทำการวิจัยเรื่องการศึกษาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ของนักเรียนที่มีบุคลิกภาพและรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน พบว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการสัมผัสผลลัพธ์ การแสดงตัว การเข้าใจตนเองและผู้อื่น การมีอำนาจเหนือผู้อื่น การเปลี่ยนแปลง และด้านการอดทนสูง จะมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคสูง นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคสูงกว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย

วินัส ภักดีนรา (2546: 138-139) ได้ทำการวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะทางบุคลิกภาพกับเชาว์อารมณ์ (EQ) และความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ และการถดถอยพหุคูณระหว่างคุณลักษณะทางบุคลิกภาพกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคมีความสัมพันธ์กันทางบวก

รัชนิดา สบายวรรณ (2547: 65-68) ทำการวิจัยเรื่องการสร้างแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า แบบวัดชนิดสถานการณ์และข้อความแบบ bipolar มีโครงสร้างสอดคล้องกับแนวความคิดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคตามรูปแบบแนวคิดของสตอลท์

วันเพ็ญ สมภพรุ่งโรจน์ (2547: 144-150) ทำวิจัยเรื่องการศึกษาและพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติงานของพนักงานโดยใช้การฝึกอบรมแบบเพื่อนช่วยเพื่อน พบว่า หลังจากพนักงานได้รับการฝึกอบรมแบบเพื่อนช่วยเพื่อนเกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติงานแล้ว พนักงานมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคเพิ่มขึ้น

พนารัตน์ จุญญวิรุฬ (2549: 105-106) ทำวิจัยเรื่องการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเชาว์ปัญญา กับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคและเชาว์อารมณ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนคาทอลิก เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร พบว่า สหสัมพันธ์คาโนนิกอลระหว่างเชาว์ปัญญา ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค และเชาว์อารมณ์ มีผลต่อกัน

อนันต์ นวลใหม่ (2549: 103-107) ทำวิจัยเรื่องการศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) และความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรค (AQ) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดอ่างทอง พบว่า กลุ่มตัวแปรเพศ วิธีการอบรมเลี้ยงดู สัมพันธภาพในครอบครัว กับความฉลาดทางอารมณ์และความสามารถในการเผชิญอุปสรรค มีความสัมพันธ์กัน

กนิษฐา หมั่นกิจการ (2550: 94-97) ทำวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความฉลาดทางอารมณ์และความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 1 พบว่า ตัวแปรปัจจัยด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ บุคลิกภาพ และการอบรมเลี้ยงดูแบบมีเหตุผล ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ และความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์ และจิตติมา วัฒนโสภาสิริ (2550: (1)-(2)) ได้นำเสนอรายงานการวิจัยเรื่องการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเชาว์ในการแก้ปัญหา (AQ) เชาว์อารมณ์ (EQ) จริยธรรมธุรกิจ และความเครียดของผู้ประกอบการในธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมในกรุงเทพมหานคร พบว่า เชาว์อารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับเชาว์ในการแก้ปัญหา และเชาว์ในการแก้ปัญหามีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด

วันเพ็ญ วิวิธสิริ (2550: 76-78) ทำวิจัยเรื่องการสร้างโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ พบว่า พยาบาลวิชาชีพที่มีระดับการศึกษาต่างกัน ประสบการณ์ในการทำงานต่างกัน มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการทำงานแตกต่างกัน และหลังการฝึกอบรม พยาบาลวิชาชีพมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการทำงานเพิ่มขึ้น

วันเพ็ญ ยอดคง (2550: 87-88) ทำวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความถนัดเฉพาะวิชาชีพพยาบาล เชาว์อารมณ์ ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค จริยธรรมในวิชาชีพพยาบาล กับความสามารถในการแก้ปัญหาทางการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาล พบว่า ความถนัดเฉพาะวิชาชีพพยาบาล เชาว์อารมณ์ ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค และจริยธรรมในวิชาชีพพยาบาล มีความสัมพันธ์กันทางบวก

กนกพร ส่องศรี (2551: 54-56) ทำวิจัยเรื่องการศึกษาเชาว์อารมณ์ และความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษาในสาขาวิศวกรรมศาสตร์ ระดับปริญญาตรี ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า เชาว์อารมณ์มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค และนักศึกษาที่ศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐกับเอกชนมีเชาว์อารมณ์ และความสามารถในการ

เผชิญอุปสรรคแตกต่างกัน ส่วนระดับชั้นมีความสัมพันธ์กับเซาว์อารมณ์แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

ภิญญาพัชญ์ ปลายัดทอง (2551: 174-176) ทำการวิจัยเรื่องการพัฒนารูปแบบการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 2 พบว่ารูปแบบการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 2 มีความเหมาะสมและสามารถนำไปใช้เสริมสร้างได้

วิภาวรรณ ลิขิตเลิศล้ำ (2551: 72-73) ได้ทำวิจัยเรื่องความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ปัจจัยสภาพแวดล้อมทางสังคม และปัจจัยลักษณะทางชีวสังคมที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่าความสามารถในการเผชิญอุปสรรค มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

สุพรรณ จันทมาศ (2551: 88-89) ทำวิจัยเรื่องการศึกษาความสามารถในการเผชิญปัญหาด้านการเรียนโดยอาศัยหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่มีการตระหนักรู้ตนเอง เพศและระดับชั้นเรียนต่างกัน พบว่า นักเรียนที่มีระดับการตระหนักรู้ตนเองแตกต่างกันมีความสามารถในการเผชิญปัญหาด้านการเรียนโดยอาศัยหลักอิทธิบาท 4 แตกต่างกัน

#### 1.5.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

สตอลทซ์ (Stoltz. 1997: 1) ได้ศึกษาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของพนักงานบริษัท Deloitte; & Touche, LLP. (D&T) ในประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของพนักงานใหม่มีความสัมพันธ์กับผลการปฏิบัติงานในทางบวก และการให้การฝึกอบรมความสามารถในการเผชิญอุปสรรคแก่พนักงานใหม่ มีผลทำให้การปฏิบัติงานดีขึ้นและมีโอกาสได้รับการเลื่อนตำแหน่งมากขึ้น

วิลเลียมส์ (สุภา อภิญาภิบาล. 2550: 49-50 อ้างอิงจาก Williams. 2003: Online) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการตอบสนองต่ออุปสรรคของผู้บริหารโรงเรียนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน การวิจัยนี้เน้นที่ความสำคัญของผู้บริหารโรงเรียนที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนผ่านการจัดการที่มีความหมายภายใต้วัฒนธรรมของโรงเรียน และการสนับสนุนบรรยากาศการทำงานร่วมกับครู การตอบสนองต่ออุปสรรคคือผู้บริหารโรงเรียนมีบทบาทที่ชัดเจน และเด็ดขาดในการพัฒนาโรงเรียนตามความต้องการของสังคมและเน้นที่ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงอยู่ในโรงเรียนที่ผู้บริหารมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (AQ) สูงด้วย

อัลไมดา (Almeida. 2009: Online) ได้ทำการวิจัยเพื่อพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมเอคิว (AQ) สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 3 โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วย 15 กิจกรรม ดังนี้ กิจกรรมที่ 1 อย่ายอมแพ้ กิจกรรมที่ 2 แรงแบบตาลใจจากตัวเอง กิจกรรมที่ 3 การจัดการกับอารมณ์ กิจกรรมที่ 4 การต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรค กิจกรรมที่ 5 ทุกปัญหาฉันจัดการได้ กิจกรรมที่ 6 การมองโลกทางบวก กิจกรรมที่ 7 การเล่นเกม กิจกรรมที่ 8 การเขียนเรื่องราว กิจกรรมที่ 9



เรียนรู้จากการชมละคร กิจกรรมที่ 10 บทบาทสมมติ กิจกรรมที่ 11 ผู้นำในดวงใจ กิจกรรมที่ 12 เรียนรู้จากประสบการณ์ที่ถูกต้อง กิจกรรมที่ 13 การคัดเลือกบทความ กิจกรรมที่ 14 ร้องเพลงปลุกใจ และกิจกรรมที่ 15 เกมปริศนาอักษรไขว้ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 100 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 50 คน และกลุ่มควบคุม 50 คน ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเอคิว (AQ) หลังการทดลองของนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สรุปจากงานวิจัยในต่างประเทศพบว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคสามารถพัฒนาได้ด้วยกระบวนการฝึกอบรม โดยผู้เข้ารับการอบรมควรได้ลงมือทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยตนเอง

## 2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎี แนวคิดพื้นฐานในการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

### 2.1 หลักอิทธิบาท 4

การที่บุคคลจะประสบความสำเร็จในชีวิตและการทำงานได้นั้นจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เป้าหมายของการพัฒนาบุคคล คือ การปลูกฝังให้เป็นผู้ที่มีความสุข เก่ง และดี ลงไปสู่ระดับจิตใจ โดยความสุขเป็นพื้นฐานของชีวิตในการพัฒนาคนให้มีความเก่งมากขึ้น อยากทำความดีมากขึ้น และสามารถที่จะอดทนต่อปัญหาอุปสรรคได้มากขึ้น การจะเสริมสร้างความเก่ง ดี มีสุข อยู่ยงนานได้นั้นจำเป็นต้องมี เอคิว (AQ) หรือความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่นำไปสู่ความสำเร็จของมนุษย์ (วิทยา นาควิธระ. 2544: 7-8) ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาคนทั้งระบบของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวคือ การพัฒนาบุคคลต้องพัฒนาพร้อมกันทั้ง 3 ด้านคือ ด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ทั้ง 3 ด้านนี้เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อกัน ต้องพัฒนาไปด้วยกัน โดยพฤติกรรมที่ดีเป็นช่องทางให้จิตใจพัฒนา ช่วยให้ปัญญายกงาม เกิดพฤติกรรมที่สร้างสรรค์เกื้อกูล (พระธรรมปิฎก. 2541: 244-250)

แนวทางในการปฏิบัติที่นำไปสู่เป้าหมายหรือจุดหมายในการปฏิบัติงานนั้นคือความสำเร็จของงาน ซึ่งทางพุทธศาสนา เรียกว่า หลักอิทธิบาท 4 อันเป็นหลักการทำงานของพระพุทธเจ้า เป็นหลักที่นำไปพระองค์บรรลุความสำเร็จอย่างงดงาม ทั้งทางโลกและทางธรรม

#### ความหมายของอิทธิบาท 4

ได้มีผู้ให้ความหมายของอิทธิบาท 4 ไว้ดังนี้

พุทธทาสภิกขุ (2538: 90) ได้ให้ความหมายของอิทธิบาท 4 ว่า เป็นรากฐานแห่งความสำเร็จซึ่งประกอบไปด้วยปัจจัย 4 ประการ คือ ฉันทะ คือ ความพอใจในสิ่งที่เราจะต้องทำ วิริยะ คือ ความเพียรในสิ่งที่เราพอใจ จิตตะ คือ เอาใจฝึกใฝ่อยู่แต่สิ่งนั้นไม่เปลี่ยนแปลง วิมังสา คือ ค้นคว้าเพื่อจะแก้ปัญหาอุปสรรคอยู่เสมอ

พระเทพเวที (ป.อ.ปยุตฺโต) (2543: 124) ได้ให้ความหมายของอิทธิบาท 4 ว่า หมายถึง คุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลมุ่งหมาย ซึ่งมีองค์ประกอบที่สำคัญ 4 ประการ คือ ฉันทะ (พอใจ) หมายถึง ความต้องการที่จะทำ ใฝ่ใจรักที่จะทำ และปรารถนาที่จะทำสิ่งนั้นให้ได้ผลดี

ยิ่งขึ้น วิริยะ (ความเพียร) หมายถึง ความขยัน ความพยายาม เข้มแข็ง อดทน ไม่ท้อถอย จิตตะ (ความคิด) หมายถึง การตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำ และทำสิ่งนั้นด้วยความคิด ไม่ปล่อยจิตให้ฟุ้งซ่าน วิมังสา (ความไตร่ตรอง) หมายถึง การใช้ปัญญาพิจารณา ไคร่ครวญ ตรวจสอบ หาคะเหตุผล และตรวจสอบในสิ่งที่ทำ มีการวางแผน คิดวิธีแก้ไขปรับปรุง

ชัยวัฒน์ อัทพัฒน์ (2545: 81) ได้ให้ความหมายของอิทธิบาท 4 คือ ทางเดินไปสู่ความสำเร็จ อิทธิบาท 4 มี 4 ประการคือ ฉันทะ ความพอใจอย่างแรงกล้าในการทำ ความดี วิริยะ ความพยายามอย่างแรงกล้าในการทำงาน จิตตะ ความตั้งใจอย่างแรงกล้าในการทำงาน วิมังสา การระดมปัญญาอย่างเต็มที่

จากความหมายของอิทธิบาท 4 สรุปได้ว่า อิทธิบาท 4 เป็นหลักในการดำเนินงานเป็นแนวทางในการปฏิบัติตนให้เกิดผลสำเร็จ ดังนั้น ผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการทำงานจึงต้องยึดหลักอิทธิบาท 4 เพื่อทำให้ชีวิตและการทำงานประสบผลสำเร็จ

องค์ประกอบของอิทธิบาท 4 มีดังนี้

ฉันทะ คือ ความยินดีพอใจในการทำงาน ทำงานด้วยความรัก องค์ประกอบสำคัญที่ทำให้เกิดฉันทะทางฝ่ายดี คือ โยนิโสมนสิการ เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคล คนที่มีโยนิโสมนสิการจะเป็นคนที่ช่วยเหลือตนเองได้ มีการคิดอย่างถูกวิธี คิดอย่างมีระบบ

วิริยะ คือ ความเพียร ใจสู้ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคและความลำบาก สาเหตุของการเกิดความเพียรมีทั้งด้านดีและไม่ดี ทางด้านดี คือ การเห็นประโยชน์ที่เกิดจากความเพียร และด้านไม่ดี คือ เห็นทางของความเกียจคร้าน

จิตตะ คือ ความคิดจดจ่อ หรือความเอาใจใส่อยู่กับงานนั้นๆ คนที่มีจิตตะเป็นคนที่ไม่ปล่อยปละละเลยกับงานของตน คอยตรวจตรางานอยู่เสมอ จิตตะมีความสำคัญต่อการเรียนรู้ คือ ผู้เรียนต้องมีความพอใจแล้วพยายามขวนขวายหาความรู้บ่อยๆ ไม่เลิกกลางคัน มีความเพียรพิจารณาข้อบกพร่องในการเรียน เอาใจใส่ในการเรียน เพื่อให้การเรียนประสบผลสำเร็จ

วิมังสา คือ การใช้ปัญญาพิจารณาไคร่ครวญ หาคะเหตุผลในสิ่งนั้น พิจารณาในงานหรือทำงานด้วยความเข้าใจ

องค์ประกอบของอิทธิบาททั้ง 4 จะทำงานเกื้อหนุนกัน และมักมาด้วยกัน ใครก็ตามที่มีอิทธิบาท 4 ครบทุกข้อย่อมประสบความสำเร็จในการเรียน และการทำงาน (พระเทพเวที. 2543: 144)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พระมหาสมคิด โครธา (2547: 85-86) ได้ศึกษาการใช้อิทธิบาท 4 ในการเรียนของพระนิสิตมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ผลการศึกษาพบว่า พระนิสิตมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยมีการใช้อิทธิบาท 4 ในการเรียนในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า พระนิสิตที่เป็นภิกษุ มีการใช้อิทธิบาท 4 ในการเรียน ด้านฉันทะ และด้านจิตตะแตกต่างกันกับพระนิสิตที่เป็นสามเณร ส่วนด้านวิริยะและด้านวิมังสาไม่แตกต่างกัน

สุพรรณ จันทมาศ (2551: 88-89) ได้ศึกษาความสามารถในการเผชิญปัญหา ด้านการเรียนโดยอาศัยหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่มีการตระหนักรู้ตนเอง เพศและระดับชั้นเรียนต่างกัน พบว่า นักเรียนที่มีระดับการตระหนักรู้ตนเองแตกต่างกันมีความสามารถในการเผชิญปัญหาด้านการเรียนโดยอาศัยหลักอิทธิบาท 4 แตกต่างกัน

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัย สรุปว่า หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงานเพื่อให้ประสบความสำเร็จ คือ ฉันทะ ความพอใจในสิ่งที่เราจะต้องทำ วิริยะ ความเพียรในสิ่งที่เราพอใจ จิตตะ เอาใจฝึกใฝ่อยู่แต่สิ่งนั้นไม่เปลี่ยนแปลง และวิมังสา ค้นคว้าเพื่อจะแก้ปัญหาอุปสรรคอยู่เสมอ มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับการทำงานและความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

## 2.2 แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

แนวคิดเกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษาหรือการศึกษาอย่างไครครวญ (Contemplative Education)

ประเวศ วะสี (2550: 33) กล่าวว่า คนที่มีจิตใจสงบ พิจารณาเห็นจิตของตนเอง เข้าถึงความจริง หลุดพ้นจากมายาคติ เกิดความเป็นอิสระ ประสบความงามอันเป็นทิพย์ เกิดความสุขอันลึกล้ำ มีความรักต่อเพื่อนมนุษย์และธรรมชาติทั้งหมด เรียกว่า มีการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตัวเอง โดยการเปลี่ยนแปลงนี้บุคคลสามารถเรียนรู้หรือฝึกให้เกิดขึ้นได้ มีครูที่สามารถสอนให้คนอื่นสามารถเข้าถึงความจริงได้ เมื่อมีครู มีวิธีการ และมีผลได้จริง จึงเป็นการศึกษาชนิดหนึ่ง เรียกว่า จิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education)

การที่จะนำเด็กไปสู่การพัฒนาทางด้านจิตใจนั้น จำเป็นที่ครูจะต้องมีวิธีการที่พิถีพิถัน ไครครวญในอันที่จะเข้าถึงใจเด็ก การศึกษาทุกวันนี้ เป็นการศึกษาความรู้หรือวิชาที่เป็นของนอกตัวโดยไม่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในจิตใจของผู้เรียน แม้แต่การศึกษาเกี่ยวกับจิตก็เป็นการศึกษาความรู้เกี่ยวกับจิตโดยไม่ทำให้จิตของผู้เรียนดีขึ้นหรือแม้ศึกษาเกี่ยวกับศาสนาก็ศึกษาเป็น “ศาสตร์” หรือความรู้โดยไม่ก่อให้เกิดการพัฒนาทางจิตวิญญาณอันเป็นจุดมุ่งหมายของศาสนา ดังนั้นถือว่าไม่ได้เรียนรู้ธรรมชาติของสรรพสิ่งจริงเพราะในทุกสรรพสิ่งมีจิตด้วย แต่ก็ไม่ใช่ศึกษาจิตในฐานะเป็นความรู้ ซึ่งเป็นเรื่องภายนอกอีก ควรศึกษาจิตที่เป็นกระบวนการภายใน ที่รู้จิตของตัวเองและพัฒนาจิตให้สูงขึ้น ฉะนั้นในการเรียนให้รู้ธรรมชาติของสรรพสิ่งจึงไม่สามารถเรียนได้ด้วยเอาวิชาเป็นตัวตั้ง เพราะถ้าเอาวิชาเป็นตัวตั้งก็จะแยกส่วน และเป็นเรื่องภายนอก แต่ต้องเอาจิตของผู้เรียนเป็นตัวตั้งให้การเรียนทุกชนิดเชื่อมโยงมาสู่การรู้จิตและพัฒนาจิตของตนเองจึงจะสามารถเข้าถึงความจริงของธรรมชาติของสรรพสิ่งได้

การพัฒนาจิต ควรทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวของผู้เรียนด้วย ซึ่งสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ใช่แค่เกิดปัญญาจากการได้สัมผัสหรือสัมพันธ์กับวัตถุ แต่เกิดเป็นปัญญาภายในของผู้เรียน (wisdom) ผ่านกระบวนการ transcend ดังนั้น ครูที่จะนำนักเรียนผ่านไปสู่อขั้นนี้ได้จึงเป็นครูที่มี contemplative mind คือมีจิตที่รู้จักพิจารณาไครครวญได้ตรงต่อได้

วิจักขณ์ พานิช ได้กล่าวถึง Contemplative education ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ว่า หมายถึง การเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ เป็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นได้ในสิ่งแวดล้อมที่สบาย ที่มา จากคำว่า “สัปปายะ” คือ สภาพที่เอื้อต่อการเรียนรู้ โดยเป็นสภาพแวดล้อมที่เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ด้านใน ให้ความสำคัญและเอาใจใส่จิตใจของผู้เรียนในทุกขณะ การเอาใจใส่จิตใจใน กระบวนการเรียนรู้นั้นสามารถทำได้ใน 3 ลักษณะ คือ 1) การฟังอย่างลึกซึ้ง หมายถึง ฟังด้วยหัวใจ อย่างสัมผัสได้ถึงรายละเอียดของสิ่งที่เราฟังอย่างลึกซึ้งด้วยจิตที่ตั้งมั่น 2) การน้อมสູ້ใจอย่าง ใคร่ครวญ เป็นการน้อมนำมาคิดใคร่ครวญดูอย่างลึกซึ้ง ซึ่งต้องอาศัยความสงบเย็นของจิตใจเป็น พื้นฐาน 3) การเฝ้ามองเห็นตามที่เป็นจริง หรือการภาวนา คือ การเฝ้ามองดูธรรมชาติที่แท้จริงของ จิต ซึ่งมีลักษณะที่เปลี่ยนแปลง ไม่คงที่ การเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญนี้ เป็นการศึกษาที่เต็มใจที่ จะเผชิญหน้ากับความเจ็บปวดและความทุกข์ยากลำบากของชีวิต ให้ความศรัทธาต่อทุก ประสบการณ์ที่ตนเองเคยผ่านมาไม่ว่าจะดี หรือร้าย มนุษย์ทุกคนมีศักยภาพของการศึกษาอย่าง ใคร่ครวญเหมือนกันหมด ไม่ว่าจะเป็นเด็ก ผู้ใหญ่ คนจน คนรวย คนบ้านนอก คนกรุง คนต่างชาติ ต่างวัฒนธรรม คนทุกคนต่างมีธรรมชาติของจิตแบบเดียวกัน เป็นจิตใจที่สามารถเป็นอิสระจากภาพ ลวงตาของอดีตตัวตน ก้าวพ้นสู่การสัมผัสความดี ความงาม และความจริง จนก่อให้เกิดความสุข สงบเย็นอย่างยั่งยืนภายใน

การศึกษารูปแบบใคร่ครวญ จึงเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่พร้อมด้วยศีล สมาธิอัน เป็นพื้นฐานของการก่อกำเนิดความรู้ที่ถึงพร้อม นั่นคือ ปัญญาที่สามารถมองเห็นสรรพสิ่งต่าง ๆ ที่ เป็นจริง เห็นถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยง การเปลี่ยนแปลงที่ไม่หยุดนิ่ง เห็นถึงความไม่แน่นอนของ ชีวิต ทำให้เรากลับมาเห็นคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ในปัจจุบันขณะ ด้วยสติที่สมบูรณ์ เป็นการศึกษา ด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน ก่อเกิดผลเป็นการทำงานอันสร้างสรรค์ เพื่อประโยชน์อันกว้างขวางต่อ สังคมและผู้คนรอบข้าง (สมสิทธิ์ อัสตรนธิ. 2552: 18)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ซอลโลเวย์ (Solloway. 1999: 70-75) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ครูเป็นผู้ปฏิบัติการที่ ใคร่ครวญ: การเข้าร่วมการพิจารณาใคร่ครวญ และความมีสติเป็นการปฏิบัติในชั้นเรียน มีจุดประสงค์เพื่อบรรยายประสบการณ์ของครูที่ใช้รูปแบบปฏิบัติการใคร่ครวญในชั้นเรียน ซึ่งเป็น หนทางที่ควรเป็นในชั้นเรียน เทคนิคนี้ใช้การหายใจเป็นความตั้งใจหลักในช่วงหนึ่ง เทคนิคนี้ใช้ ทั้งในการใคร่ครวญภายนอกชั้นเรียน และการมีสติภายในชั้นเรียน เป็นการศึกษาเชิงปฏิบัติการโดยใช้ เทคนิควิธีวิจัยเชิงคุณภาพ คือ การสัมภาษณ์ระยะยาว บันทึกเรื่องราว และการสัมภาษณ์กลุ่ม (focus group interviews) นำเสนอข้อมูลด้วยการบรรยายประสบการณ์และสิ่งที่เกิดขึ้นกับผู้เข้าร่วม การวิจัยเป็นรายบุคคล

เบอร์จส์การ์ด และเอลลิส (Bergsgaard; & Ellis. 2002: 53-68) ศึกษาเรื่อง กระบวนการภายในจิตใจ: การเดินทางไปสู่ความเป็นจริงโดยการสังเกตตนเอง มีจุดประสงค์เพื่อ เสนอโปรแกรมและกระบวนการในการพัฒนาครูให้เป็นผู้สังเกตความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ของตนเองอย่างมีไหวพริบปฏิภาณ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเองและคุณภาพในการปฏิสัมพันธ์กับเด็ก

การสังเกตตนเองที่เป็นภาวะของจิตสำนึกที่ตระหนักรู้ แจ่มชัด ให้การยอมรับนับถือ และเป็นปัจจุบัน ในขณะที่เดียวกันมีการขจัดความคิดเห็น การตัดสินใจล่วงหน้า และการยึดติด วิธีที่ใช้ คือ การสังเกตอย่างใคร่ครวญ การเขียนเล่าเรื่องราว เทคนิคการใช้ลมหายใจ การภาวนา สมาธิ โยคะ เทคนิคการเห็นจากภายในและการผ่อนคลาย

สรุปได้ว่า แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นได้ในสภาพแวดล้อมที่สบายเอื้อต่อการเรียนรู้ เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ด้านใน ให้ความสำคัญและเอาใจใส่จิตใจของผู้เรียนในทุกขณะ โดยการฟังอย่างลึกซึ้ง การน้อมสู่ใจอย่างใคร่ครวญ การเคารพ ศักยภาพของคนอย่างไร้อคติ ด้วยความรักความเมตตา ความเป็นกัลยาณมิตร และการเห็นตามความเป็นจริง เป็นการศึกษาที่เต็มใจที่จะเผชิญหน้ากับความเจ็บปวดและความทุกข์ยากลำบากของชีวิต ให้ความสำคัญต่อทุกประสบการณ์ที่ตนเองเคยผ่านมาไม่ว่าจะดี หรือร้าย ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำแนวคิดมาปรับใช้ในการออกแบบเพื่อสร้างรูปแบบการฝึกอบรม

### 2.3 แนวคิดการมองโลกในแง่ดี

การมองโลกในแง่ดี ได้มีนักวิชาการตลอดจนนักจิตวิทยา ได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดี ไว้ดังนี้

โกลแมน (Goleman. 1995: 97-101) ได้กำหนดให้การมองโลกในแง่ดีเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการจูงใจตนเอง ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligent) โดยที่คนมองโลกในแง่ดีจะเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้าย มีพลังและมีโอกาสที่จะพลิกผันสถานการณ์ที่เลวร้ายให้กลับคืนดีได้

เซลิแกน (Seligman. 2006: 40-51) ได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดีว่า หมายถึง ความคิด ความเชื่อในเหตุผลทางบวกต่อเหตุการณ์ที่ไม่พึงปรารถนาที่ผ่านเข้ามาในชีวิต โดยใช้รูปแบบการอธิบายตนเอง แบ่งเป็น 3 มิติ คือ

1. ความคงทนถาวรของเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นแบบชั่วคราวหรือถาวร
2. ความเป็นตนเอง ซึ่งเป็นรูปแบบการอธิบายตนเอง ที่บุคคลเชื่อว่า เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นเพราะตนเองหรือบุคคลอื่น
3. ความครอบคลุมของเหตุการณ์ว่าเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นเฉพาะบุคคลหรือเกิดกับบุคคลทั่วไป

ประเวศ วะสี (2541: 12-15) ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดีว่า หมายถึง การมองโลกแบบทวิลักษณ์ คือ การมอง 2 ด้าน คือ การมองลักษณะของสิ่งต่างๆ ทั้งด้านที่เป็นคุณ และด้านที่เป็นโทษ การมองโลกในแง่ดีนั้นเป็นการมองสิ่งต่างๆ ในด้านที่เป็นคุณ

กรมสุขภาพจิต (2544: 2) ได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดีว่า หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

ว.วชิรเมธีภิกขุ (2545: 1) ได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดีว่า หมายถึง การรู้จักมองหาแง่ดี แง่งาม แง่ที่เป็นคุณชุกช่อนแทรกซึมอยู่ในงาน ปัญหา อุปสรรค บุคคล

เหตุการณ์ ในคำวิพากษ์วิจารณ์ดิฉันนินทา ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตแต่ละวันแล้วนำมาปรับความคิดจิตใจ ตลอดจนพฤติกรรมและการงานของตนเองในทางที่สร้างสรรค์

จากความหมายของการมองโลกในแง่ดี สรุปได้ว่า การมองโลกในแง่ดี หมายถึง การที่บุคคลมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้ายและมีทางแก้ไขได้ สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้เหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลียงหนี และเป็นผู้ที่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี

โกลแมน (Goleman. 1995: 97-101) ได้กำหนดให้การมองโลกในแง่ดีเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการจูงใจตนเอง คนที่มองโลกในแง่ดีจะเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้าย มีโอกาสที่จะพลิกผันสถานการณ์ที่เลวร้ายให้กลับดีได้

แมกเกรเกอร์ (สุมาลี พัวชู. 2547: 28; อ้างอิงจาก Douglas McGragor. 1960?: unpagged) ได้ศึกษาวิจัยพฤติกรรมการทำงานของมนุษย์และสร้างทฤษฎีเอกซ์ ทฤษฎีวาย มาตั้งแต่ปี ค.ศ. 1960 ซึ่งทฤษฎีของแมกเกรเกอร์นี้ เป็นทฤษฎีที่กล่าวถึงพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้บังคับบัญชากับผู้ใต้บังคับบัญชา ซึ่งทฤษฎีเอกซ์ และทฤษฎีวายเน้นความสำคัญของเจตคติและความเชื่อของผู้บริหารต่อผู้ใต้บังคับบัญชา ว่ามีอิทธิพลต่อรูปแบบการบริหารงานหรือการสร้างแรงจูงใจในการทำงานให้แก่ลูกน้อง ซึ่งผู้บริหารที่มองมนุษย์แบบทฤษฎีเอกซ์ คือมองมนุษย์ในแง่ไม่ดีหรือมองในแง่ลบ สำหรับทฤษฎีวายจะมองมนุษย์ในแง่ดีหรือมองในแง่บวก

การคิดของคนเราจะเป็นทางบวกหรือทางลบ มีรากฐานของการพัฒนามาตั้งแต่เด็ก จากอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่เราเจริญเติบโต จากบิดามารดาที่เลี้ยงดูอย่างมีอิสระ ได้สำรวจสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัว ทำความเข้าใจกับสิ่งต่างๆ ที่ได้พบเห็นด้วยตนเอง ในสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัย โดยมีผู้ใหญ่คอยดูแลอยู่ห่างๆ จะทำให้เด็กค่อยๆ พัฒนาความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นคนมีความสามารถ มีอิทธิพลต่อสิ่งแวดล้อม สามารถเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมได้ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความกล้า มองโลกในแง่ดี ในทางตรงกันข้าม ถ้าผู้ใหญ่ห้ามเด็กอยู่เสมอ เด็กจะมีความรู้สึกหวาดหวั่นอยู่ในใจ คิดว่าโลกนี้เต็มไปด้วยอันตรายต่างๆ มากมาย เต็มไปด้วยความน่ากลัว ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง จึงกลายเป็นคนที่มองโลกในแง่ร้าย

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการมองโลกในแง่ดี

จากการศึกษาวิจัยของเซลิกแมน (Seligman. 2006: 125-129) พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการมองโลกในแง่ดี มีดังนี้

1. การถ่ายทอดจากผู้ปกครอง (Intergenerational transmission) เนื่องจากในวัยเด็กนั้นเด็กมีเวลาอยู่กับผู้ปกครองเป็นส่วนใหญ่ ได้รับรู้รูปแบบและแนวคิดการอธิบายตนเองต่อเหตุการณ์ทั้งที่ดีและร้าย เด็กจะซึมซับรับเอารูปแบบและแนวคิดในการอธิบายตนเองนั้นไว้ซึ่งยืนยันได้จากงานวิจัยของซิลิกแมนที่ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบายตนเองและการซึมเศร้าของเด็กและผู้ปกครอง พบว่ารูปแบบการอธิบายเหตุการณ์เลวร้ายของมารดาและเด็กมี

ความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่พบความสัมพันธ์ของรูปแบบการอธิบายตนเองระหว่างเด็กและบิดา

2. การให้ข้อมูลย้อนกลับของผู้ใหญ่ (The role of adult feedback) ในสังคมจะพบเหตุผลมากมายที่ผู้หญิงได้รับประสบการณ์ที่ทำให้ช่วยเหลือตนเองได้น้อย โดยที่เด็กผู้ชายจะถูกผู้ใหญ่หรือผู้ปกครองจับตามองทุกพฤติกรรมไม่ว่าจะถูกหรือผิด ในขณะที่เด็กผู้หญิงมักจะถูกเพิกเฉย เด็กผู้ชายจะถูกฝึกฝนให้พึ่งพาตนเอง ขณะที่เด็กผู้หญิงจะถูกสั่งสอนให้พึ่งพาผู้อื่น และเมื่อเด็กเหล่านั้นเติบโตขึ้น ผู้หญิงจะค้นพบตนเองว่า ในสังคมและวัฒนธรรมทำให้เธอรู้สึกด้อยค่าในกฎของการเป็นภรรยาและการเป็นมารดา เมื่อผู้หญิงออกไปทำงานก็พบว่าประสิทธิภาพของความน่าเชื่อถือในการทำงานของเธอต่ำกว่าผู้ชาย เมื่อมีการแสดงความคิดเห็นก็จะได้รับการยอมรับน้อยกว่าผู้ชาย แม้ว่าการบริหารงานจะทำได้ดีกว่าผู้ชายก็ตาม ซึ่งส่งผลให้ผู้หญิงเกิดความเครียดมากกว่าผู้ชาย

3. การได้รับความบอบช้ำทางจิตใจครั้งแรก (First major trauma) เวลาและสภาพความเป็นจริงของบุคคลที่ได้รับความบอบช้ำทางจิตใจและเกิดการสูญเสีย ซึ่งบราวน์ และ แฮร์ริส (Brown; & Harris. 1978: 789) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความซึมเศร้าในหญิงที่ใช้แรงงาน และหญิงที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมอยู่ในระดับกลาง ในกรุงลอนดอน พบว่าความซึมเศร้าของหญิงเหล่านี้มีความสัมพันธ์กับการสูญเสียมารดาก่อนอายุ 11 ปี เพราะการสูญเสียมารดาเป็นเหตุการณ์เลวร้ายที่สำคัญที่เกิดขึ้นจริงและไม่สามารถแก้ไขได้

4. ความล้มเหลวในการแก้ปัญหา (When solutions do not work) หมายถึง การทำงานที่เด็กต้องใช้ความคิดและความเข้าใจแต่เด็กกลับล้มเหลวในการแก้ปัญหานั้น ส่วนใหญ่เกิดขึ้นในเด็กที่มีอายุ 4-5 ปี จะมีการตอบคำถามโดยไม่มีการอธิบายแต่จะพูดถึงการแก้ปัญหา ขณะที่เด็กอายุ 6 ปี ส่วนใหญ่จะตอบคำถามในลักษณะการอธิบายสาเหตุ จากการศึกษาที่สรุปได้ว่า การแก้ปัญหาจะเกิดขึ้นก่อนการอธิบายสาเหตุ ดังนั้นเมื่อเด็กล้มเหลวในการแก้ปัญหา เด็กจะต้องพัฒนาทฤษฎีนามธรรมขั้นสูง (Abstract theory) เพื่อนำไปสู่คำตอบใหม่ ซึ่งในขั้นนี้เด็กจะใช้การอธิบายสาเหตุ ซึ่งเป็นเป้าหมายให้เกิดรูปแบบของการอธิบายขึ้นนั่นเอง

จากที่ได้กล่าวมา ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อรูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดีที่สำคัญนั้น ก็คือ การอบรมเลี้ยงดู ถัดมาก็คือ สังคมสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็กที่จะทำให้เด็กซึมซับรับเอาความคิด ความรู้สึก รวมถึงพฤติกรรมที่ทำให้เกิดรูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดี สรุปได้ว่าการที่จะทำให้คนมองโลกในแง่ดีได้ จะต้องเกิดจากเปลี่ยนแปลงการเรียนรู้ของบุคคลนั่นเอง

ประโยชน์ของการมองโลกในแง่ดี

เซลิแกนแมน (Seligman. 2006: 93-167) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการมองโลกในแง่ดีว่า

1. ทำให้มีสุขภาพจิตดี คนที่มองโลกในแง่ดีจะอธิบายเหตุการณ์ที่เลวร้ายในลักษณะที่ตรงกันข้าม ทำให้บุคคลเหล่านั้นไม่รู้สึกสิ้นหวัง ท้อแท้หรือหดหู่

2. ทำให้มีสุขภาพกายแข็งแรง ในคนปกติจะมีการดูแลสุขภาพที่ดี ในคนที่มีภาวะเจ็บป่วยนั้นอาการเจ็บป่วยจะทุเลาได้เร็วกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้าย รูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเชื่อที่ว่า สุขภาพดีสามารถควบคุมได้ ทั้งนี้ได้มีการศึกษาเปรียบเทียบในผู้ป่วยที่เป็นโรคร้ายแรง โรคเรื้อรังหรือในผู้ป่วยที่มีภาวะซึมเศร้าพบว่าผู้ป่วยที่มีรูปแบบการอธิบายตนเองในลักษณะการมองโลกในแง่ดีจะมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีกว่าผู้ป่วยที่มีรูปแบบการอธิบายตนเองในลักษณะการมองโลกในแง่ร้าย

3. ทำให้มีความสำเร็จในภาระงาน การเรียน และกีฬา มากกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้ายซึ่งจากการศึกษาโครงสร้างของการประสบความสำเร็จกับการป้องกันการมองโลกในแง่ร้ายของเซลิเกแมน และคนอื่นๆ พบว่าการมองโลกในแง่ดีทำให้เกิดความสำเร็จในการปรับตัวสูง

4. ทำให้มีสัมพันธภาพกับคนอื่นได้ดีกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้าย เนื่องจากคนที่มองโลกในแง่ดีรู้จักให้อภัยในความผิดของผู้อื่นและพร้อมสร้างสัมพันธภาพกับคนอื่นที่ยืนยาว งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี  
งานวิจัยในประเทศ

กรกรรณ สุพรรณวรรษา (2544: 60-68) ได้ศึกษาการวิเคราะห์การมองโลกในแง่ดีและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิต นักศึกษามหาวิทยาลัย พบว่า นิสิต นักศึกษาที่มองโลกในแง่ดีใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งจัดการกับปัญหามากกว่า และใช้การเผชิญปัญหาแบบแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมและแบบหลีกเลี่ยงน้อยกว่านิสิต นักศึกษาที่มองโลกในแง่ร้าย และมีผลปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศ สาขาวิชาเรียน ระบบการเรียนของสถานศึกษากับรูปแบบการมองโลกในแง่ดี

ปิยะวดี ลีพะบารุง (2547: 43-47) ได้ศึกษาการพัฒนาการมองโลกในแง่ดีด้วยโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีด้วยโปรแกรมฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี และเพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี และเพศของนิสิตที่มีต่อการมองโลกในแง่ดี กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะศิลปกรรมศาสตร์ที่อาสาสมัครเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี จำนวน 36 คน แบ่งเป็นนิสิตชาย 18 คน และนิสิตหญิง 18 คน เพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยวิธีการสุ่มนิสิตชาย 18 คน และนิสิตหญิง 18 คน เข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 9 คน โดยให้กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัยเป็นคะแนนการมองโลกในแง่ดีก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ t-test ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนการมองโลกในแง่ดีทุกมิติ และด้านรวมสูงกว่ากลุ่มควบคุม หลังการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี เพศชายและเพศหญิงมีคะแนนการมองโลกในแง่ดีไม่แตกต่างกัน และไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศกับโปรแกรมการฝึกทักษะเพื่อการมองโลกในแง่ดีที่มีผลต่อการมองโลกในแง่ดี



สุมาลี พัวชู (2547: 83-84) ได้ทำการศึกษาพัฒนาความสามารถในการคิดวิเคราะห์และการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาช่วงชั้นที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 3 จำนวน 767 คน โดยอาศัยวิธีการวิจัยเชิงพัฒนาในลักษณะภาพตัดขวาง ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มัธยมศึกษาปีที่ 2 และมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีระดับการมองโลกในแง่ดีไม่แตกต่างกัน และไม่มีพัฒนาการของการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนเพิ่มขึ้นตามลำดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 นักเรียนหญิงและนักเรียนชายมีระดับการมองโลกในแง่ดีแตกต่างกัน โดยนักเรียนหญิงมีระดับการมองโลกในแง่ดีสูงกว่านักเรียนชาย นอกจากนี้ การศึกษาผลปฏิสัมพันธ์ของการมองโลกในแง่ดีแบบ 2 ทาง (Two Way interaction effects) ไม่ปรากฏผลปฏิสัมพันธ์จากตัวแปรเพศกับระดับชั้นต่อการมองโลกในแง่ดี

สุรียพร ไชยฤกษ์ (2550: 96-108) ได้ทำการศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญกับการมองโลกในแง่ดี และค้นหาตัวแปรอิสระระดับนักเรียนและตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี ซึ่งมีรูปแบบการวิเคราะห์ 2 ระดับ ได้แก่ ระดับนักเรียน และระดับห้องเรียน ผลการวิจัยพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลกับการมองโลกในแง่ดี มีค่าเท่ากับ 0.66 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญกับการมองโลกในแง่ดี มีค่าเท่ากับ 0.50 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญไม่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี แต่ส่งผลต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วารงคณา รัชตะวรรณ (2554: 234-237) ได้ทำการศึกษาและพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาองค์ประกอบการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนวัยรุ่น และเพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ใช้ในการศึกษาการมองโลกในแง่ดีของวัยรุ่น เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ปีการศึกษา 2553 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน กลุ่มตัวอย่างที่เข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีเป็นนักเรียนวัยรุ่นที่กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4-6 ปีการศึกษา 2553 ในโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ที่มีคะแนนการมองโลกในแง่ดีตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่

25 ลงมา จำนวน 16 คน แล้วใช้วิธีจับคู่เพื่อเข้าร่วมโปรแกรมการพัฒนาการมองโลกในแง่ดีโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน ซึ่งจะได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนวัยรุ่น ส่วนกลุ่มควบคุม 8 คน ไม่ได้รับการให้คำปรึกษา ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบ พบว่า โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันการมองโลกในแง่ดีของวัยรุ่นประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ ได้แก่ ความคาดหวังเชิงบวก การรับรู้ความสามารถของตน การกำกับตนเอง การเผชิญปัญหา และรูปแบบการอธิบาย โมเดลมีความเหมาะสมพอดีกับข้อมูลเชิงประจักษ์ สามารถวัดองค์ประกอบการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนวัยรุ่นได้ การสร้างโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดี มีจำนวน 10 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ใช้เวลาครั้งละ 1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมง 45 นาที เมื่อเปรียบเทียบคะแนนการมองโลกในแง่ดีก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผลของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 งานวิจัยต่างประเทศ

เซลิแกนแมน (Seligman, 2006: 85-86) ศึกษาแบบการอธิบายตนเองเกี่ยวกับเด็กที่ป่วยเป็นโรคซึมเศร้า พบว่า เด็กผู้หญิงมีความซึมเศร้าน้อยกว่าเด็กผู้ชาย และเด็กผู้หญิงมีรูปแบบการอธิบายตนเองในลักษณะการมองโลกในแง่ดีมากกว่าเด็กผู้ชาย และเด็กชายมีลักษณะที่เปราะบางกับเหตุการณ์ที่เลวร้าย และยังพบว่าการมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์ทางบวกในเด็กผู้หญิงสูงกว่าผู้ชาย อีกทั้งการมองโลกในแง่ดียังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับกลยุทธ์การให้คำปรึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ซาง (วารงคณา รัชตะวรรณ, 2554: 91; อ้างอิงจาก Chang, 2001: 332-345) ได้ศึกษาความแตกต่างด้านวัฒนธรรมของผู้ที่มองโลกในแง่ดีกับผู้ที่มีโลกในแง่ร้าย และการเผชิญปัญหา พบว่า ชาวอเมริกันเอเชียมีระดับการมองโลกในแง่ดีน้อยกว่าชาวอเมริกันผิวขาว และมีการหลีกเลี่ยงปัญหาและหลีกเลี่ยงหนีสังคมมากกว่า

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี ซึ่งเป็นการที่บุคคลมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างมีทางแก้ไขได้ สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้เหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือหลีกเลี่ยงหนี และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

## 2.4 แนวคิดการเสริมพลังการทำงาน

การเสริมพลังการทำงาน (Empowerment) มาจากแนวคิดการเสริมพลังอำนาจซึ่งเริ่มต้นมาจากแนวคิดทางสังคมวิทยาที่ใช้ในการแก้ปัญหาความเหลื่อมล้ำทางสังคม ผู้นำแนวคิดนี้คือ นักปรัชญาชาวบราซิลชื่อ เปาโล แฟร์ (Paulo Freire) ช่วงปี ค.ศ. 1960-1970 ในปัจจุบันมีการนำแนวคิดนี้มาใช้กันอย่างกว้างขวางในสถานการณ์ต่างๆ เช่น การเคลื่อนไหวของกลุ่มสตรี การส่งเสริมสุขภาพบุคคล และชุมชนตลอดจนการบริหารจัดการองค์กรและการพัฒนาบุคคลในองค์กร เพราะเป็นแนวคิดที่มีความสอดคล้องกับสถานการณ์ในสังคมศตวรรษที่ 21 ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมือง เทคโนโลยีและสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างมาก แนวคิดนี้มีความสำคัญ

เพราะเป็นการพัฒนาศักยภาพของบุคคลให้สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยช่วยให้บุคคลเปลี่ยนโลกทัศน์เกี่ยวกับการมองตนเองและสังคมอย่างสร้างสรรค์ คือรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ และสามารถเปลี่ยนแปลงการทำงานของตนให้ดีขึ้นเพื่อเกิดประโยชน์ต่อสังคมได้ (จากรุวรรณ ศิลปรัตน์. 2548: 12)

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเสริมพลังการทำงาน

1. แนวคิดในหลักความสามารถ (Enablement) คือ การเชื่อมั่นในการพัฒนาความสามารถของบุคคลในการทำงานในระดับที่สูงขึ้น ด้วยการส่งเสริมให้บุคคลสามารถวางแผนและดำเนินการพัฒนาตนเอง ความสามารถเป็นพลังอำนาจที่เป็นคุณสมบัติของแต่ละบุคคล อันเป็นผลที่เกิดขึ้นจากความถนัดและการเรียนรู้ โดยทั่วไปบุคคลจะมีความสามารถแฝงอยู่ เมื่อได้รับการเสริมพลังอำนาจ ความสามารถแฝงจะแสดงออกมาให้เห็นในรูปของผลการปฏิบัติงานที่บรรลุเป้าหมาย ความสามารถของบุคคลมีหลายด้าน เช่น ความสามารถทางปัญญา (Cognitive ability) ความสามารถทางกาย (Physical ability) และความสามารถทางจิต (Mental ability) เมื่อรวมความสามารถเหล่านี้เข้าด้วยกันจะส่งผลถึงสมรรถภาพการทำงานของบุคคล

2. แนวคิดในหลักความเป็นประชาธิปไตย (Democratization) คือการเสริมสร้างการมีส่วนร่วมในการทำงาน โดยเปิดโอกาสให้ทำงานร่วมกันเป็นทีมมากขึ้น มีการแลกเปลี่ยนความรู้ประสบการณ์เพื่อประโยชน์ในการทำงาน

3. แนวคิดในหลักการกระจายอำนาจ (Decentralization) แนวความคิดเรื่องการกระจายอำนาจ ทำให้บุคคลได้รับความเชื่อถือไว้วางใจในความสามารถที่จะวินิจฉัยหรือตัดสินใจในเรื่องความรับผิดชอบ และมีอิสระในการปฏิบัติภาระหน้าที่ของตน เป็นการเสริมพลังการทำงานเพื่อให้บุคคลสามารถดำเนินงานได้บรรลุตามวัตถุประสงค์ หลักการกระจายอำนาจเชื่อว่าแหล่งของการเกิดพลังการทำงานมาจากการนับถือตนเอง (self-esteem)

4. แนวคิดในหลักการปฏิรูป หรือการเปลี่ยนแปลง (Reform) คือการปรับปรุงพัฒนาบุคคลอย่างต่อเนื่องให้สอดคล้องและทันกับกระแสของการเปลี่ยนแปลง ซึ่งครอบคลุมกระบวนการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับบุคคล ดังต่อไปนี้ 1) การมีส่วนร่วมในการบริหาร 2) การมีทัศนคติที่ดีในการปรับปรุงการทำงาน 3) การกำหนดโครงสร้างความก้าวหน้าทางวิชาชีพ 4) การให้อำนาจในการตัดสินใจเพิ่ม 5) การให้มีอิสระและได้แสดงความเชี่ยวชาญในการทำงาน

5. แนวคิดในหลักการมีส่วนร่วมเป็นเจ้าของ (Participative Ownership) เช่น การมีส่วนร่วมในการวางแผน การปฏิบัติ และการประเมินผลการทำงาน มีการปรับปรุงและพัฒนากระบวนการทำงาน มีการทำงานร่วมกันเป็นทีม ทำให้เกิดความรู้สึกมีส่วนร่วมเป็นเจ้าของ การมีส่วนร่วมในการทำงานทำให้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ได้รับการปฏิบัติอย่างเท่าเทียมกัน มีโอกาสเลือกงานที่จะทำ ทำให้ใช้ความพยายามที่จะพัฒนาการทำงานให้ดียิ่งขึ้น (จากรุวรรณ ศิลปรัตน์. 2548: 18-19)

สรุป แนวคิดการเสริมพลังการทำงานช่วยให้บุคคลเปลี่ยนโลกทัศน์เกี่ยวกับการมองตนเองและสังคมอย่างสร้างสรรค์ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ และสามารถเปลี่ยนแปลงการทำงานของตนให้ดีขึ้นเพื่อเกิดประโยชน์ต่อสังคมได้

ความหมายของการเสริมพลังการทำงาน นักวิชาการหลายท่านได้กล่าวถึงความหมายของการเสริมพลังการทำงาน ดังนี้

กิบสัน (จารุวรรณ ศิลปรัตน์. 2548: 12; อ้างอิงจาก Gibson. 1991: 354) ได้ให้ความหมายการเสริมพลังการทำงานว่า เป็นกระบวนการทางสังคม ที่แสดงให้เห็นถึงการยอมรับส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของบุคคล ในการแก้ปัญหาด้วยตนเอง สามารถนำทรัพยากรที่จำเป็นมาใช้ในการดำรงชีวิต เพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และรู้สึกว่าตนเองสามารถควบคุมวิถีความเป็นอยู่ของตนเองได้

เทบบิท (จารุวรรณ ศิลปรัตน์. 2548: 13; อ้างอิงจาก Tebbitt. 1993: 18-23) ได้กล่าวว่า การเสริมพลังการทำงาน ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในองค์กรโดยส่งเสริมให้บุคคลมีอิสระในการทำงาน และปฏิบัติงานแบบมีส่วนร่วม ทำให้บุคคลรู้สึกยึดมั่นในองค์กร โดยไม่มีการบังคับหรือเรียกร้องให้กระทำ บุคคลทุกคนบรรลุถึงวิสัยทัศน์และพันธกิจร่วมกัน

ไรน์ฮาร์ท และคนอื่น ๆ (Rinehart; et al. 1998: 630-694) กล่าวว่า การเสริมพลังการทำงานเป็นกระบวนการที่อาศัยปัจจัยด้านความรู้ ทักษะ ความสามารถ ประสบการณ์การทำงาน ความมุ่งมั่น ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน

เพจจ์และซูบ่า (Page; & Czuba. 1999: 2-6) กล่าวว่า การเสริมพลังการทำงานเป็นกระบวนการทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับบุคคล ชุมชน สังคม ช่วยให้ผู้สามารถควบคุมสิ่งที่ตนเองสนใจ ซึ่งนำไปสู่การปรับปรุงวิถีชีวิตของตนเองและองค์กรให้ดีขึ้น

จากความหมายของการเสริมพลังการทำงาน สรุปได้ว่า การเสริมพลังการทำงานหมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลง การสร้าง และการพัฒนาการทำงานของบุคคลหรือองค์กรด้วยการกระทำที่เป็นการสนับสนุนให้บุคคลหรือองค์กรนั้นทำงานได้เพิ่มมากขึ้น อย่างริเริ่มสร้างสรรค์ และตระหนักถึงคุณค่าของตนเอง มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน และมีส่วนร่วมอย่างภาคภูมิใจ ซึ่งเกี่ยวข้องกับปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคคล และบุคคลกับสิ่งแวดล้อมโดยมีการแสดงพฤติกรรมอย่างสร้างสรรค์

ความสำคัญของการเสริมพลังการทำงาน การเสริมสร้างพลังการทำงานมีความสำคัญคือ

1) เป็นการเพิ่มขีดความสามารถ โอกาสในการเรียนรู้ และพัฒนาบุคคล เพื่อปรับปรุงทักษะของบุคคลอย่างต่อเนื่อง ซึ่งจะส่งผลถึงการปฏิบัติงานขององค์กรต่อไป

2) เป็นการเสริมสร้างพลังบุคคล เกี่ยวกับการจัดการบุคคลที่มีการบูรณาการศาสตร์ต่างๆ เข้าด้วยกัน เช่น การจัดการความรู้โดยสนับสนุนให้บุคคลมีความสามารถในการสรรหาความรู้ที่ถูกต้อง และจำเป็นต้องใช้ในการปฏิบัติงานในองค์กร รู้จักทำงานร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนปรับปรุงความสามารถในการดำเนินงานต่อไป (อาชัญญา รัตนอุบล. 2547: 89)

### หลักการในการเสริมพลังการทำงาน

บิชอป และคนอื่นๆ (ชนวันต์ ศรีอมรรัตนกุล. 2550: 29-30; อ้างอิงจาก Bishop; et al. 1988: 4) ได้ให้หลักการในการเสริมพลังการทำงาน ดังนี้

1. การให้ความรู้ที่เพิ่มพลังการทำงานให้แก่บุคคล โดยการสนับสนุนให้บุคคลมองเห็นความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับสิ่งแวดล้อม และเชื่อว่าตนสามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้

2. การเรียนรู้ที่เริ่มจากประสบการณ์ของบุคคล แล้วให้คิดวิเคราะห์ โดยใช้วิจารณญาณเพื่อเชื่อมโยงปัญหาต่างๆ ที่เป็นสาเหตุให้เกิดความเข้าใจซึ่งจะนำไปสู่การปรับปรุงพฤติกรรมของบุคคลในทางที่ถูกต้องและเหมาะสม

3. การเรียนรู้ที่ให้บุคคลได้มีส่วนร่วมอย่างแท้จริง โดยการให้บุคคลมีส่วนร่วมในทุกๆ ขั้นตอน

4. การเรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม โดยครูจะเปลี่ยนบทบาทมาเป็นผู้ให้การสนับสนุนหรือผู้ประสานงาน ซึ่งการรวมกลุ่มจะทำให้บุคคลมีพลังพอที่จะแก้ไขปัญหาหรือเปลี่ยนแปลงสิ่งที่ต้องการได้

5. การเรียนรู้ที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลง โดยจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความรู้ ความรู้สึก ทักษะ และทัศนคติ ซึ่งอาจเกิดขึ้นในทันทีหรือเกิดขึ้นภายหลังที่ปฏิบัติกิจกรรม

6. การเรียนรู้มีลักษณะเป็นกระบวนการต่อเนื่อง ที่ไม่จำกัดเฉพาะในห้องเรียนเท่านั้น เนื่องจากบุคคลสามารถเรียนรู้ได้จากประสบการณ์จริงหรือการลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง

7. การให้ความรู้ที่มีการยืดหยุ่น และมีความสนุกสนาน โดยจะมีการปรับเนื้อหา วิธีการ สื่อการเรียนรู้ ให้เหมาะสมกับความต้องการและความแตกต่างของแต่ละบุคคล

ซอร์ทและเกียร์ (จารุวรรณ ศิลปรัตน์. 2548: 16-17; อ้างอิงจาก Short; & Geer. 1997: 134-135) ได้รวบรวมผลการศึกษาค้นคว้าของบุคคลต่างๆ จนทำให้ได้หลักการพื้นฐานของการเสริมพลังการทำงาน ซึ่งประกอบด้วยหลักสำคัญ 2 ประการ คือ

1. ทำให้บุคคลมีความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ ที่เป็นพลังความสามารถในการทำงาน

2. ให้บุคคลได้แสดงออกซึ่งความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ และพลังในการทำงาน

จากหลักการทั้ง 2 ประการดังกล่าว เป็นสิ่งที่องค์กรสามารถบริหารจัดการให้เกิดขึ้นได้ในกระบวนการทำงาน โดยส่งเสริมให้บุคคลมีอิสระ มีขอบเขตความรับผิดชอบในการทำงาน มีทางเลือกให้เลือกปฏิบัติ ให้ความสำคัญด้วยตนเอง ส่งเสริมการเรียนรู้และสนับสนุนให้ตรงกับงานในหน้าที่ สิ่งที่ต้องคำนึงถึงในกระบวนการปฏิบัติเพื่อให้การเสริมพลังการทำงานบรรลุผลสำเร็จ ได้แก่ 1) ปฏิสัมพันธ์ของบุคคลทั้งภายในและภายนอกองค์กรต้องกระทำด้วยความยืดหยุ่น

2) ให้บุคคลได้เรียนรู้ซึ่งกันและกันเพิ่มมากขึ้นในการร่วมกันทำงาน และ 3) การพัฒนาทักษะของบุคคลควรกระทำอย่างต่อเนื่อง

สรุปได้ว่าหลักการของการเสริมพลังการทำงานที่จะนำมาใช้ในการพัฒนา นักศึกษาคือ การส่งเสริมสนับสนุนให้นักศึกษามีอิสระในการทำงาน ให้ความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ ที่จำเป็นในการปฏิบัติงาน และเปิดโอกาสให้แสดงความสามารถในการปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่อง โดย จัดบรรยากาศของการทำงานให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันระหว่างผู้ร่วมงานและการร่วมแรงร่วมใจ กันทำงาน ส่วนเป้าหมายของการเสริมพลังการทำงาน ได้แก่ การช่วยให้นักศึกษาได้พัฒนาตนเอง โดยเพิ่มพูนพลังการทำงานในด้านต่างๆ และแสดงออกซึ่งศักยภาพในการทำงานตามหน้าที่ความ รับผิดชอบด้วยความพึงพอใจ เพื่อให้เกิดผลงานที่มีคุณภาพ และดำเนินงานไปสู่เป้าหมายร่วมกัน

## 2.5 แนวคิดการสะท้อนความคิด

ความหมายและความสำคัญของการสะท้อนความคิด

แนวคิดเรื่องการสะท้อนความคิด (Reflection) เป็นรูปแบบหนึ่งของการคิดแบบอภิปรัชญา (Metacognition) เป็นการการคิดพิจารณากระบวนการสอน และการเรียนรู้รอบคอบซึ่งจะช่วย ให้สามารถปรับเปลี่ยนความรู้และทักษะของตน การสะท้อนความคิดจึงไม่ใช่เป็นการรายงานข้อมูล ความเป็นจริงต่างๆ แต่เป็นการแสดงออกถึงความคาดหวัง การรับรู้ และความรู้สึกเกี่ยวกับ ประสบการณ์ โดยผ่านกระบวนการพูด หรือเขียน โดยมีจุดประสงค์เพื่อวิเคราะห์ เปรียบเทียบ วางแผน หรือแก้ไขปัญหา ซึ่งเป็นการคิดระดับสูงกว่าการคิดทั่วไป การสะท้อนความคิดอาจทำการ ส่วนตัวหรือทำร่วมกันเป็นกลุ่มก็ได้ และการสะท้อนความคิดเป็นวิธีหนึ่งที่ช่วยให้เติบโตในด้าน วิชาชีพและด้านส่วนตัว (Henniger. 2004: 366)

ลูอีแรน (นฤมล เนียมหอม. 2549: 45; อ้างอิงจาก Loughran. 1996: 4) กล่าวว่า การสะท้อนความคิดเปรียบเสมือนวิธีการที่ครูใช้ทักษะของตนช่วยให้นักเรียนเรียนรู้อย่างมี ความหมาย และนำไปสู่ความเข้าใจที่แท้จริง สอดคล้องกับ นกเนตร ธรรมบวร (2542: 173) ที่ได้ให้ แก่คิดว่าความรู้ในการสอนของครูพัฒนามาจากประสบการณ์ โดยครูมีการสร้างและปรับเปลี่ยน ความรู้ในการสอนของตนตลอดเวลาจากประสบการณ์ทั้งภายในและภายนอกชั้นเรียน ถ้าเรา ต้องการให้ความสำคัญกับความรู้ในการสอนของครู เราจำเป็นต้องเปิดโอกาสให้ครูได้สะท้อน ความคิดเกี่ยวกับประสบการณ์ของตนไม่ว่าจะผ่านการสนทนา พูดคุย เล่าเรื่อง หรือเขียนบันทึก เพื่อให้ครูได้ทบทวน ทำความเข้าใจ และเห็นคุณค่าความรู้ในการสอนของตนมากยิ่งขึ้น

ดิวอี้ (Dewey. 1933: 12) ได้เขียนหนังสือเรื่อง "How we think" ซึ่งได้ให้ความหมายของ การสะท้อนความคิดว่า เป็นรูปแบบหนึ่งของการคิดวิเคราะห์ ไตร่ตรอง ไคร่ครวญอย่างลึกซึ้ง โดย เริ่มจากความสงสัยใคร่รู้ในเรื่องที่เกี่ยวกับความคิดความเชื่อ หรือองค์ความรู้ที่ยึดถือกันอยู่ และใช้ ความพยายามในการค้นหาคำตอบ โดยอาศัยหลักเหตุผลและข้อมูลอ้างอิง

### ขั้นตอนของการสะท้อนความคิด

การสะท้อนความคิดประกอบด้วยขั้นตอน 4 ขั้นตอน (นฤมล เนียมหอม. 2549: 45-46; อ้างอิงจาก McKay. 2002: 6-9; Peters. 1991: 91) ดังนี้

1) การระบุปัญหา งาน หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งมีแง่มุมให้คิดและต้องการนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง ขั้นตอนนี้เกิดขึ้นจากการสังเกตเด็ก หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน

2) วิเคราะห์ธรรมชาติของปัญหา งาน หรือเหตุการณ์ที่ระบุ เพื่อพิจารณาหาสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหา หรือสาเหตุที่เป็นไปได้

3) รวบรวมข้อมูลที่จะช่วยให้คิดหาวิธีการที่แตกต่างและหลากหลายในการจัดการกับปัญหา งาน หรือเหตุการณ์นั้นๆ

4) แก้ปัญหาตามสมมติฐานที่วิเคราะห์ได้จากข้อมูลที่รวบรวมมา

ทั้งนี้ การสะท้อนความคิดจึงเป็นการคิดที่ต้องการนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง มีการวิเคราะห์ รวบรวมข้อมูลและแก้ปัญหาตามการวิเคราะห์ไว้

### หลักสำคัญในการสะท้อนความคิด

หลักสำคัญของการสะท้อนความคิด (นฤมล เนียมหอม. 2549: 46; อ้างอิงจาก Bailey, Curtis; & Nunan. 2001: 22-33) ประกอบด้วย 1) การตระหนักรู้ในตนเอง (Self awareness) หมายถึง ความสามารถในการสำนึกและเตือนตนเองในเรื่องที่ตั้งใจไว้ และ 2) การสังเกตตนเอง (Self observation) หมายถึง การสังเกต ประเมินและจัดการกับพฤติกรรมของตนเองโดยมีเป้าหมายที่จะเข้าใจและควบคุมพฤติกรรมของตนได้ดีขึ้น ทั้งนี้การสังเกตตนเองจะช่วยให้ตระหนักรู้ในตนเองมากขึ้นด้วย

ดังนั้น การสะท้อนความคิดจึงเป็นกระบวนการสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งที่ช่วยให้นักศึกษาเข้าใจ และตระหนักถึงความรู้ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคในระหว่างปฏิบัติการสอนของตน

### ลักษณะสำคัญที่เอื้อให้บุคคลสะท้อนความคิด ได้แก่

1) การมีใจที่เปิดกว้าง (Open-mindedness) เป็นความสามารถในการพิจารณาปัญหาด้วยวิธีใหม่หรือวิธีที่แตกต่าง เป็นการเปิดรับความคิดใหม่ซึ่งไม่ได้ขึ้นชอบมาก่อน คนที่มีใจเปิดกว้างย่อมพร้อมที่จะรับฟังสิ่งต่างๆ มากกว่าคนที่ยึดมั่นถือมั่น เป็นบุคคลที่เป็นผู้ฟังที่กระตือรือร้น สามารถรับฟังความคิดที่ตรงกันข้ามกับความคิดของตน และเป็นบุคคลที่ยอมรับได้ว่าในความเป็นจริงแล้วความคิดที่ตนยึดถืออยู่อาจเป็นความคิดที่ผิดก็ได้

2) การมีใจที่ทุ่มเท (Whole-heartedness) เป็นการแสดงความสนใจอย่างทุ่มเททั้งกำลังกายและความคิด เพื่อให้ได้รู้ในเรื่องที่มีใจจดจ่อ นั้น บุคคลที่มีใจทุ่มเทย่อมเกิดคำถามขึ้นมากมาย ซึ่งจะนำไปสู่ความพยายามอย่างแรงกล้าที่จะเรียนรู้

3) ความรับผิดชอบ (Responsibility) เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการพิจารณาถึงผลของการกระทำ เป็นการค้นหาสาเหตุ ค้นหาความหมายว่าสิ่งใดควรค่าแก่การเรียนรู้ และสิ่งใดควรค่าในการเชื่อถือ (Dewey. 1933: 28-33)

กิจกรรมที่เอื้อต่อการสะท้อนความคิด

กิจกรรมที่นำมาใช้ในการวิจัยเพื่อให้นักศึกษาได้สะท้อนความคิด ได้แก่ การสะท้อนความคิดผ่านการเขียนบันทึก และสะท้อนความคิดผ่านการสนทนาแลกเปลี่ยน โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. การเขียนบันทึก นกเนตร ธรรมบวร (2542: 40-42) กล่าวว่า การเขียนบันทึกเป็นการบันทึกความคิดเห็นที่มีต่อเหตุการณ์ การกระทำต่างๆ ที่เกิดขึ้น การเขียนบันทึกช่วยให้ผู้บันทึกตระหนักถึงการกระทำต่างๆ ที่ผ่านมาของตน มีความระลึกอยู่เสมอว่าตนเป็นใคร มีความสัมพันธ์กับบุคคลที่อยู่แวดล้อมอย่างไร ขณะเดียวกันก็ได้มีโอกาสหยุดคิดทบทวน วิเคราะห์ เหตุการณ์ การกระทำต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต และพยายามที่จะทำความเข้าใจ และเรียนรู้ประสบการณ์ที่ผ่านมา เพื่อใช้เป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาการกระทำของตนในอนาคตต่อไป การเขียนบันทึกอาจอยู่ในรูปของการบันทึกความคิด การกระทำ ความเชื่อ และทัศนคติ การเขียนบันทึกไม่ว่าจะในแง่บวกหรือแง่ลบ ผู้เขียนจะได้เรียนรู้จากประสบการณ์ซึ่งจะเป็นปัจจัยที่ช่วยเตือนความจำเมื่อต้องเผชิญกับประสบการณ์ที่คล้ายๆ กันในอนาคต การเขียนบันทึกจึงเป็นเครื่องมือที่มีความเป็นส่วนตัวและมีประโยชน์ในการปรับปรุงตนเอง (Henniger. 2004: 367)

2. การสนทนาแลกเปลี่ยน เป็นแนวทางหนึ่งในการสนทนาพูดคุยที่ทำให้ได้สะท้อนความคิด โดยมีพื้นฐานจากแนวคิดเกี่ยวกับความสำคัญของกลุ่มหรือชุมชนที่มีต่อการพัฒนาการเรียนการสอน ดาห์ล (นฤมล เนียมหอม. 2549: 48; อ้างอิงจาก Dahl. 1992: 1) กล่าวว่า การสนทนาเพื่อการแลกเปลี่ยน ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดเดิมๆ 2 ประการ ได้แก่ ความคิดที่มีการแบ่งแยกระหว่างนักศึกษากับครู ซึ่งเชื่อว่าครูเป็นผู้ปฏิบัติในโรงเรียนที่ขาดความรู้ และนักการศึกษาเป็นผู้ที่รู้ทฤษฎีโดยปราศจากพื้นฐานการปฏิบัติจริงในโรงเรียน และความคิดเกี่ยวกับการให้คุณค่าที่แตกต่างกันระหว่างความรู้ในชั้นเรียนกับความรู้พื้นฐานของงานวิจัย ความคิดเดิมทั้ง 2 ประการนี้เป็นอุปสรรคต่อการทำงานร่วมกันระหว่างครูและนักการศึกษา อีกทั้งยังขัดขวางการขยายวิถีของการเรียนรู้อีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นกเนตร ธรรมบวร (2542: 138-141) ที่กล่าวถึงความจำเป็นที่ต้องมีกลุ่มเพื่อนที่ไว้วางใจได้ในการที่จะพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์เกี่ยวกับเรียนการสอนไว้ว่า การได้มีโอกาสสนทนาพูดคุยในระหว่างกลุ่มเพื่อนจะช่วยให้พัฒนาความเชื่อมั่นในความรู้ในการสอนของตน อยากทดลองความรู้ใหม่ในงานสอน ตลอดจนเห็นหนทางที่จะจัดการกับปัญหาในการสอนของตนได้ดียิ่งขึ้น นอกจากการพูดคุยกับกลุ่มเพื่อนแล้วการได้มีโอกาสพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์กับนักวิจัย ทำให้นักศึกษาสามารถเข้าใจตนเองได้มากขึ้น มีโอกาสวิเคราะห์เรื่องราวในการปฏิบัติการสอน ซึ่งช่วยให้นักศึกษาทราบและตระหนักถึงปัญหา และสาเหตุในการปฏิบัติการสอนได้ดีและชัดเจนยิ่งขึ้น ซึ่งสามารถนำไปสู่การหาแนวทางในการจัดการกับปัญหาได้



คลาร์ค (นฤมล เนียมหอม. 2549: 49-50; อ้างอิงจาก Clark. 2001: 172-176) กล่าวว่า การสนทนาเพื่อการแลกเปลี่ยนทางวิชาชีพ ช่วยให้เกิดการเรียนรู้และเกิดการเปลี่ยนแปลง ดังนี้

1. การที่มีโอกาสสนทนากันในเรื่องเกี่ยวกับเด็ก หลักสูตร ทักษะคติที่มีต่อผู้ มีอำนาจ วิธีที่ครูมีปฏิสัมพันธ์กับเด็ก เพื่อนร่วมงาน และชุมชนทางวิชาชีพ ทำให้มีความกระฉ่างชัด ในความเชื่อของตน

2. การสนทนากันช่วยให้ได้ทดสอบสมมติฐานของตน ในการสนทนาเพื่อ การเรียนรู้ นักศึกษาจะให้เห็นความแตกต่างทั้งในเรื่องข้อขัดแย้ง มุมมอง การตีความ ความเชื่อและ คุณค่า การสนทนาที่ดีจะเกิดความขัดแย้งพอกับการยอมรับ และทำให้ได้เรียนรู้และได้มีโอกาสมอง โลกผ่านมุมมองของคนอื่น

3. ในการสนทนานักศึกษาจะพูดคุยด้วยประสบการณ์ของตนเอง ได้เรียนรู้ ที่จะยอมรับและไม่ยอมรับ ในบรรยากาศที่ไว้วางใจ ปลอดภัย และเอาใจใส่ จะทำให้มีความมั่นใจ มากขึ้นในบทบาททางวิชาชีพของตนเอง

4. การสนทนาช่วยให้ตระหนักถึงความสำคัญของงานสอน และช่วยให้เกิด ความสัมพันธ์ที่ดีกับกลุ่มที่ร่วมสนทนา

5. การสนทนาทำให้เกิดความผูกพันอย่างลึกซึ้งต่อการจัดการศึกษาทั้งการ สอนและการเรียนรู้ และทำให้เกิดการพิจารณาความคิดความเชื่อในการกระทำ

6. การสนทนาสามารถช่วยให้มีความเชี่ยวชาญ กลุ่มที่สนทนาเกี่ยวกับการ สอนของตนจะสะท้อนความเข้าใจที่มีต่อเด็กเป็นรายบุคคล และมักจะนำไปสู่ความเข้าใจใหม่ ทำให้ เกิดแผนการปฏิบัติใหม่ และสามารถแก้ปัญหาได้ในที่สุด

7. การสนทนาช่วยให้มีความเข้าใจที่ชัดเจนต่อการปฏิบัติงานของตน การ เรียนรู้ของนักศึกษาจะนำไปสู่การเรียนรู้ของเด็ก

การสนทนาแลกเปลี่ยนทางวิชาชีพเกิดจากกลุ่มที่สมัครใจเข้าร่วมการสนทนา โดย จัดให้มีการพูดคุยกันทุกสัปดาห์ สัปดาห์เว้นสัปดาห์ หรือเดือนละครั้งก็ได้ แต่จะต้องมีความ สม่ำเสมอ และมีเป้าหมายเพื่อการสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้ หัวข้อในการสนทนาจะเป็นไปตาม ความสนใจของกลุ่มซึ่งอาจมีความหลากหลายจากประสบการณ์การสอนของแต่ละคน

ทั้งนี้ คลาร์ค (Clark. 2001: 178-180) กล่าวถึงการสนทนาเพื่อการแลกเปลี่ยน ทางวิชาชีพที่ดีว่าต้องมีองค์ประกอบ ดังต่อไปนี้

1) การสนทนาที่ดีเริ่มจากเนื้อหาที่มีคุณค่าเพียงพอที่จะพูดถึง และสามารถ กระตุ้นให้บุคคลต้องการที่จะร่วมสนทนา โดยอาจเริ่มต้นด้วยการอ่านหนังสือหรืองานเขียนที่ดี กระตุ้นให้คิด การเล่าเรื่องราวของบุคคล เล่าปัญหาที่หาทางแก้ไขไม่ได้ ฯลฯ ในการสนทนาอาจไม่ เกี่ยวกับเนื้อหาที่นำมาใช้ เนื้อหาเหล่านั้นเป็นเพียงจุดเริ่มต้นของการสนทนาเท่านั้น

2) การสนทนาที่ดีในแต่ละครั้งจะมีลักษณะเฉพาะในครั้งนั้น แม้ว่าจะเริ่มต้นเช่นเดิมก็ไม่อาจประกันได้ว่าจะมีผลเช่นเดิม อย่างไรก็ตามการสนทนาที่ดีต้องมีลักษณะเชิญชวน ไม่ใช่คำสั่ง

3) การสนทนาที่ดีเกิดจากความสมัครใจของผู้ร่วมสนทนา

4) การสนทนาที่ดีมีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในแง่ของคุณค่า ความคิด ความกลัว ฯลฯ โดยใช้ภาษาที่เป็นที่เข้าใจของกลุ่มสนทนานั้น

5) การสนทนาที่ดีเกิดขึ้นในบรรยากาศที่ทำให้รู้สึกปลอดภัย ไร้กังวลและมีการเอาใจใส่ สถานที่และเวลาที่เหมาะสม และมีความสะดวก ทำให้การสนทนาดียิ่งขึ้น

6) เมื่อเวลาผ่านไปการสนทนาจะพัฒนาขึ้นในแง่ของความซับซ้อน ความลึกซึ้ง และการเปิดใจยอมรับต่อความไม่แน่นอน ผู้ร่วมสนทนาจะกล้าที่จะไม่เห็นด้วยมากขึ้นในขณะที่ความสัมพันธ์ของกลุ่มยังคงดำเนินต่อไป

7) การสนทนาที่ดีนำไปสู่การสะท้อนความคิดเพื่อการจัดการตนเองในเรื่องของการปฏิบัติงานในอนาคต ต้องไม่ใช่เวทีของการสนทนาในการบ่นเกี่ยวกับความไม่ยุติธรรมต่างๆ หรือใช้เพื่อการหลีกเลี่ยงจากการทำงาน

สรุปได้ว่า แนวคิดการสะท้อนความคิด เป็นการตระหนักรู้ในตนเอง การสังเกตตนเอง กิจกรรมที่นำมาใช้ในการวิจัยเพื่อให้ได้สะท้อนความคิด ได้แก่ การสะท้อนความคิดผ่านการเขียนบันทึก และการสะท้อนความคิดผ่านการสนทนาแลกเปลี่ยน

## 2.6 ทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง (Transformative Learning Theory)

ทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเป็นทฤษฎีการเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่ซึ่งให้ความสำคัญในการเข้าใจสถานะของมนุษย์ว่า เราต้องเข้าใจความหมายของประสบการณ์ของเรา เราต้องเรียนรู้ที่จะสร้างการแปลความหมายของเราเอง มากกว่าการทำตามวัตถุประสงค์ ความเชื่อ ความเป็นเหตุผล และประสบการณ์ของผู้อื่น ซึ่งสิ่งนี้เป็นสิ่งสำคัญของการศึกษาสำหรับผู้ใหญ่การเรียนรู้จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและเป็นการพัฒนาความคิดที่เป็นอิสระ

การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง เกิดขึ้นเมื่อบุคคลเปลี่ยนแปลงซึ่งไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือความรู้สึก แต่เป็นวิธีการที่บุคคลให้ความหมายเกี่ยวกับสิ่งนั้นๆ ทั้งนี้ การเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นเมื่อเราถอยหลังออกมา สะท้อนความคิด และตัดสินใจเกี่ยวกับสิ่งนั้น เมซิโรว์ (Mezirow) ได้อธิบายถึงการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงไปว่า เป็นวิธีการคิดแบบหนึ่งซึ่งมีการเพิ่มขึ้นรวมตัว แบ่งแยก หรือบูรณาการประสบการณ์ที่คลุมเครือใหม่ เป็นการเปลี่ยนในระดับที่ลึกไปถึงค่านิยม เจตคติ และความเข้าใจ (ทฤทัย อนุสรราชกิจ. 2549: 48; อ้างอิงจาก Mezirow. 1997: 5-12)

ทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงของ Mezirow มีหลักสำคัญ 3 ประการดังนี้

1) การเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ (centrality of experience) ประสบการณ์ถูกมองว่าเป็นโครงสร้างทางสังคมซึ่งสามารถอธิบายได้หลายอย่าง และทำให้เกิดผลได้

ประสบการณ์เป็นส่วนที่ทำให้เกิดการพิจารณาไตร่ตรอง ประสบการณ์การเรียนรู้เกิดจากการที่ผู้เรียนสร้างความหมายโดยการคิดไตร่ตรองตนเอง และการสนทนากับกลุ่ม

2) การคิดไตร่ตรอง (critical reflection) เกี่ยวกับการบูรณาการข้อสันนิษฐาน และความเชื่อบนฐานของประสบการณ์ที่ผ่านมา ส่วนใหญ่เกิดขึ้นเพื่อตอบสนองต่อความรู้สึกของความขัดแย้งทางความคิด อารมณ์ และการแสดงออก ซึ่งความขัดแย้งนี้เป็นผลจากการรับความรู้ที่ผิดไปจากความจริง การแสดงออกที่ไม่ตรงกับมโนทัศน์ของตนเอง และภาษาทางสังคม การคิดไตร่ตรองเป็นกระบวนการรับรู้โดยการที่บุคคลเปลี่ยนใจของตนเองอย่างแท้จริงและเป็นกระบวนการของการเปลี่ยนความตั้งใจที่จะตัดสินใจในสิ่งที่รู้ รู้สึก เชื่อ และทำให้เกิดผล

3) การสนทนาเชิงเหตุผล (rational discourse) เป็นการสนทนาโต้ตอบเพื่อที่จะประเมินเหตุผลที่สนับสนุนการแปลความหมาย โดยการตรวจสอบหลักฐานอย่างไตร่ตรองการโต้เถียง และมุมมองทางเลือกที่หลากหลาย เป็นความจำเป็นระดับกลางของการเปลี่ยนแปลงที่ได้รับการสนับสนุนและพัฒนาขึ้น เมื่อเราใช้เหตุผลในการตั้งคำถามเกี่ยวกับความเข้าใจ ความจริงใจ ความเหมาะสม (ในส่วนของศีลธรรม) และความจริง (ในส่วนของความรู้สึก)

จากมุมมองของ Mezirow การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นเมื่อบุคคลเปลี่ยนกรอบของสิ่งที่ยึดถือ โดยพิจารณาไตร่ตรองต่อข้อสันนิษฐานและความเชื่อ และการสร้างจิตสำนึกและการสร้างผังความคิดซึ่งเป็นการคิดเกี่ยวกับความหมายใหม่ต่อโลกทฤษฎี การรับรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงนั้นเป็นการทำงานของพื้นที่ประสบการณ์ภายใน คือการแสดงออกเชิงเหตุผลผ่านการตระหนัก การตัดสินใจ และการตีความ อีกด้านหนึ่งคือการแสดงออกเหนือเหตุผล ผ่านสัญลักษณ์ ภาพ และความรู้สึก ซึ่งความสามารถในการเข้าใจเป็น 2 ขั้วความคิด คือ เหตุผลกับเหนือเหตุผล

จิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) และการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง (Transformative Learning) เป็นคำที่มีความหมายใกล้เคียงกันและมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน จิตตปัญญาศึกษาเป็นทั้งแนวคิดและแนวปฏิบัติที่มีจุดมุ่งหมายให้เกิดการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงภายในตน ภายในองค์กร และการเปลี่ยนแปลงภายในสังคม โดยที่การเปลี่ยนแปลงนั้นเป็นการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานอย่างลึกซึ้ง ดังนั้น จิตตปัญญาศึกษาจึงเป็นแนวคิด ส่วนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงจึงเป็นเป้าหมาย (จุมพล พูลภัทรชีวิน. 2552: 18-21)

แนวคิดการเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใน

การเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใน (Internalization) เป็นการเรียนรู้ที่ธรรมชาติภายนอกและธรรมชาติภายในหรือจิตใจเชื่อมต่อกัน เป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่การเรียนรู้ธรรมชาตินอกตัวทุกชนิดมาพัฒนาธรรมชาติในตัวตลอดเวลา (ประเวศ วะสี. 2547: 11) เป็นกระบวนการของบุคคลที่เกิดการเปลี่ยนแปลงการเรียนรู้ (transform) จากการรับรู้คุณลักษณะด้วยการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมไปสู่คุณลักษณะที่เกิดขึ้นภายในตนเอง (นฤมล เนียมหอม. 2549: 50; อ้างอิงจาก Wallis; & Poulton. 2001: 6)

คราธวอล์ท บลูม และมาเซีย (นฤมล เนียมหอม. 2549: 50-51; อ้างอิงจาก Krathwohl, Bloom; & Masia. 1964: 29-32) กล่าวถึง การเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในไว้ 2 มุมมอง 1) การเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในเป็นการเติบโตภายในของบุคคลที่เกิดจากการยอมรับทัศนคติ หลักเกณฑ์ หลักการ หรือเหตุผล จนกลายเป็นส่วนหนึ่งของบุคคลนั้น ในการตัดสินใจคุณค่า หรือกำหนดการกระทำ ส่วนในมุมมอง 2) คือ การเรียนรู้ที่อาศัยธรรมชาติภายนอกตัวมาพัฒนาธรรมชาติภายในตัว ทั้งนี้ มีข้อสังเกตว่ากระบวนการการเรียนรู้ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในนั้นเป็นกระบวนการที่คุณภาพของธรรมชาติภายนอกมีอิทธิพลต่อการปรับเปลี่ยนภายใน

สรุปได้ว่า การเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใน หมายถึง การเรียนรู้ของบุคคลที่เกิดขึ้นจากการที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมหรือเหตุการณ์ต่างๆ และทำให้บุคคลปรับเปลี่ยนความคิด ทัศนคติ หรือเหตุผล จนกลายเป็นส่วนหนึ่งของบุคคลนั้นๆ การปรับเปลี่ยนที่เกิดขึ้นภายในบุคคล เป็นสิ่งซึ่งกำหนดการกระทำหรือพฤติกรรมของบุคคลนั้นๆ

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง

การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงมีปัจจัยที่ควรคำนึงถึง 3 ประการ ดังนี้

1. บทบาทครู ครูเป็นผู้สร้างสิ่งแวดล้อมที่ให้เกิดความไว้วางใจและห่วงใยซึ่งกันและกัน เป็นผู้อำนวยความสะดวกให้เกิดความสัมพันธ์อันดีท่ามกลางผู้เรียนเป็นหลักพื้นฐานของการส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง นอกจากนี้ครูยังต้องสร้างให้เกิดชุมชนแห่งการเรียนรู้ ให้เกิดการแบ่งปันประสบการณ์ในการสร้างความหมายต่อประสบการณ์ชีวิตของผู้เรียน

2. บทบาทผู้เรียน ผู้เรียนสามารถมีส่วนร่วมรับผิดชอบในการสร้างสิ่งแวดล้อมของการเรียนรู้ ในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนแห่งการเรียนรู้ ผู้เรียนแบ่งปันความรับผิดชอบในการสร้างสรรค์สภาวะภายใต้การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น

3. บทบาทของเหตุผลและความรู้สึก คือ การใช้พุทธิปัญญาและการคิดเชิงเหตุผล กับบทบาทของการหยั่งรู้และการคิดจินตนาการ ซึ่งทั้ง 2 ด้าน มีส่วนในการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง ครูต้องพิจารณาถึงการทำให้ผู้เรียนเชื่อมต่อระหว่างเหตุผลและความรู้สึก โดยการใช้ความรู้สึกและอารมณ์ในการคิดวิพากษ์และเป็นทางสู่การสะท้อนความคิด

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สมศักดิ์ กิจธนวัฒน์ (2547: 459-460) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาโปรแกรม 21 วันสู่การเห็นคุณค่าในตัวเองสำหรับวัยรุ่น พบว่า ผลของการพัฒนากิจกรรมในโปรแกรม 21 วันสู่การเห็นคุณค่าในตัวเอง ซึ่งเป็นคู่มือรักตัวเองให้วัยรุ่นสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตัวเองให้กับกลุ่มวัยรุ่นได้ และเมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยระหว่างก่อนการทดลองกับหลังการทดลอง ในกลุ่มทดลองจะมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น และสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

ศศิลักษณ์ ขยันกิจ (2548: 247-249) ได้ศึกษาการพัฒนากระบวนการให้การศึกษาสำหรับผู้ปกครองของเด็กปฐมวัยที่มีความต้องการพิเศษโดยใช้แนวคิดการศึกษาบำบัด

และการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง พบว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่เปลี่ยนแปลงในด้านการกระทำ คือ การปฏิบัติกับลูกในทางส่งเสริมพัฒนาการมากขึ้น เปิดโอกาสให้เด็กช่วยเหลือตนเอง และใช้เวลากับลูกมากขึ้น ในด้านความรู้สึก ยอมรับและเข้าใจในสิ่งที่ลูกเป็น เห็นศักยภาพของลูกมากขึ้น เป็นคนใจเย็นขึ้น ตื่นตัวและมีพลังในการทำงานกับลูกมากขึ้น

หฤทัย อนุสรราชกิจ (2549: 135-136) ได้ศึกษาการพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้ตามแนวความคิดการศึกษาเด็กอย่างไร้โครงครายเพื่อปรับเปลี่ยนมุมมองและการปฏิบัติของครู การศึกษาปฐมวัย พบว่า การปรับเปลี่ยนมุมมองและการปฏิบัติตนของครูที่เข้าร่วมวิจัยมีความแตกต่างกัน ครูที่ใช้ความรู้สึกเชื่อมโยงการเรียนรู้จากใจ โดยเรียนรู้ผ่านความงามของศิลปะ มาสู่การปฏิบัติทางกาย การปรับเปลี่ยนเกิดขึ้นเมื่อรับรู้อารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง มีการปรับเปลี่ยนที่เด่นชัดคือ การปรับเปลี่ยนการปฏิบัติต่อเด็ก ครูที่ยึดมั่นกับความคิดของตนเอง การปรับเปลี่ยนปรากฏในเรื่องความเข้าใจตนเอง และไม่ปรากฏการปรับเปลี่ยนในด้านที่เกี่ยวกับเด็กและผู้อื่น ครูที่เป็นนักปฏิบัติ เชื่อมโยงการเรียนรู้จากกายเข้าสู่ใจ คือ เกิดความตระหนัก รับรู้ตนเอง เชื่อมโยงสู่การรับรู้เด็ก ส่งผลให้เกิดการปรับเปลี่ยนการปฏิบัติต่อตนเอง ต่อเด็ก และต่อผู้อื่นตามการรับรู้ที่เกิดขึ้น

สรุปได้ว่า การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงของ เมซีโรว์ (Mezirow) โดยมีหลักสำคัญคือ การเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ (centrality of experience) การคิดไตร่ตรอง (critical reflection) และการสนทนาเชิงเหตุผล (rational discourse) จากการสังเคราะห์ทฤษฎี แนวคิด ทำให้ผู้วิจัยได้แนวคิดในการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน จนได้ลักษณะสำคัญของรูปแบบการฝึกอบรมแบบ LOVE ที่เป็นการฝึกอบรมผ่านการลงมือปฏิบัติ (hand) ผ่านการคิด (head) และความรู้สึกที่ลงสู่ใจ (heart) ที่ช่วยให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนหรือทำสิ่งต่างๆ จนสำเร็จ โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L) เป็นขั้นเริ่มต้นของกระบวนการฝึกอบรม โดยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ตระหนักถึงปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในการทำงานระหว่างออกไปปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา เป็นวิธีฝึกการฟังตนเอง ฟังผู้อื่นและสิ่งรอบตัว ด้วยความตั้งใจ สัมผัสได้ถึงรายละเอียดของสิ่งที่ฟังด้วยจิตที่ตั้งมั่น รวมทั้งการรับรู้อื่นๆ ด้วย เช่น การมอง การอ่าน การสัมผัส ฯลฯ

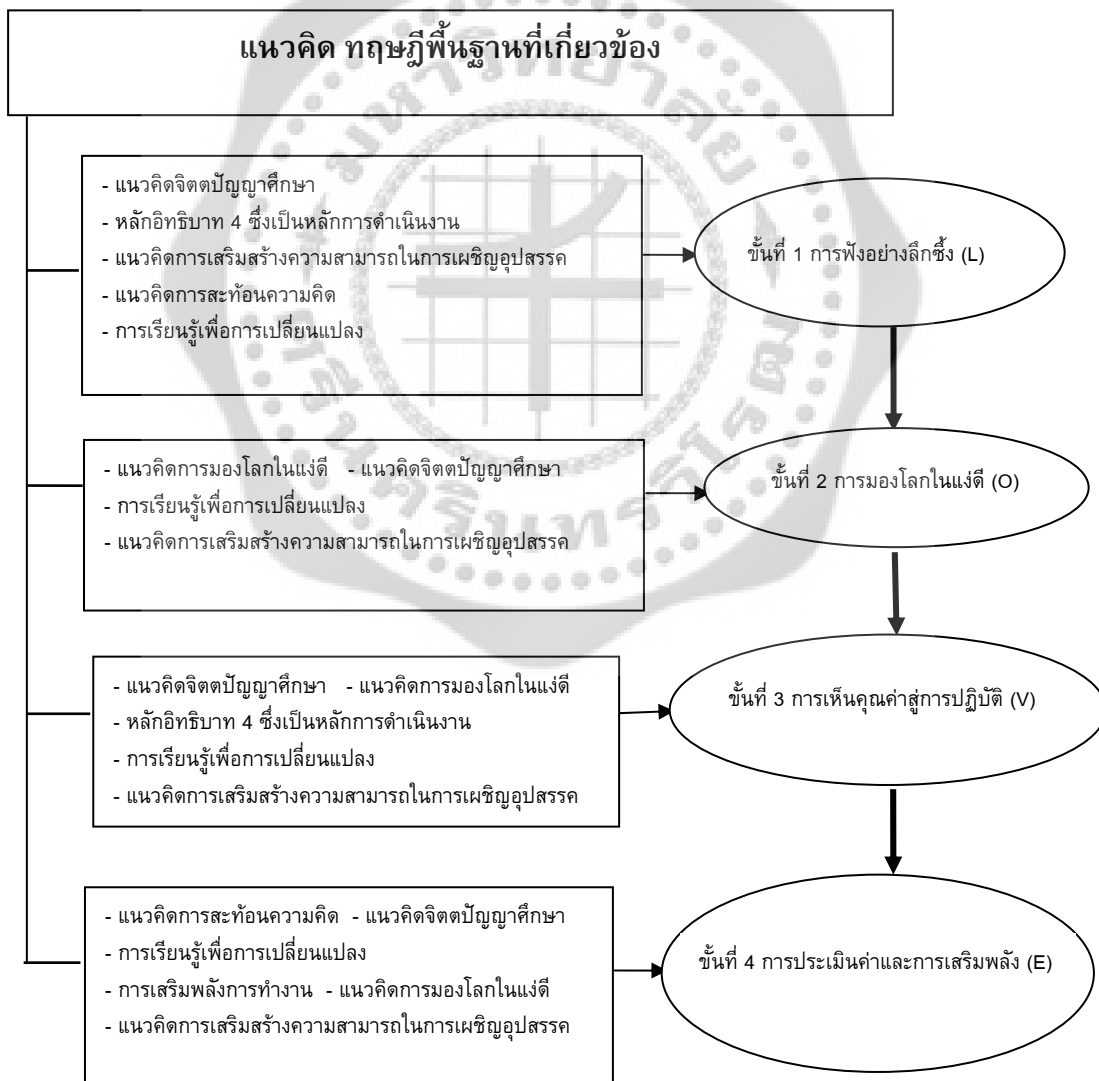
ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเกิดความคิด ความคาดหวังด้วยตนเองและจากกลุ่มเพื่อน ในการปรับตัวเมื่อเผชิญสถานการณ์ที่ทำทนายหรือปัญหาในการทำงาน และจะยังคงพยายามเอาชนะอุปสรรคต่างๆ เมื่อรับรู้ว่ามีผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจะประสบความสำเร็จและเป็นสิ่งที่มีคุณค่า

ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เรียนรู้และลงมือปฏิบัติโดยการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ต่างๆ อย่างหลากหลาย มี

เป้าหมาย ผ่านการเผชิญปัญหาหรือต้องแก้ปัญหา ทำให้เกิดประสบการณ์ตรง สามารถเห็นความเป็นตัวตนของตนเองที่แสดงออกผ่านกิจกรรมนั้นๆ

ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E) เป็นขั้นสุดท้ายของการฝึกอบรมคือ ขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสร้างกระบวนการประเมินค่าด้วยวิธีการสะท้อนกลับจากตนเอง และจากผู้อื่นที่ช่วยให้รู้สึกว่าคุณค่า มีความสามารถ มีความมั่นใจในตนเอง และสามารถตัดสินใจด้วยตนเองในการเผชิญอุปสรรคในการทำงานให้ประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวัง มีการเสริมพลังเพื่อให้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคต่างๆ ได้

การสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎีพื้นฐานที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาสร้างเป็นรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน ปรากฏตามภาพประกอบ 7 ดังนี้



ภาพประกอบ 7 การสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎีพื้นฐานที่เกี่ยวข้อง

### 3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรม

#### 3.1 ความหมายของการฝึกอบรม

การฝึกอบรม เป็นกิจกรรมที่กำหนดขึ้นเพื่อพัฒนาและปรับปรุงการทำงานของ ผู้ปฏิบัติงานหรือเจ้าหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้น การฝึกอบรมเป็นวิธีการพัฒนาบุคลากรทางการศึกษาที่ เหมาะสมที่สุด ทั้งนี้เนื่องจากปัญหาในปัจจุบันมีความสลับซับซ้อนและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว รวมทั้งหน้าที่และความรับผิดชอบในองค์กรก็เปลี่ยนแปลงไปตามสังคม นอกจากนี้ การฝึกอบรมยังเป็นกระบวนการในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเป็นระบบ เพื่อให้บุคคลมีความรู้ ทักษะ เจตคติ ที่จำเป็นสำหรับการปฏิบัติงานในอนาคตได้เป็นอย่างดี

ได้มีผู้ให้ความหมายของการฝึกอบรมไว้หลายท่าน ดังนี้

สมคิด บางโม (2539: 14) ให้ความหมายไว้ว่า การฝึกอบรม หมายถึง กระบวนการ เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของบุคคล โดยมุ่งเพิ่มพูนความรู้ ทักษะ และทัศนคติ อันจะนำไปสู่ การยกมาตรฐานการทำงานให้สูงขึ้น

ยงยุทธ เกษสาคร (2543: 7) ได้ให้ความหมายว่า การฝึกอบรม หมายถึง กระบวนการ อย่างหนึ่งในการพัฒนาองค์กร โดยอาศัยการดำเนินการอย่างเป็นระบบ มีขั้นตอนที่ผ่านการวางแผน อย่างดี และมีการกระทำที่ต่อเนื่องโดยไม่หยุดยั้ง

จากความหมายของการฝึกอบรมสรุปได้ว่า การฝึกอบรม หมายถึง การพัฒนา เพิ่มพูนความรู้ ความสามารถ ความเข้าใจ ทัศนคติ และทักษะความชำนาญของบุคคล เพื่อให้บุคคล นั้นๆ สามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายอย่างมีประสิทธิภาพ

#### 3.2 ความสำคัญของการฝึกอบรม

การฝึกอบรมมีความสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาบุคคล เนื่องจากคนเป็นทรัพยากรที่มี บทบาทที่สำคัญต่อการดำเนินงานให้บรรลุเป้าหมาย ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาประเทศทั้งด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมือง และวัฒนธรรมต่อไป การฝึกอบรมเป็นเครื่องมือที่ช่วยสนับสนุนให้บุคคลต่างๆ เกิดการพัฒนาความรู้ ทักษะ ความสามารถ และทัศนคติ เพื่อให้บุคคลนั้น สามารถปฏิบัติงานได้ดี ยิ่งขึ้น เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สามารถพัฒนาตนเองและเกิดการเรียนรู้ได้อย่างต่อเนื่อง ตลอดชีวิต

#### 3.3 เทคนิคในการฝึกอบรม

##### 3.3.1 วิธีการฝึกอบรม

###### 1. การบรรยาย

นรินทร์ จุลทรัพย์ (2544: 82) กล่าวว่า การบรรยายนับเป็นวิธีที่นิยมใช้ ทั่วไปเพราะง่ายต่อการจัดการ การบรรยายอาจเป็นการบรรยายที่ประกอบด้วยสื่อหรือ โสตทัศนูปกรณ์ต่างๆ การบรรยายเหมาะกับการฝึกอบรมในเรื่องที่เป็นการเสนอแนวคิดใหม่ๆ ที่ไม่ มีรายละเอียดซับซ้อน สามารถจัดสำหรับผู้เข้าร่วมการอบรมจำนวนมากได้

## 2. การอภิปรายกลุ่ม

เทคนิคการอภิปรายกลุ่ม เป็นเทคนิคหนึ่งที่ยอมรับกันอย่างแพร่หลาย เพราะเป็นเทคนิคที่น่าสนใจและได้ประโยชน์ในหลายๆ ด้านต่อผู้เข้ารับการฝึกอบรม ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้แสดงความคิดเห็นของตนเอง มีส่วนร่วมในการอภิปราย ได้ฝึกการเป็นผู้นำ ได้ปรับตัวเข้ากับคนอื่นได้

## 3. การระดมสมอง

การระดมสมองเป็นวิธีที่เหมาะสมกับการฝึกอบรมกับผู้เข้ารับการฝึกอบรมที่มีความรู้ระดับเดียวกัน มีความสนใจในเรื่องที่คล้ายคลึงกัน ปฏิบัติงานที่คล้ายกัน มาร่วมแสดงความคิดเห็นในเรื่องเดียวกัน การใช้วิธีนี้ไม่เหมาะที่จะใช้เป็นวิธีการฝึกอบรมในช่วงแรกๆ เพราะผู้เข้ารับการฝึกยังไม่คุ้นเคยกัน จึงยังไม่กล้าแสดงออก ทำให้ได้ผลไม่เต็มที่

## 4. กรณีศึกษา

กรณีศึกษา เป็นการศึกษากรณีหรือเรื่องราวซึ่งได้รวบรวมขึ้นจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆ ภายใต้สถานการณ์ที่ใกล้เคียงความเป็นจริงมากที่สุด เป็นวิธีที่เหมาะสมสำหรับผู้เข้ารับการฝึกอบรมกลุ่มเล็ก

## 5. เกม

เกม เป็นเทคนิคที่นิยมใช้ในการฝึกอบรมอย่างแพร่หลายอีกวิธีหนึ่ง เกมหมายถึง กิจกรรมที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ลงมือปฏิบัติ การมีส่วนร่วมในลักษณะบรรยากาศที่มีการแข่งขันแทรกอยู่ด้วย เป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเกิดการเรียนรู้สิ่งใดสิ่งหนึ่งตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

### เทคนิคการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

สตอลทซ์ (Stoltz) เชื่อว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (AQ) มี 3 ระดับ โดยเริ่มเกิดจากระดับบุคคลก่อน จากนั้นคือปัญหาอุปสรรคในที่ทำงาน และในระดับความทุกข์ยากของสังคม เหตุผลที่จำเป็นต้องพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคนั้น คือ ชีวิตหรือทุกๆ สิ่งที่ผ่านมาในชีวิต เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างไม่แน่นอน อาจมีการพลัดพรากจากกันได้ การฝึกฝนจิตใจให้มีความเข้มแข็ง สามารถทำให้อารมณ์ ความรู้สึก และจิตใจเป็นปกติได้ ความเข้มแข็งทางจิตใจ จะช่วยให้ระบบต่างๆ ของร่างกายทำงานได้เป็นอย่างดีมีผลต่อสุขภาพจิต ผู้ที่มีวุฒิภาวะสมวัยจะต้องเป็นบุคคลที่มีความสามารถในการรับมือกับความกดดัน หรือผิดความคาดหวังได้ ในสังคมปัจจุบันมีความเจริญทางวัตถุมากขึ้นบุคคลขาดหลักยึดจึงทำให้การดำรงชีวิตเป็นสุขยากและทุกข์ง่ายขึ้น และเหตุผลสุดท้ายคือ ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (AQ) เป็นสิ่งที่ฝึกฝนและพัฒนาได้ (วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2551: 348-350)

เทคนิคในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ที่สตอลทซ์ (Stoltz, 1997:149-186) ใช้ในการพัฒนาบุคคล และองค์กรเรียกว่า The LEAD Sequence and Stoppers! ดังนี้ คือ



ขั้นที่ 1 การฟังการตอบโต้ต่อภาวะวิกฤติ (Listen to your adversity response = L) หมายถึง การเก็บรวบรวมข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับปัญหาหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้น เพื่อประกอบการพิจารณาในการวางแผนการแก้ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น

ขั้นที่ 2 สำรวจหาสาเหตุของภาวะวิกฤติและความรับผิดชอบต่อปัญหา (Explore all origins and your ownership of the result = E) หมายถึง การนำข้อมูลต่างๆ มาหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหาหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้น เพื่อใช้ในการกำหนดแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น

ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์เหตุการณ์ (Analyze the evidence = A) หมายถึง การวิเคราะห์สถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นว่าสอดคล้องกับข้อมูลหรือไม่ เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคในการทำงาน

ขั้นที่ 4 ลงมือกระทำ (Do something! = D) หมายถึง การเลือกวิธีหรือการลงมือปฏิบัติตามแนวทางหรือวิธีการที่สามารถแก้ไขปัญหาและอุปสรรคในการทำงานที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม

วิทยา นาควัชระ. (2544: 9) ได้เสนอแนวคิดในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคไว้ดังนี้ 1) ต้องคิดว่า ความอดทน คือ ความกล้าหาญ เพราะถ้าเรารู้สึกว่าเป็นผู้กล้า เป็นผู้ชนะมีเกียรติที่สามารถทนต่ออุปสรรคและความคับแค้นใจได้ เมื่อพบเจออุปสรรคต้องอดทน ให้นึกว่าเราเองกำลังมีความกล้าหาญมากขึ้นทุกทีและผ่านไปพร้อมอุปสรรคนั้น 2) สร้างความภาคภูมิใจในตัวเอง ด้วยการรู้จักค้นหาและชื่นชมความดีของตนเอง การเชื่อว่าเราเป็นคนดี เพราะเคยทำดีพื้นฐานมาแล้ว จะทำให้เกิดความมั่นใจ ภาคภูมิใจในตนเอง รักตัวเองเป็นและมีภูมิคุ้มกัน เกิดพลังที่อยากมีชีวิตอยู่ต่อไปและสามารถต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ ได้ 3) รู้จักสร้างจินตนาการหรือความเชื่อที่ดีๆ เสมอ เช่น เชื่อว่าอุปสรรคที่มีอยู่ลดลง หรือสามารถแก้ปัญหาอุปสรรคได้ โดยคิดซ้ำเพื่อให้เกิดความเชื่อ เมื่อเราเชื่อว่าชีวิตนี้จะดีขึ้นในอนาคตแล้วเราจะเกิดกำลังใจ เกิดพลังในการอดทนรอคอย และ 4) รู้จักพัฒนาความเชื่อให้เกิดความเป็นไปได้ โดยคิดว่าการที่เราจะมีชีวิตที่ดีนั้น เราต้องเปลี่ยนแปลงตัวเองบางอย่าง ให้เหมาะสมขึ้นดีขึ้น เพื่อให้สามารถอยู่ในสังคมได้ดี และสามารถแก้ไขปัญหาอุปสรรคได้ดีขึ้น

สรุปได้ว่า เทคนิคในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรค มีหลากหลายวิธี ซึ่งสามารถนำวิธีการต่างๆ เหล่านี้มาใช้ในการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาให้นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนได้

### 3.3.2 ลักษณะของการฝึกอบรม มีลักษณะดังนี้

1.ลักษณะสำคัญของการฝึกอบรม วอลเลอร์สเทน และเบอร์สเทน (นิตยา เพ็ญศิริธนา. 2542: 293; อ้างอิงจาก Wallerstein; & Berstein. 1993: 379-394) กล่าวถึง มีลักษณะสำคัญดังนี้

1.1 การฝึกอบรมเป็นการสนับสนุนให้บุคคลมองเห็นความสัมพันธ์ของตนเองกับสิ่งแวดล้อม และเชื่อว่าตนสามารถก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตนเอง ชุมชน และสังคมได้

1.2 การฝึกอบรมเริ่มต้นจากประสบการณ์ของบุคคล แล้วให้บุคคลได้คิดวิเคราะห์โดยใช้วิจารณญาณเพื่อโยงปัญหาต่างๆ ของตนเข้ากับปัจจัยที่เป็นสาเหตุ การเกิดความเข้าใจดังกล่าวจะนำไปสู่การปรับปรุงพฤติกรรมให้มีความถูกต้องเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

1.3 การให้บุคคลได้มีส่วนร่วมในการเรียนรู้อย่างแท้จริงในทุกขั้นตอนของการฝึกอบรม ตั้งแต่การเลือกประเด็นที่สนใจและมีความสำคัญต่อตนเอง การวางแผนกิจกรรม การมีส่วนร่วมในการสนทนา การจัดกิจกรรมให้มีความถูกต้องเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

1.4 ใช้การเรียนรู้ร่วมกันเป็นทีม โดยวิทยากรมีบทบาทหน้าที่ในการเป็นผู้สนับสนุนการเรียนรู้หรือผู้ประสานงาน บุคคลได้แลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด ประสบการณ์ซึ่งกันและกัน นอกจากจะทำให้แต่ละคนได้เกิดความรู้ใหม่ที่สอดคล้องกับความเป็นจริงแล้ว ยังช่วยให้เห็นความสำคัญของการทำงานเป็นทีม ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกว่าพลังสนับสนุนมากพอที่จะแก้ไขปัญหา หรือเปลี่ยนแปลงสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ต้องการเปลี่ยนแปลง

1.5 การฝึกอบรมเป็นการเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะ ความรู้สึกและทักษะ ซึ่งอาจเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทันที หรือการเปลี่ยนแปลงภายหลัง เมื่อได้ลงมือกระทำกิจกรรมต่างๆ นอกจากนี้กระบวนการเรียนรู้นำไปสู่การกระทำเพื่อการเปลี่ยนแปลง โดยวิทยากรต้องกระตุ้นและสนับสนุนให้บุคคลมีการวางแผนร่วมกันสำหรับการปฏิบัติเพื่อการเปลี่ยนแปลง

1.6 การฝึกอบรมมีความยืดหยุ่น และเป็นกระบวนการที่ต่อเนื่อง วิทยากรมีการปรับเนื้อหา วิธีการ และสื่ออุปกรณ์ให้เหมาะสมกับความต้องการของแต่ละคน ของทีม การเรียนรู้ไม่จำกัดเฉพาะในห้อง เนื่องจากใช้วิธีให้บุคคลได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง จากการเลียนแบบที่ได้จากตัวแบบที่มีพลังในการสร้างแรงบันดาลใจในการเผชิญอุปสรรค และจากการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองได้ตลอดเวลา

1.7 การเรียนรู้ในการฝึกอบรมต้องสนุกสนานไม่น่าเบื่อสำหรับเทคนิคที่นำไปใช้ในการจัดกิจกรรม ส่วนมากเป็นวิธีการส่งเสริมให้มีการสนทนาแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด และการวิเคราะห์ปัญหาที่แท้จริง และเป็นปัญหาที่ผู้เรียนสนใจ เป็นเทคนิคที่ส่งเสริมให้ทีมได้ทำความเข้าใจและวิเคราะห์ปัญหาที่กำลังศึกษาร่วมกัน เทคนิคเหล่านี้จะเกี่ยวข้องกับกิจกรรม ศิลปะ ดนตรี และการประดิษฐ์สิ่งต่างๆ ที่ทำให้ผู้เรียนมีความคิดสร้างสรรค์ และทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกว่าตนมีความสามารถ ได้รับการยอมรับ เกิดการเห็นคุณค่าของตนเอง นำไปสู่ความรู้สึกมีพลัง และสามารถร่วมมือกันแก้ไขปัญหาได้ในที่สุด

## 2.บทบาทของวิทยากรในการฝึกอบรม

วิทยากรในการฝึกอบรมมีหน้าที่เป็นผู้จัดการเรียนรู้ ซึ่งต้องเอื้ออำนวย กระตุ้น สร้างโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้นำประสบการณ์ ความคิดเห็น ความเชื่อ และศักยภาพที่มีอยู่ออกมาสร้างการเรียนรู้ร่วมกัน เพื่อนำไปสู่การสร้างสรรคความรู้ใหม่ รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงในระดับบุคคลและสังคม

### 3.4 การเรียนรู้ของผู้ใหญ่

การเรียนรู้ เป็นกระบวนการต่อเนื่องจากการรับรู้ หมายถึง การเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมหรือความรู้ของบุคคล เนื่องมาจากการได้รับประสบการณ์ การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น หรือการฝึกฝน การเรียนรู้มีความสำคัญกับมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนถึงก่อนตาย การเรียนรู้สามารถเกิดขึ้นได้ทุกวัน ไม่จำกัดสถานที่ และเป็นรากฐานของการดำเนินชีวิต

#### ทฤษฎีการเรียนรู้

ทฤษฎีการเรียนรู้ เป็นสิ่งที่อธิบายว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้นเกิดขึ้นได้อย่างไร ทฤษฎีการเรียนรู้มีหลายกลุ่ม เช่น กลุ่มพฤติกรรมนิยม จะมองผู้เรียนเหมือนกระดานชนวนที่ว่างเปล่า ดังนั้น การเรียนรู้จึงขึ้นอยู่กับครูผู้สอน กลุ่มพุทธิปัญญานิยม เน้นว่าการเรียนรู้เกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนอง แต่ต่อมาได้พยายามศึกษาจนพบว่าสิ่งที่มีบทบาทมากที่สุดในการเรียนรู้คือ กระบวนการทางสติปัญญา และเชื่อว่า การเรียนรู้เป็นผลมาจากผู้เรียนได้ใช้ความสามารถทางสมองในการรับรู้ ตีความ วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของสิ่งต่างๆ การเรียนรู้ตามแนวคิดทฤษฎีนี้จะเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล ที่เป็นการเปลี่ยนแปลงกระบวนการทางจิตใจด้วย ซึ่งทฤษฎีในกลุ่มนี้ประกอบด้วย ทฤษฎีการเรียนรู้โดยการค้นพบ (Discovery Approach) ของบรูเนอร์ (Bruner) ทฤษฎีการเรียนรู้ที่มีความหมาย (A Theory of Meaningful Verbal Learning) ของออสซูเบล (Ausubel) ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Learning Theory) เป็นต้น กลุ่มมนุษยนิยม กลุ่มแนวคิดผสมผสาน และกลุ่มอื่นๆ (ณัฐพรหม อินทยศ. 2553: 139-149)

การเรียนรู้ตามปรัชญาการศึกษาผู้ใหญ่ที่เชื่อว่าทุกคนมีศักยภาพ ชายฤทธิ โปธิสุวรรณ (สุภัทรา คงเรือง. 2549: 33-35; อ้างอิงจาก ชายฤทธิ โปธิสุวรรณ. 2544: 21-24) ได้สรุปความเชื่อเบื้องต้นเกี่ยวกับการศึกษาผู้ใหญ่เชิงมนุษยปรัชญา ดังนี้

1. มนุษย์มีธรรมชาติเป็นคนดี ภายใต้อิทธิพลสิ่งแวดล้อมที่อบอุ่น รักใคร่ และมีเสรีภาพ
2. เสรีภาพและความเป็นตนเอง มนุษย์สามารถเลือกกระทำและเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อม ปรับปรุงข้อจำกัดที่มีอยู่เพื่อชีวิตที่ดีกว่าทั้งของตนเองและผู้อื่น
3. ความเป็นปัจเจกชนและศักยภาพ มนุษย์มีศักยภาพในการพัฒนาสู่ชีวิตที่มีคุณภาพ ศักยภาพในการแก้ปัญหาของตนเอง ศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองให้ดีที่สุด โดยอาศัยความฉลาด ปัญญาและความรู้เหตุผล ร่วมกับความรู้คิดใคร่ครวญ และอารมณ์
4. ตนและการรับรู้ตนเอง การรับรู้ตนเองเป็นตัวกำหนดพฤติกรรม และสิ่งที่มีอิทธิพลต่อความสามารถในการเจริญเติบโตและพัฒนาตนเอง
5. การเป็นจริงในสิ่งที่ตนสามารถเป็นไปได้ เป็นคุณลักษณะภายในของมนุษย์คือ ความพยายามที่จะพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องและตระหนักถึงศักยภาพที่แท้จริงและเป็นเอกลักษณ์ของตน

6. การรับรู้ พฤติกรรมเป็นผลของการเลือกรับรู้ บุคคลเห็นและเข้าใจสิ่งรอบตัวตามการเลือกรับรู้ของบุคคลนั้น

7. ความรับผิดชอบและความเป็นมนุษย์ มนุษย์ให้ความสำคัญแก่ตน บังคับบุคคล และความเป็นตนเอง ที่มีความรับผิดชอบต่อตนเอง ผู้อื่นและสังคม

การนำแนวคิดของนักจิตวิทยากลุ่มมนุษยนิยมมาใช้ โดยเน้นให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เรียนรู้ตามความต้องการ ความสนใจ ศักยภาพที่แตกต่างกัน และให้มีส่วนร่วมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง มุ่งเน้นให้มีการพัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพ ในขณะที่ผู้อบรมจะมีบทบาทในการเป็นผู้อำนวยความสะดวก คอยให้กำลังใจและให้ความช่วยเหลือตามความเหมาะสม ซึ่งแนวทางในการเรียนรู้ตามแนวคิดนี้ได้แก่

1. การให้อิสระและเสรีภาพแก่ผู้เรียนในการคิด พูด ทำ อีกทั้งมีการกระตุ้นให้แสดงออกตามสิ่งที่ตนเลือกจนประสบความสำเร็จ

2. จัดการเรียนรู้ให้ตอบสนองความต้องการของผู้เรียน เพราะความต้องการเป็นแรงจูงใจที่สำคัญต่อกระบวนการเรียนรู้

3. จัดบรรยากาศในการเรียนรู้ที่อบอุ่น ปลอดภัย ผ่อนคลาย เป็นกันเอง และเรียนรู้ด้วยความสนุกสนาน

4. ผู้ฝึกอบรม/ ครูควรมีสัมพันธภาพที่ดีต่อเด็ก โดยกลุ่มมนุษยนิยมเห็นว่า ผู้ฝึกอบรม/ ครูควรมีความเป็นกัลยาณมิตร

5. เน้นการเรียนรู้ที่ให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ทั้งนี้เพราะการเรียนรู้ที่ดีควรให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ด้วยตนเอง มีส่วนร่วมและมีความรับผิดชอบในกระบวนการซึ่งจะช่วยให้เกิดการพัฒนาตนเองได้

6. เน้นกระบวนการเรียนรู้เป็นสำคัญ

7. เปิดโอกาสให้เลือก เริ่มกิจกรรมและประเมินการเรียนรู้ด้วยตนเอง

8. ผู้ฝึกอบรม/ ครูต้องจัดหาวัสดุ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก หรือช่วยเหลือในการเรียนรู้ไว้ให้พร้อม

9. ผู้ฝึกอบรม/ ครูต้องช่วยให้ผู้เรียนได้พัฒนาความรู้สึกกับตัวเองในด้านบวก เพื่อให้เกิดความมั่นใจ และกล้าแสดงออก (ณัฐพรหม อินทยศ. 2553: 186-187)

การเรียนรู้โดยแท้จริงแล้วไม่มีทฤษฎีใดที่จะอธิบายเกี่ยวกับการเรียนรู้ได้ดีที่สุด ดังนั้น ในการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นจึงผสมผสานแนวคิดทฤษฎีต่างๆ เพื่อให้เกิดการพัฒนาแก่นักศึกษาอย่างเต็มศักยภาพ

### 3.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรม

เนตรนภา ชื่นสุข (2547: 60) ได้ศึกษาการพัฒนาารูปแบบการฝึกอบรมสิ่งแวดล้อมศึกษา เรื่อง การอนุรักษ์ป่าชายเลน สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน สิ่งแวดล้อมของนักเรียนที่เรียนรู้โดยใช้รูปแบบการฝึกอบรมสิ่งแวดล้อมศึกษา

ก่อนเข้ารับการฝึกและหลังเข้ารับการฝึกแตกต่างกันโดยมีผลสัมฤทธิ์สูงขึ้น และนักเรียนพึงพอใจในรูปแบบการฝึกอบรมอยู่ในเกณฑ์ดีมาก

สายฤดี วรกิจโกคา และคณะ (2549: 102-110) ได้ศึกษาการพัฒนาในรูปแบบการฝึกอบรมเยาวชนเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจต่อการมีพฤติกรรมเสี่ยง พบว่า อาจารย์และนักเรียนมีความเห็นว่าการอบรมนี้จะเป็นประโยชน์ในอนาคต เนื้อหาน่าสนใจ

ปิยะพงษ์ ไสยโสภณ (2550: 153-154) ได้ศึกษาการพัฒนาแบบการจัดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม หมวดวิชาพัฒนาทักษะชีวิต 1 ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษาการศึกษานอกโรงเรียนในทัศนสถานวัยหนุ่มกลาง พบว่า หลังการใช้รูปแบบผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้หมวดวิชาทักษะชีวิตสูงขึ้น

บุญสิทธิ์ ไชยชนะ (2552: 93-94) ได้ศึกษาผลการใช้โปรแกรมส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองด้านบทบาทครูวิจัยและสมรรถนะการวิจัยในชั้นเรียนที่มีต่อนักศึกษาครู ในชั้นการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูแบบเต็มรูปแบบ พบว่า นักศึกษาครูที่มีระดับการรับรู้ความสามารถของตนในการวิจัยในชั้นเรียนสูง และต่ำมีการเห็นคุณค่าในตนเองด้านบทบาทครูวิจัย และสมรรถนะการวิจัยในชั้นเรียน ภายหลังควบคุมความรู้ไม่แตกต่างกัน

สรุปได้ว่า การฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ควรมีลักษณะสำคัญที่เป็นจุดเด่นคือ เป็นการฝึกอบรมที่เปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีส่วนร่วมในการเรียนรู้อย่างแท้จริงในทุกขั้นตอนของการเรียนรู้ ใช้การเรียนรู้ร่วมกันเป็นทีม การจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเริ่มต้นจากการฟังอย่างลึกซึ้ง การมองโลกในแง่ดี การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ การประเมินค่าและการเสริมพลัง การจัดการเรียนรู้ในการฝึกอบรมต้องสนุกสนาน ยืดหยุ่นและไม่จำกัดเฉพาะในห้องฝึกอบรมเท่านั้น ส่วนการวัดและประเมินการฝึกอบรมควรกระทำให้ครอบคลุม ทั้งการมีส่วนร่วมของผู้เข้ารับการฝึกอบรมในการทำกิจกรรมกลุ่ม การวัดความพึงพอใจของผู้เข้ารับการฝึกอบรม และวัดผลการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับการทำงาน

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาวิจัยโดยใช้กระบวนการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) ซึ่งมีระยะการดำเนินงานวิจัย ดังนี้

#### ระยะการดำเนินงานวิจัย

**ระยะที่ 1 การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น**  
ประกอบด้วย

1. ศึกษาและวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการฝึกสอนของนักศึกษา
2. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เพื่อเป็นฐานของการพัฒนา รูปแบบ โดยวิเคราะห์หลักการแนวคิดพื้นฐานที่มาจากทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงาน แนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของสตอลทซ์ การมองโลกในแง่ดี การสะท้อนความคิด และการเสริมพลังการทำงาน
3. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมเพื่อเป็นหลักในการออกแบบ

**ระยะที่ 2 การออกแบบและพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรม** ประกอบด้วย

1. สังเคราะห์และสร้างรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
2. สร้างและประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย และปรับปรุงแก้ไข
3. ศึกษาสำรวจ (Pilot study) การพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย และปรับปรุงรูปแบบให้มีความเหมาะสมเพื่อนำไปทดลองต่อไป

**ระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม** ประกอบด้วย

ดำเนินการทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย กับกลุ่มทดลองตามรูปแบบการทดลองที่กำหนด

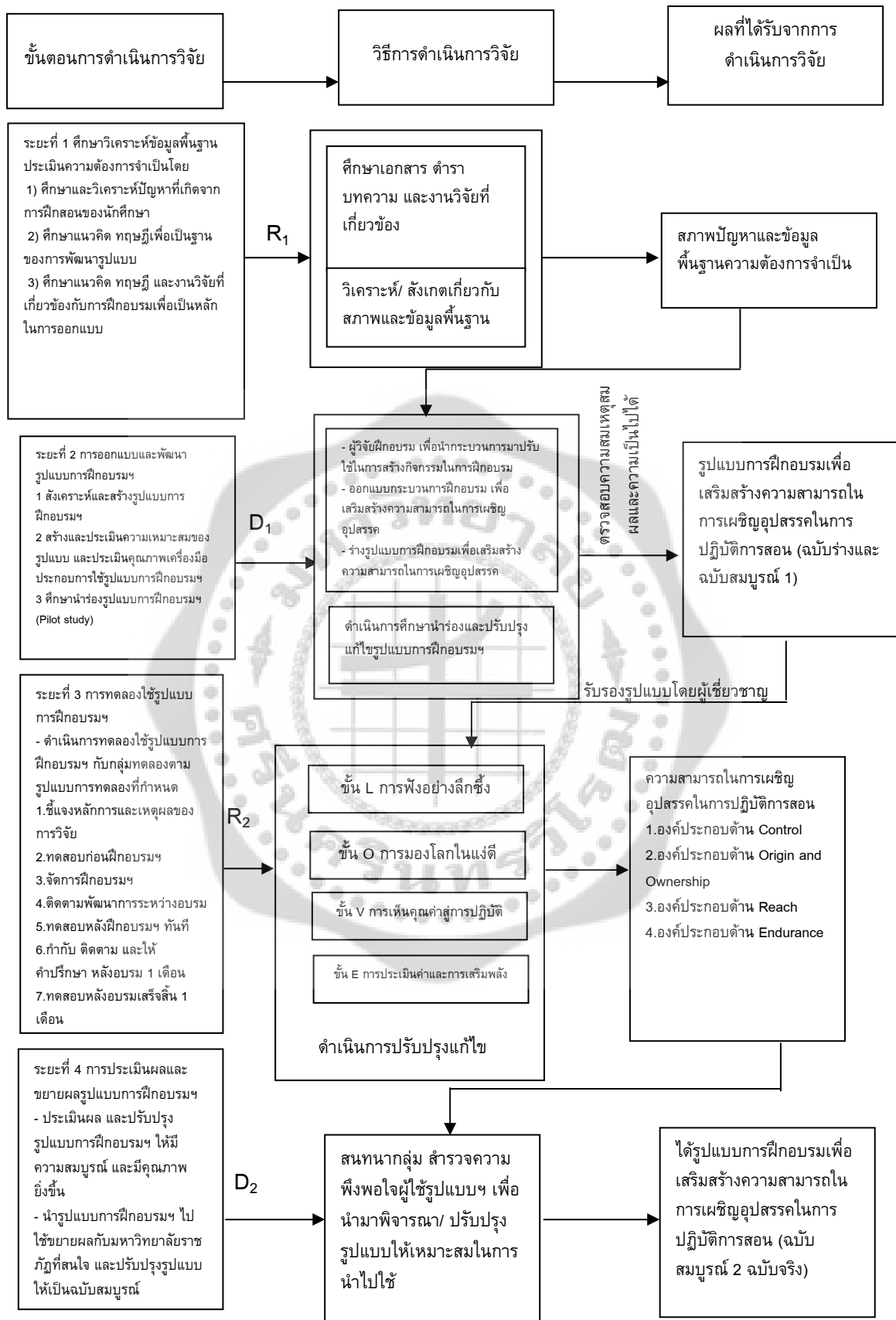
#### ระยะที่ 4 การประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม ประกอบด้วย

ประเมินผล และปรับปรุงรูปแบบการฝึกอบรม จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลให้มีความสมบูรณ์ และมีคุณภาพยิ่งขึ้น นำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ไปใช้ขยายผลกับมหาวิทยาลัยราชภัฏที่สนใจ และปรับปรุงรูปแบบให้เป็นฉบับสมบูรณ์

#### ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนการดำเนินการวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบฯ ดังนี้





ภาพประกอบ 8 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย



## การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

### ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรในระยะดำเนินงาน ระยะที่ 1 การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น มีดังนี้

1. นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 40 คน

2. ครูพี่เลี้ยงที่ทำหน้าที่นิเทศนักศึกษา คือ ครูที่ปฏิบัติการสอนระดับปฐมวัยของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาศรีราษฎร์ธานี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และโรงเรียนในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย ซึ่งมาเข้าร่วมประชุมกับคณะครุศาสตร์ในการเตรียมความพร้อมเพื่อรับนักศึกษาออกปฏิบัติการสอน 9 โรงเรียน จำนวน 40 คน

3. อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี จำนวน 6 คน

ประชากรในระยะดำเนินงาน ระยะที่ 2 การออกแบบและพัฒนารูปแบบการฝึกอบรม มีดังนี้

นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรีในการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน แบบวัดจิตลักษณะที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และในการศึกษานำร่องรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี (Pilot study) คือ นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 71 คน

ประชากรในระยะดำเนินงาน ระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม คือ นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา กลุ่มเดียวกับประชากรในระยะที่ 2

ประชากรในระยะดำเนินงาน ระยะที่ 4 การประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม มีดังนี้

1. อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ จำนวน 9 คน

2. นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรีในการขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี คือ นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ ชั้นปีที่ 4 สิ้นสุดภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 และกำลังเตรียมปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 117 คน

## กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 1 การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น

1.1 นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 40 คน ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling)

1.2 ครูพี่เลี้ยงที่ทำหน้าที่นิเทศนักศึกษา คือ ครูที่ปฏิบัติการสอนระดับปฐมวัยของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุราษฎร์ธานี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และโรงเรียนในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย จำนวน 2 อำเภอ ที่มาเข้าร่วมประชุมกับคณะครุศาสตร์ฯ ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จากหน่วยงานที่สังกัดหน่วยงานละ 2 คน รวมเป็น 4 คน

1.3 อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี จำนวน 3 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling)

2. กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 2 การออกแบบและพัฒนารูปแบบการฝึกอบรม

กลุ่มตัวอย่างในการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน และแบบวัดจิตลักษณะ (Try Out) และกลุ่มตัวอย่างในการศึกษานำร่องรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย (Pilot study) คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 จำนวน 2 ห้องเรียน ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ได้มา 1 ห้องเรียน จำนวน 32 คน ส่วนอีก 1 ห้องเรียน จำนวน 39 คน จัดเข้าเป็นกลุ่มทดลอง ในระยะที่ 3

3. กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาทดลองรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา 1 ห้องเรียน จำนวน 39 คน ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ในระยะที่ 2

4. กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 4 การประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม

4.1 กลุ่มตัวอย่างในการขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คือ อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ ได้มาโดยการ

เลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 2 คน จากผู้ที่สนใจเข้าร่วมการพัฒนา นักศึกษา จากนั้นทำการสุ่มอย่างง่ายเพื่อจัดเข้าเป็นวิทยากรอบรมกลุ่มขยายผล 1 และ 2

4.2 กลุ่มตัวอย่างในการขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย (ขยายผล 1, 2) คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ ชั้นปีที่ 4 ชั้นสุดท้ายเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 และกำลังเตรียมปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 3 ห้องเรียน (117 คน) ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 1 ห้องเรียน (31 คน) จากนั้นทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) เพื่อแบ่งนักศึกษาออกเป็น 2 กลุ่ม และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเพื่อกำหนดเป็นกลุ่มขยายผล 1 (จำนวน 17 คน) และกลุ่มขยายผล 2 (จำนวน 14 คน) เหตุผลที่ผู้วิจัยเลือกขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมกับมหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ซึ่งเป็นมหาวิทยาลัยที่อยู่ทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือ นั้น เพราะต้องการศึกษาว่ารูปแบบการฝึกอบรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจะสามารถนำไปใช้กับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยในภาคอื่นได้หรือไม่

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. คู่มือการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
2. แผนการจัดกิจกรรมฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
3. แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
4. แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน
5. แบบวัดการมองโลกในแง่ดี
6. แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน
7. แบบสอบถามสภาพปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาของนักศึกษา
8. แบบสัมภาษณ์เพื่อวิเคราะห์ความต้องการจำเป็นของครูพี่เลี้ยงและอาจารย์ผู้ทำหน้าที่นิเทศนักศึกษาปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาปฐมวัย

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ระยะที่ 1 การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น

ขั้นที่ 1 ศึกษาและวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการฝึกสอนของนักศึกษา

1. การศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากเอกสารหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต (หลักสูตร 5 ปี) สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย หลักสูตรฉบับปรับปรุง พุทธศักราช 2549 คู่มือการฝึกประสบการณ์ วิชาชีพครู

คู่มือการประกอบวิชาชีพทางการศึกษาของสำนักงานเลขาธิการคุรุสภา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อสร้างแบบสอบถามสภาพปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาของนักศึกษา และแบบสัมภาษณ์เพื่อวิเคราะห์ความต้องการจำเป็นของครูพี่เลี้ยงและอาจารย์ผู้ทำหน้าที่นิเทศนักศึกษาปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา และนำไปเก็บข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูล โดยมีขั้นตอนดังนี้

1.1 ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามสภาพปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนให้กับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ชั้นปีที่ 5 มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ด้วยตนเองพร้อมกับอธิบายคำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม แล้วนำแบบสอบถามมาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยการหาค่าร้อยละ

1.2 ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ครูพี่เลี้ยงที่ทำหน้าที่นิเทศนักศึกษา โดยการสัมภาษณ์มีขอบข่ายเกี่ยวกับสภาพปัญหาในการพัฒนานักศึกษาให้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน และความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนานักศึกษาให้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการวิเคราะห์เนื้อหา

1.3 ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชา โดยการสัมภาษณ์ มีขอบข่ายเกี่ยวกับสภาพปัญหาในการพัฒนานักศึกษาให้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน และความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนานักศึกษาให้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการวิเคราะห์เนื้อหา

2. ศึกษาเอกสาร ตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนโยบายการจัดการศึกษา พบว่า รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2550 มาตรา 80 บัญญัติไว้ว่า การพัฒนาคุณภาพและมาตรฐานการจัดการศึกษาในทุกๆระดับและทุกรูปแบบ ต้องกำหนดให้มีความสอดคล้องกับความเป็นเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคม จัดให้มีแผนการศึกษาแห่งชาติ เพื่อพัฒนาการศึกษาของชาติ จัดให้มีการพัฒนาคุณภาพครูและบุคลากรทางการศึกษาให้ก้าวหน้าทันการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก (สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. 2550: 23-24) และจากพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พุทธศักราช 2545 มาตรา 52 ได้กำหนดให้กระทรวงศึกษาธิการส่งเสริมให้มีระบบ กระบวนการผลิต การพัฒนาครูคณาจารย์ และบุคลากรทางการศึกษาให้มีคุณภาพและมาตรฐานที่เหมาะสมกับการเป็นวิชาชีพชั้นสูงโดยพัฒนาทั้งบุคลากรใหม่ และบุคลากรประจำการอย่างต่อเนื่อง (สำนักงานรับรองมาตรฐานและประเมินคุณภาพการศึกษา (องค์การมหาชน). 2547: 31-32)

การจัดการศึกษาตามแนวปฏิรูปการศึกษาในทศวรรษที่สอง (พุทธศักราช 2552-2561) รัฐบาลมุ่งเน้นให้คนไทยได้เรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างมีคุณภาพ โดยมีกรอบแนวทางการปฏิรูปการศึกษา 4 ประการคือ พัฒนาคุณภาพคนไทยยุคใหม่ พัฒนาคุณภาพครูยุคใหม่ พัฒนาคุณภาพสถานศึกษาและแหล่งเรียนรู้ยุคใหม่ พัฒนาคุณภาพการบริหารจัดการใหม่ และมีเป้าหมายว่าภายในปี 2561 จะมีการปฏิรูปการศึกษาและการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ เน้นการพัฒนาวิชาชีพครูให้เป็นวิชาชีพที่มีคุณค่า สามารถดึงดูดคนเก่ง ดี และมีใจรักมาเป็นครู คณาจารย์ได้อย่างยั่งยืน โดยมี

มาตรการหลัก คือ ปรับระบบการผลิต การคัดสรร ค่าตอบแทนและสวัสดิการ มีระบบการให้ทุนการศึกษาแก่ผู้เรียนดีที่มีใจรักมาเรียนครู และรับประกันบรรจุเป็นข้าราชการครูเมื่อสำเร็จการศึกษา หรือจัดให้นักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาไม่น้อยกว่า 1 ปี โดยให้ถือเป็นส่วนหนึ่งของมาตรฐานวิชาชีพครู ให้มีสถาบันอุดมศึกษาที่เน้นความเป็นเลิศด้านการผลิตครูวิจัยและพัฒนาเกี่ยวกับวิชาชีพครู รวมทั้งมีระบบประกันและรับรองคุณภาพมาตรฐานวิชาชีพครูและสถาบันผลิตครู (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. 2552: 12-19)

**ขั้นที่ 2 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีเพื่อเป็นฐานของการพัฒนารูปแบบ** โดยวิเคราะห์หลักการ แนวคิดพื้นฐานที่มาจากทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงของ เมซีโรว์ (Mezirow) โดยมีหลักสำคัญคือ การเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ (centrality of experience) การคิดไตร่ตรอง (critical reflection) และการสนทนาเชิงเหตุผล (rational discourse) จากแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดได้ในสภาพแวดล้อมที่สบายเอื้อต่อการเรียนรู้ เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ด้านใน ให้ความสำคัญและเอาใจใส่จิตใจของผู้เรียนในทุกขณะ โดยการฟังอย่างลึกซึ้ง การโน้มสูกใจอย่างใคร่ครวญ การเคารพศักยภาพของคนอย่างไร้อคติ ด้วยความรักความเมตตา ความเป็นกัลยาณมิตร และการเห็นตามความเป็นจริง เป็นการศึกษาที่เต็มใจที่จะเผชิญหน้ากับความเจ็บปวดและความทุกข์ยากลำบากของชีวิต ให้ความศรัทธาต่อทุกประสบการณ์ที่ตนเองเคยผ่านมาไม่ว่าจะดีหรือร้าย จากหลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงานเพื่อให้ประสบความสำเร็จ คือ ฉันทะ ความพอใจในสิ่งที่เราจะต้องทำ วิริยะ ความเพียรในสิ่งที่เราพอใจ จิตตะ เอาใจฝักใฝ่อยู่แต่สิ่งนั้นไม่เปลี่ยนแปลง และวิมังสา ค้นคว้าเพื่อจะแก้ปัญหาอุปสรรคอยู่เสมอ จากแนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของสตอลทซ์ ที่เชื่อว่า การที่มนุษย์จะสามารถเผชิญอุปสรรคได้ ต้องอาศัยความเข้มแข็งของจิตใจ การควบคุมตนเอง มองโลกในแง่ดี อดทน มีความยืดหยุ่น รับรู้ถึงความสามารถของตนและมีความเชื่อมั่นในตนเอง เมื่อพบปัญหาสามารถเข้าใจและรับรู้ถึงต้นเหตุของปัญหาตามความเป็นจริง เพียรพยายามค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหา และตอบสนองต่อปัญหาตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ จากแนวคิดการมองโลกในแง่ดี เป็นการที่บุคคลมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างมีทางแก้ไขได้ สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้ได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลียงหนี และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข จากแนวคิดการสะท้อนความคิดเกี่ยวกับการตระหนักรู้ในตนเอง การสังเกตตนเอง และจากแนวคิดการเสริมพลังการทำงานของ เปาโล แฟร์ (Paulo Freire) ที่ช่วยให้บุคคลเปลี่ยนโลกทัศน์เกี่ยวกับการมองตนเองและสังคมอย่างสร้างสรรค์ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ และสามารถเปลี่ยนแปลงการทำงานของตนให้ดีขึ้นเพื่อเกิดประโยชน์ต่อสังคมได้

**ขั้นที่ 3 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมเพื่อเป็นหลักในการออกแบบ**

การพัฒนาครู ณาจารย์ และบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาให้มีคุณภาพและ

มาตรฐาน พบว่าส่วนใหญ่ใช้การฝึกอบรม เนื่องจากการฝึกอบรมเป็นกระบวนการพัฒนาความรู้ ประสบการณ์ ทักษะ ค่านิยม และคุณธรรม รวมถึงการเสริมสร้างทักษะความชำนาญเฉพาะด้าน ของบุคคล อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามความมุ่งหวังที่กำหนดไว้ และยังเป็น การจูงใจให้บุคคลปฏิบัติงานในหน้าที่ให้ดีขึ้น ในการฝึกอบรมต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล มีการนำสื่อประสมมาใช้ เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง มีการ เสริมแรงการเรียนรู้ไปที่ละขั้นตอนตามความสามารถ เนื้อหาที่นำมาใช้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม บริบท และวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีการทดลอง และปรับปรุงจนมีประสิทธิภาพ (ยุภาติ ปณะราช. 2551: 58) ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาคนทั้งระบบของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวคือ การพัฒนาบุคคลต้องพัฒนาพร้อมกันทั้ง 3 ด้านคือ ด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ทั้ง 3 ด้านนี้เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อกัน ต้องพัฒนาไปด้วยกัน โดยพฤติกรรมที่ดีเป็นช่องทางให้จิตใจ พัฒนา ช่วยให้ปัญญางอกงาม เกิดพฤติกรรมที่สร้างสรรค์เกื้อกูล (พระธรรมปิฎก. 2541: 244-250) อีกทั้งยังสอดคล้องกับหลักการพัฒนาบุคคลตามแนวทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมของ ดวงเดือน พันธมนาวิน ที่เน้นการพัฒนาจิตและพฤติกรรมไปพร้อมกัน แต่ในสัดส่วนที่ต่างกันตามวัย อายุ น้อย สัดส่วนการพัฒนาจิตน้อยกว่าสัดส่วนในการพัฒนาพฤติกรรม พออายุมากการพัฒนาจิตมีสัดส่วน เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 80 และการพัฒนาพฤติกรรมลดลงเหลือร้อยละ 20 การพัฒนาตามสัดส่วนนี้ จะช่วยสร้างให้บุคคลเป็นคนดี เก่ง และมีความสุข โดยไม่ต้องให้ผู้อื่นหรือสิ่งอื่นมาควบคุมพฤติกรรม ทำให้ได้ข้อมูลองค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค และลักษณะสำคัญของรูปแบบ การฝึกอบรมแบบ LOVE

## ระยะที่ 2 การออกแบบและพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรม ประกอบด้วย

ขั้นที่ 1 สังเคราะห์และสร้างรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

สร้างกรอบแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรม

ผู้วิจัยได้ออกแบบและพัฒนาขึ้นจากแนวคิดพื้นฐานที่มาจากทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงาน แนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของสตอลทซ์ การมองโลกในแง่ดี การสะท้อนความคิด และการเสริมพลังการทำงาน รวมทั้งวิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบการฝึกอบรมจนได้ลักษณะสำคัญของรูปแบบการฝึกอบรมแบบ LOVE ที่เป็นการฝึกอบรมผ่านการลงมือปฏิบัติ (hand) ผ่านการคิด (head) และความรู้สึกลึกซึ้ง (heart) ที่ช่วยให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนหรือทำสิ่งต่างๆ จนสำเร็จ โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L) เป็นขั้นเริ่มต้นของกระบวนการฝึกอบรม โดยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ตระหนักถึงปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในการทำงาน ระหว่างออกไปปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา เป็นวิธีฝึกการฟังตนเอง ฟังผู้อื่นและสิ่งรอบตัว ด้วย

ความตั้งใจ สัมผัสได้ถึงรายละเอียดของสิ่งที่ฟังด้วยจิตที่ตั้งมั่น รวมทั้งการรับรู้อื่นๆ ด้วย เช่น การมอง การอ่าน การสัมผัส ฯลฯ

ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเกิดความคิด ความคาดหวังด้วยตนเองและจากกลุ่มเพื่อน ในการปรับตัวเมื่อเผชิญสถานการณ์ที่ท้าทายหรือปัญหาในการทำงาน และจะยังคงพยายามเอาชนะอุปสรรคต่างๆ เมื่อรับรู้ว่ามีผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจะประสบความสำเร็จและเป็นสิ่งที่มีคุณค่า

ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เรียนรู้และลงมือปฏิบัติโดยการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ต่างๆ อย่างหลากหลาย มีเป้าหมาย ผ่านการเผชิญปัญหาหรือต้องแก้ปัญหา ทำให้เกิดประสบการณ์ตรง สามารถเห็นความเป็นตัวตนของตนเองที่แสดงออกผ่านกิจกรรมนั้นๆ

ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E) เป็นขั้นสุดท้ายของการฝึกอบรมคือ ขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสร้างกระบวนการประเมินค่าด้วยวิธีการสะท้อนกลับจากตนเอง และจากผู้อื่น ที่ช่วยให้รู้สึกว่าคุณค่า มีความสามารถ มีความมั่นใจในตนเอง และสามารถตัดสินใจด้วยตนเองในการเผชิญอุปสรรคในการทำงานให้ประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวัง มีการเสริมพลังเพื่อให้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคต่างๆ ได้ ซึ่งสรุปได้ดังตาราง 1

ตาราง 1 แสดงความสอดคล้องระหว่างองค์ประกอบของรูปแบบที่สร้างขึ้นกับทฤษฎี หลักการและแนวคิด

องค์ประกอบรูปแบบ หลักการ/ แนวคิด/ ทฤษฎี	การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L)	การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O)	การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V)	การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E)
1. ทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงของ เมสิโรว์ (Mezirow) โดยมีหลักสำคัญคือ การเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ (centrality of experience) การคิดไตร่ตรอง (critical reflection) และการสนทนาเชิงเหตุผล (rational discourse)	✓	✓	✓	✓
2. แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดได้ในสภาพแวดล้อมที่สบายเอื้อต่อการเรียนรู้ เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ด้านไหน ให้ความสำคัญและเอาใจใส่จิตใจของผู้เรียนในทุกขณะ โดยการฟังอย่างลึกซึ้ง การน้อมสว่ใจอย่างใคร่ครวญ เคารพศักยภาพของคนอย่างไร้อคติ ด้วยความรักความเมตตา ความเป็นกัลยาณมิตร และการเห็นตามความเป็นจริง เต็มใจที่จะเผชิญหน้า	✓	✓	✓	✓

## ตาราง 1 (ต่อ)

องค์ประกอบรูปแบบ หลักการ/ แนวคิด/ ทฤษฎี	การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L)	การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O)	การเห็นคุณค่าสู่การ ปฏิบัติ (Valuing: V)	การประเมินค่าและการ เสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E) Empowerment: E)
กับความเจ็บปวดและความทุกข์ยากลำบากของชีวิต ให้ความ ศรัทธาต่อทุกประสบการณ์ที่ตนเองเคยผ่านมาไม่ว่าจะดี หรือร้าย				
3. หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงานเพื่อให้ประสบ ความสำเร็จ คือ ฉันทะ ความพอใจในสิ่งที่เราจะต้องทำ วิริยะ ความ เพียรในสิ่งที่เราพอใจ จิตตะ เอาใจฝึกใฝ่อยู่แต่สิ่งนั้นไม่ เปลี่ยนแปลง และวิมังสา ค้นคว้าเพื่อจะแก้ปัญหาอุปสรรคอยู่เสมอ	✓	-	✓	-
4. แนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของ สตอลทซ์ ที่เชื่อว่า การที่มนุษย์จะสามารถเผชิญอุปสรรคได้ต้อง อาศัยความเข้มแข็งของจิตใจ การควบคุมตนเอง มองโลกในแง่ดี อดทน มีความยืดหยุ่น รับรู้ถึงความสามารถของตนเองและมีความ เชื่อมั่นในตนเอง เมื่อพบปัญหาสามารถเข้าใจและรับรู้ถึงต้นเหตุ ของปัญหาตามความเป็นจริง เพียรพยายามค้นหาวិธีการแก้ไข ปัญหา และตอบสนองต่อปัญหาตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้	✓	✓	✓	✓
5. แนวคิดการมองโลกในแง่ดี เป็นการที่บุคคลมองสถานการณ์ หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างมี ทางแก้ไขได้ สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่ เปลี่ยนแปลงไปได้ได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้ อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลียงหนี และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมี ความสุข	-	✓	✓	✓
6. แนวคิดการสะท้อนความคิด เกี่ยวกับการตระหนักรู้ในตนเอง การสังเกตตนเอง	✓	-	-	✓
7. แนวคิดการเสริมพลังการทำงานของ เปาโล แฟร์ (Paulo Freire) ที่ช่วยให้บุคคลเปลี่ยนโลกทัศน์เกี่ยวกับการมองตนเองและ สังคมอย่างสร้างสรรค์ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ และ สามารถเปลี่ยนแปลงการทำงานของตนให้ดีขึ้นเพื่อเกิดประโยชน์ ต่อสังคมได้	-	✓	-	✓

**ขั้นที่ 2 สร้างและประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้าง  
ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย  
และปรับปรุงแก้ไข**

### 2.1 วัตถุประสงค์ มีดังนี้



2.1.1 เพื่อสร้างและประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

2.1.2 เพื่อประเมินคุณภาพคู่มือการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

2.2 องค์ประกอบของคู่มือการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ประกอบด้วย

2.2.1 รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ประกอบด้วย 1) หลักการและเหตุผล 2) ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค 3) ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรม 4) ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน 5) หลักการและแนวคิดของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน และ 6) กรอบแนวคิดในการสร้างรูปแบบการฝึกอบรม

2.2.2 คู่มือการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ประกอบด้วย

- 1) คำชี้แจง
- 2) ความมุ่งหมายของการฝึกอบรม
- 3) กลุ่มเป้าหมาย
- 4) บทบาทของผู้อบรมหรือวิทยากร
- 5) บทบาทของผู้เข้ารับการอบรม
- 6) สารการฝึกอบรม
- 7) ระยะเวลาการฝึกอบรม
- 8) ตารางการฝึกอบรม
- 9) ขั้นตอนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม
- 10) สื่อและอุปกรณ์
- 11) การจัดห้องฝึกอบรม

2.2.3 แผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ผู้วิจัยศึกษาและฝึกอบรมจากแหล่งข้อมูลต่างๆ เพื่อศึกษาเชิงลึกในเรื่องหลักการจัดกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษา จิตลักษณะ การศึกษาตามแนวมนุษยปรัชญาของรูดอล์ฟ สไตเนอร์ เพื่อนำความรู้และกระบวนการต่างๆ ที่ได้รับไปปรับใช้ในการสร้างแผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม ดังต่อไปนี้

1) การประชุมเชิงปฏิบัติการ เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์ในกระบวนการเรียนการสอนแนวจิตตปัญญาศึกษา ได้เรียนรู้การใช้สุนทรียสนทนา กิจกรรมสายธาร

ชีวิต กิจกรรมผ่อนคลายตระหนักรู้ การทำกิจกรรมต่างๆ โดยผ่านฐานกาย ฐานใจ และฐานความรู้สึก ได้รับความรู้เกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษา ที่เป็นแนวคิด วิธีสอนที่สามารถปรับเปลี่ยนเพื่อให้เข้ากับการเรียนการสอน สามารถสอดแทรกในรายวิชาได้ โดยให้ผู้เรียนเรียนรู้ว่า เรียนอะไร ได้อะไร นำไปใช้อย่างไร และเรียนอย่างมีความสุขทำอย่างไร วิธีการทางจิตตปัญญาศึกษาวิธีเดียวไม่เพียงพอ จะมีการใช้วิธีสอนอื่นสอดแทรกด้วย จากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จุมพล พูลภัทรชีวิน และรองศาสตราจารย์ ดร.นันทนา ลามาศย์ ที่ปรึกษาศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล วันที่ 26 สิงหาคม 2552 ณ ห้องประชุมศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2) สัมมนาทางวิชาการ 90 ปีวอลดอร์ฟ เปิดประตูสู่สมรรถนะทางการศึกษา โดยศูนย์วิจัยและพัฒนานวัตกรรมด้านเด็กและเยาวชน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ร่วมกับกลุ่มเครือข่ายการศึกษาวอลดอร์ฟในประเทศไทย ณ หอประชุม คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย วันที่ 4-5 กันยายน 2552 ได้เรียนรู้จากศาสตราจารย์ ระพี สาคริก เกี่ยวกับการศึกษาเพื่อการพัฒนาในทุกมิติของความเป็นมนุษย์ “คนเป็นครู คือ ลูกศิษย์” “ถ้าเป็นครูแล้วต้องมองให้เห็นสิ่งนี้ เรียนแล้วไม่รู้สักตัวว่าเป็นครูจะเป็นครูใครได้ ความเป็นมนุษย์อยู่ที่จิตวิญญาณที่เป็นอิสระ ถ้าจิตอิสระจริงอยู่ที่ไหนก็ได้ความรู้ อยู่ที่ไหนก็เห็นความสำคัญของคนอื่น นี่คือการเป็นครู”

3) เข้าร่วมกิจกรรมในพิธีมอบรางวัลผลงานด้านการวิจัยและพัฒนา ระบบพฤติกรรมไทย และการนำเสนอผลงานของผู้ที่ได้รับรางวัล ประจำปี 2552 จัดโดย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชั่น ได้เรียนรู้จากการบรรยายของ ศาสตราจารย์ ดร.ดวงเดือน พันธุมนาวิน เกี่ยวกับการวิจัยเพื่อสร้างพลเมืองจริยธรรม โดยพลเมืองจริยธรรม มี 3 องค์ประกอบ คือ 1. ดีและเจริญทางจิตใจ ตอบโดยศาสนา หรือทำวิจัยพิสูจน์ลักษณะทางจิตที่สำคัญ 2. พอเพียงและยั่งยืนทางพฤติกรรม ซึ่งศูนย์วิจัยและพัฒนา ระบบพฤติกรรมไทย กำหนดพฤติกรรมไว้ 7 ด้าน ตามทฤษฎีต้นไม้อัจริยธรรม และ 3. พัฒนาครอบครัวและพัฒนาสังคม ด้วยการเป็นแบบอย่างที่ดี สม่่าเสมอ ด้วยการสื่อสาร วัฒนธรรม และศาสนา ร่วมสร้างปทัสฐานที่ดีงามของกลุ่ม ช่วยป้องกันปัญหาของบุคคลและสังคม ช่วยแก้ไขปัญหาโดยไม่สร้างปัญหาเพิ่ม แก้ให้เกิดผลดีและยั่งยืน

4) อบรมเชิงปฏิบัติการเรียนการสอนในโลกใหม่ยุคแห่งสมอง ณ ห้องราชเทวี 1-2 โรงแรมเอเชีย ราชเทวี โดย โทนี บูชาน ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการเขียน Mind Map ซึ่งจะต้องประกอบด้วย ภาพอยู่ตรงกลาง กิ่งที่เป็นคำสำคัญมาจากความคิดในสมอง กิ่งย่อยจะบรรยายออกไปได้ตลอดไม่มีวันจบไม่ว่าทิศทางใด ส่วน blank state เป็นแผ่นว่างเปล่าที่จะรับองค์ความรู้เข้ามา

5) การอบรมเพื่อปรับพื้นฐานการศึกษาตามแนวการศึกษาวอลดอร์ฟ ณ โรงเรียนแสนสนุกไทรทักชะ แขวงวังทองหลาง วันที่ 27 กันยายน 2552 โดย คุณเฮอร์แมน ชาวเยอรมัน ได้เรียนรู้เกี่ยวกับมนุษยปรัชญา (Anthroposophy) ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษยปรัชญากับ

การศึกษาวอลดอร์ฟ องค์กรประกอบ 3 ส่วน คือ Hand Head และ Heart องค์กรประกอบ 4 ของกายมนุษย์ คือ กายเนื้อ กายชีวิต กายแห่งความรู้สึก และกายแห่งตัวตน

6) การอบรมครูการศึกษาปฐมวัยสไตเนอร์-วอลดอร์ฟต่อเนื่องสามปี รุ่นที่ 2 กรุงเทพฯ เริ่มวันที่ 28 กันยายน 2552-เมษายน 2555 ได้เรียนรู้ทั้งทฤษฎีและการฝึกปฏิบัติกิจกรรมที่ทำกับเด็กอนุบาลวอลดอร์ฟ เช่น การทำตุ๊กตาหุ่นสำหรับเล่านิทาน การระบายสีน้ำ การปั้น การเย็บผ้า การปักผ้า การถักไหมพรม การเล่านิทาน การเล่นเครื่องดนตรี การร้องเพลง การเล่นเกมนิ้วมือ การทำยูริธมีหรือจิตตลีลา การสังเกตพฤติกรรมเด็ก การสังเกตการเจริญเติบโตของต้นไม้ ดอกไม้ ฯลฯ

7) ศึกษาและฝึกปฏิบัติการฝึกอบรม เรื่องจิตลักษณะแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตน และความเชื่ออำนาจในตน ตลอดจนได้รับความรู้เกี่ยวกับเครื่องมือในการฝึกจิตลักษณะ จาก รองศาสตราจารย์ งามตา วณิชานนท์ วันที่ 7 กุมภาพันธ์ 2553 ณ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

8) ศึกษาและฝึกปฏิบัติการอบรมก้าวแรกสู่ความเป็นมนุษย์ที่แท้ ณ ศูนย์ฝึกอบรมหาดตะวันรอน ธนาคารไทยพาณิชย์ พัทยา ชลบุรี วันที่ 26-30 ธันวาคม 2553 ได้เรียนรู้เกี่ยวกับกิจกรรมต่างๆ หลักคิดพื้นฐาน 1. การตัดสินใจคือการศึกษาวิธีการเป็นเพียงผู้จัดสภาพแวดล้อม แต่ให้ผู้เรียนรู้เป็นผู้ตัดสินใจ กระบวนการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนตัดสินใจมากที่สุด 2. ความสัมพันธ์คือ การมีความไว้วางใจ เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน 3. การฝึกฝนตนเอง ให้เกิดจังหวะ 4. การเรียนรู้ต้องสนุก ถ้าอึดอัดสมองตั้งการเรียนรู้ไม่เกิด และ 5. บรรยากาศการเรียนรู้เป็นการใคร่ครวญภายใน มีสติสงบนิ่ง

9) การอบรมครูสำหรับภูมิภาคเอเชีย (ATT 2010) ณ ศูนย์การศึกษาพิเศษ เขตการศึกษา 8 เชียงใหม่ วันที่ 26-30 เมษายน 2553 เป็นการเรียนรู้และฝึกปฏิบัติ ในหัวข้อกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับจังหวะซึ่งนำมาใช้ทางครุศาสตร์และการศึกษา วันที่ 26 เมษายน 2553 จังหวะที่ปรากฏในโลกภายนอก โดย Annechien Wijnbergh วันที่ 27 เมษายน 2553 กระบวนการจังหวะในพัฒนาการของมนุษย์ โดย Paul Van Meurs วันที่ 28 เมษายน 2553 จังหวะที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาของเด็กวัย 7-14 ปี โดย Annechien Wijnbergh วันที่ 29 เมษายน 2553 คณิตศาสตร์ในแง่ที่เป็นกระบวนการจังหวะ โดย Paul Van Meurs วันที่ 30 เมษายน 2553 การนำจังหวะมาใช้ในการสอน โดย Paul Van Meurs and Annechien Wijnbergh และในทุกวันจะมีการเคลื่อนไหวเพื่อการศึกษ โดย Gea Weeren and Paul Van Meurs และมีกิจกรรมที่ต้องลงมือปฏิบัติคือ การระบายสีน้ำ เกมสการเคลื่อนไหว และบทเรียนซ่อมเสริม (Extra Lessons)

10) การอบรมเชิงปฏิบัติการการใช้นิทานพัฒนาจริยธรรมแก่เยาวชนไทย ณ โรงแรมฟูราม่า จอมเทียนบีช ชลบุรี วันที่ 19-21 ตุลาคม 2553 โดย ศาสตราจารย์ ดร.ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติการเล่นนิทานพัฒนาจริยธรรม หลังจากนั้นได้เข้าร่วมในการเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยกับศูนย์วิจัยและพัฒนากระบวนการพฤติกรรมไทย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.)

11) การเสวนาวิชาการ 25 ปี วรรณสว่างจิต “การศึกษาไทยในทศวรรษใหม่” ณ ห้องประชุมโรงเรียนวรรณสว่างจิต วันที่ 22 ตุลาคม 2553 โดยนายแพทย์ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ นายยุทธชัย เฉลิมชัย และศน.ทองดี ศรีอันธุ์ ได้รับองค์ความรู้เกี่ยวกับการศึกษาไทยในทศวรรษใหม่ การมองในทิศทางที่ควรจะเป็น คือ ในเรื่องของการตั้งครุฑ การเลี้ยงดูที่มีคุณภาพ การศึกษาปฐมวัยที่มีคุณภาพ โรงเรียนคุณภาพ ครูคุณภาพ และการดูแลนักเรียนอย่างมีคุณภาพ

12) การอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่อง แนวทางการจัดกิจกรรมและการวัดประเมินตามทฤษฎีพหุปัญญา ณ ห้องประชุมศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วันที่ 11 มีนาคม 2555 เวลา 13.00-16.00 น. ได้เรียนรู้เกี่ยวกับปัญญา 10 ด้าน ตามแนวคิดทฤษฎีของโฮเวิร์ด การ์ดเนอร์ และพหุปัญญาในทศวรรษใหม่ที่ควรมีการพัฒนาด้านหัวใจ จิตใจ และสมองควบคู่กันไป การวัดความสามารถทางปัญญาในโครงการสเปคตรัม จะใช้เกมและกิจกรรมเป็นเครื่องมือวัด

13) อบรมเชิงปฏิบัติการการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง: วิธีแห่งความเป็นครูที่แท้ ณ ห้องประชุมศูนย์การศึกษาพิเศษ ชั้น 2 มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา วันที่ 28-29 เมษายน 2555 โดย ดร.สุภัทรา คงเรือง ได้เรียนรู้และฝึกการพัฒนาตน การใคร่ครวญสิ่งต่างๆ จากการลงมือปฏิบัติกิจกรรม การจัดดอกไม้จัดใจ โยคะ การผ่อนคลายตระหนักรู้ นวัตกรรม และการฟังอย่างลึกซึ้ง

14) อบรมสัมมนาเรื่อง แก่นการศึกษาปฐมวัยวอลดอร์ฟ ณ ห้องประชุม บริษัททรีเวิลด์ ครีเอเตอร์ วันที่ 22-23 กันยายน 2555 เรียนรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมอันอบอุ่น บำรุงเลี้ยงประสาทรับรู้ของเด็กและการปกป้องพลังแห่งเยาว์วัย การเล่นสร้างสรรค์ ประสบการณ์ด้านศิลปะและการเลียนแบบกิจกรรมที่มีความหมายของผู้ใหญ่ การบำรุงหล่อเลี้ยงประสาทการรับรู้ด้านชีวิต ความกตัญญู เคารพบนอบ อัจฉริยะใจและความเบิกบาน: เส้นทางการพัฒนาด้านในของครู การดูแลสุขภาพและนำความสมดุลมาสู่ชีวิต โดยครู ทันท์ (Thanh Cherry)

15) ผู้วิจัยทำหน้าที่ขออนุญาตทำการวิจัยในมนุษย์ โดยส่งโครงการวิจัยต่อคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์แบบเร่งพิเศษ (Expedited Review) คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ซึ่งคณะกรรมการฯ ได้พิจารณาและออกใบอนุญาต เลขที่หนังสือรับรอง SWUEC-EX51/2555

2.2.4 ดำเนินการสร้างแผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนเพื่อใช้สำหรับการฝึกอบรมให้กับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษานปฐมวัย โดยวิเคราะห์เนื้อหาและกระบวนการฝึกอบรม เพื่อกำหนดกิจกรรมการเรียนรู้ ประกอบด้วย วัตถุประสงค์หลักของกิจกรรม สำคัญเพื่อแสดงเนื้อหาความรู้ และทักษะที่ต้องการฝึกอบรม ประกอบด้วยเนื้อหาที่ใช้สถานการณ์หรือเรื่องราวที่เป็นปัญหาเป็นสิ่งแวดล้อม นักศึกษาในขณะปฏิบัติการสอน ได้แก่ เรื่องราวเกี่ยวกับเด็ก ผู้ปกครอง ครูพี่เลี้ยง และสภาพทางสังคม จำนวน 8 หน่วย ได้แก่ หน่วยที่ 1 ภาวะวิกฤติ หน่วยที่ 2 เมื่อฉันเป็นเด็ก หน่วยที่ 3 เผชิญ

สถานการณ์ หน่วยที่ 4 ตั้งสติให้มั่น หน่วยที่ 5 ชีวิตที่แท้...ต้องมีอุปสรรค หน่วยที่ 6 ผิดเป็นครู... เรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลง หน่วยที่ 7 ช่วยผู้อื่นและช่วยตนให้พ้นอุปสรรค หน่วยที่ 8 อุดหนุนเพียรพยายาม สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ เพื่อกำหนดและจัดสื่อและอุปกรณ์ให้เหมาะสมกับกิจกรรมฝึกอบรม และสาระสำคัญอย่างมีประสิทธิภาพ เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม เพื่อให้การดำเนินกิจกรรมเป็นไปตามที่กำหนด การจัดห้องหรือการจัดสภาพแวดล้อมเพื่อเอื้อต่อการเรียนรู้ การดำเนินกิจกรรมการฝึกอบรม เพื่อกำหนดขั้นตอนการฝึกอบรมให้เป็นไปตามขั้นตอนของรูปแบบทักษะที่จำเป็นของวิทยากร เพื่อให้การดำเนินกิจกรรมเป็นไปตามวัตถุประสงค์

2.2.5 สร้างแบบประเมินความเหมาะสมของคู่มือรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชา การศึกษาศรีวิชัย ซึ่งประกอบด้วยการประเมินรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชา การศึกษาศรีวิชัย คู่มือและแผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชา การศึกษาศรีวิชัย โดยเป็นแบบประเมินประสิทธิภาพรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชา การศึกษาศรีวิชัย มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) ดังนี้ (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2538: 184)

ระดับ 5 หมายถึง เหมาะสมมากที่สุด

ระดับ 4 หมายถึง เหมาะสมมาก

ระดับ 3 หมายถึง เหมาะสมปานกลาง

ระดับ 2 หมายถึง เหมาะสมน้อย

ระดับ 1 หมายถึง เหมาะสมน้อยที่สุด

2.2.6 ผู้วิจัยนำคู่มือรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชา การศึกษาศรีวิชัย ซึ่งประกอบด้วยรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชา การศึกษาศรีวิชัย คู่มือและแผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชา การศึกษาศรีวิชัย และแบบประเมินประสิทธิภาพรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชา การศึกษาศรีวิชัย เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ การศึกษาศรีวิชัย ที่มีประสบการณ์การทำงานกับเด็กปฐมวัยและการจัดการศึกษาศรีวิชัย จำนวน 5 ท่าน เพื่อประเมินคุณภาพ ทั้งนี้ผู้เชี่ยวชาญประกอบด้วย

1) รศ. ดร.อำนาจ เดชชัยศรี ผู้อำนวยการสถานีสารสนเทศทางวิชาการ มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

2) ดร.เกรียงศักดิ์ สังข์ชัย ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระถมศึกษานครปฐม เขต 1

3) ดร.สุภัทรา คงเรือง รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษาและกิจกรรมพิเศษ และอาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

4) ดร.เบญจพร วรรณูปัทม์ภักดิ์ รองคณบดีฝ่ายวิชาการและอาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

5) ศน.จีรพรรณ นิสสภานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระถมศึกษาลพบุรี เขต 1 (ข้าราชการบำนาญ)

2.2.7 วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการประเมินของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน โดยนำผลการประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย คู่มือและแผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย มาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยน้ำหนักคะแนน โดยนำมาเทียบเกณฑ์ดังนี้ (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2538: 184)

ช่วงคะแนนเฉลี่ย 4.50-5.00 หมายถึง เหมาะสมมากที่สุด

ช่วงคะแนนเฉลี่ย 3.50-4.49 หมายถึง เหมาะสมมาก

ช่วงคะแนนเฉลี่ย 2.50-3.49 หมายถึง เหมาะสมปานกลาง

ช่วงคะแนนเฉลี่ย 1.50-2.49 หมายถึง เหมาะสมน้อย

ช่วงคะแนนเฉลี่ย 1.00-1.49 หมายถึง เหมาะสมน้อยที่สุด

เกณฑ์ค่าเฉลี่ยความเหมาะสมตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญในการวิจัยคือ ค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญมีค่าตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไปแสดงว่ารูปแบบการฝึกอบรมคู่มือและแผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย มีคุณภาพเหมาะสม สำหรับข้อที่ได้คะแนนต่ำกว่า 3.50 ให้พิจารณาข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญรายข้อ เพื่อนำมาปรับปรุงรูปแบบต่อไป ข้อเสนอแนะต่าง ๆ นอกเหนือจากข้อคำถามในแบบประเมิน เมื่อมีผู้เชี่ยวชาญตั้งแต่ 3 ท่านขึ้นไปมีความเห็นสอดคล้องกัน ผู้วิจัยพิจารณาเพิ่มเติมข้อเสนอแนะไว้ในรูปแบบ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540: 214)

ผลการวิเคราะห์แบบประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย คู่มือและแผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัยครั้งนี้ ได้ค่าเฉลี่ยของความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญมีคะแนนเท่ากับ 4.52 แสดงว่า รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย คู่มือและแผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด

2.3 แบบวัดจิตลักษณะ ประกอบด้วย แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน และแบบวัดการมองโลกในแง่ดี ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยปรับปรุงจาก อ้อมเดือน สดมณี. 2536: 47; ดุจเดือน พันธุมนาวิณ; และอัมพร ม้าคอง. 2547: 317-319; ชัตติยา น้อยาทอง. 2551: 156; สุภา อภิญญาภิบาล. 2550: 119-120; ศศิธร แสงใส. 2550: 139-140; ณัฐนันท์ เนตรทิพย์. 2552: 134-135; และพชรภรณ์ เชียงสิน. 2552: 101-104

2.3.1 ศึกษาเอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเครื่องมือวัดจิตลักษณะ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดและพัฒนาเครื่องมือฉบับนี้ เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างและงานวิจัย

2.3.2 นำแบบวัดจิตลักษณะที่สร้างขึ้นเสนอต่อคณะกรรมการควบคุมปริญญาโท และปรึกษาผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม แล้วนำกลับมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ นำแบบวัดที่ผ่านการปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try out) ได้ค่าความเชื่อมั่นชนิดสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) รายฉบับเท่ากับ 0.81 คัดเลือกข้อคำถามจัดพิมพ์เป็นฉบับสมบูรณ์เพื่อนำไปดำเนินการวิจัยต่อไป ทั้งนี้ผู้เชี่ยวชาญประกอบด้วย

1) ผศ.ดร.จิตติพร พิษณุกุล รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษาและกิจกรรมพิเศษ และอาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์

2) ดร.สุमितตรา เจริญพันธ์ อาจารย์ประจำและกรรมการบริหารหลักสูตรบัณฑิตวิทยาลัย สาขารัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

3) ผศ.ชิตาพร เอี่ยมสะอาด รองคณบดีฝ่ายวิชาการและอาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

4) อาจารย์อดุลย์ ปัญญา หัวหน้าศูนย์การศึกษาพิเศษ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง (กำลังศึกษาระดับปริญญาเอก)

5) อาจารย์บำเพ็ญ การพานิชย์ ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนอนุบาลระยอง

ผลการวิเคราะห์แบบประเมินความสอดคล้องของแบบวัดจิตลักษณะได้ค่าเฉลี่ยความคิดเห็นสอดคล้องของผู้เชี่ยวชาญ มีคะแนนเท่ากับ 0.60-1.00 แสดงว่า แบบวัดจิตลักษณะมีความสอดคล้องอยู่ในระดับมากที่สุด นอกจากนี้ผู้เชี่ยวชาญยังได้ให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ดังนี้ ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 เสนอแนะ ให้ใช้คำว่า “ฉัน” แทนคำว่า “นักศึกษา” และปรับแก้ภาษาในบางข้อ ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 เสนอแนะว่า การสร้างข้อคำถามของแบบวัดการมองโลกในแง่ดี ยังไม่สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ สำหรับข้อคำถามของแบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และความเชื่ออำนาจในตนนั้นสร้างมาอยู่ในเกณฑ์ดี ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 เสนอแนะให้วิเคราะห์ข้อคำถามกับกรอบประเด็นในนิยามศัพท์ให้ครอบคลุมและมีความสมดุล ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4 เสนอแนะให้ปรับชื่อแบบวัด

ปรับขนาดตัวอักษรในข้อคำถามกับคำตอบ และให้แทรกโครงสร้างองค์ประกอบของแบบวัด ส่วนผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5 ไม่มีข้อเสนอแนะ

#### 2.4 แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน

2.4.1 ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบวัดโดยศึกษาจากแบบวัดของ สตอลท์ (Stoltz). 2000: 42-50; รัชนิดา สบายวรรณ. 2547: 46-49; วันเพ็ญ สมภพรุ่งโรจน์. 2547: 185-195; ชัตติยา น้ายาทอง. 2551: 81-82; ภัคณัฐ์ สมพงษ์ธรรม. 2551: 176-180; และภิญญาพัชญ์ ปลากัดทอง. 2551: 142 สร้างแบบวัดให้มีความครอบคลุมตามนิยามศัพท์เฉพาะ ได้แบบวัดจำนวน 2 ฉบับ

2.4.2 นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนที่สร้างขึ้นเสนอต่อคณะกรรมการควบคุมปริญญาโท และปรึกษาผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม แล้วนำกลับมาปรับปรุงแก้ไข

2.4.3 ประเมินความคิดเห็นสอดคล้องของแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน โดยนำแบบวัดเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ทั้งนี้ผู้เชี่ยวชาญประกอบด้วย

- 1) ผศ. ดร.อภิสิทธิ์พร สถิตย์ภาคีกุล คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช
- 2) ดร.ชฎาภา ประเสริฐทรง รักษาการผู้ช่วยคณบดี คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ
- 3) ดร.ทรงศรี ตุ่นทอง ประธานสาขาประกาศนียบัตรบัณฑิตวิชาชีพครู มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี
- 4) ดร.สุทธาภา โชติประดิษฐ์ ประธานสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยบูรพา
- 5) ดร.เบญจพร วรรณปัทม์ภัก รองคณบดีฝ่ายวิชาการและอาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

ผลการวิเคราะห์แบบประเมินความสอดคล้องของแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนได้ค่าเฉลี่ยความคิดเห็นสอดคล้องของผู้เชี่ยวชาญมีคะแนนเท่ากับ 0.60-1.00 แสดงว่า แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนมีความสอดคล้องอยู่ในระดับมากที่สุด นอกจากนี้ผู้เชี่ยวชาญยังได้ให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ดังนี้ ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 เสนอให้ปรับแก้ไขรายละเอียดของข้อคำถามให้ตรงกับการปฏิบัติการสอนของนักศึกษา และปรับให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์ ส่วนตอนที่ 1 ให้ตัดทิ้งเนื่องจากไม่มีข้อมูลที่เกี่ยวข้องในบทที่ 2 แบบทดสอบชนิดสถานการณ์เสนอให้ตัดชื่อสมมติทั้งนี้เนื่องจากชื่ออาจไปตรงกับผู้ทำแบบทดสอบซึ่งอาจจะมีผลต่อจิตใจของผู้ทำแบบทดสอบ ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 เสนอให้ปรับรายละเอียดของข้อคำถามให้ตรงกับการปฏิบัติการสอนของนักศึกษา ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 เสนอให้พิจารณาอายุในข้อ



คำถามตอนที่ 1 เพราะอาจมีนักศึกษาที่อายุมากกว่านี้ ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4 เสนอให้ตรวจสอบการใช้ภาษาในข้อคำถามและปรับสถานการณ์ให้สอดคล้องกับการปฏิบัติการสอนของนักศึกษา ส่วนตอนที่ 1 เสนอให้ตัดทิ้งเพราะไม่สอดคล้องกับงานวิจัย ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5 เสนอให้รับคำว่า “นักศึกษา” เป็นคำว่า “ท่าน”

2.4.4 ปรับปรุงแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ และนำแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนไปทดลองใช้ (Try Out) ในกลุ่มที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 จำนวน 32 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น

2.4.5 นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนทั้งฉบับ มาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นชนิดสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัค (Cronbach's Alpha Coefficient) มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.79

**ขั้นที่ 3 การศึกษานำร่องรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย (Pilot study) มีขั้นตอนดังนี้**

3.1 วัดอุปสรรค เพื่อการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 2 ประการ ดังนี้

3.1.1 เพื่อตรวจสอบความเป็นไปได้ของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ที่พัฒนาขึ้น

3.1.2 เพื่อตรวจสอบเครื่องมือประกอบการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยและปรับปรุงก่อนนำไปใช้

3.2 เครื่องมือในการศึกษานำร่อง ประกอบด้วย

3.2.1 คู่มือการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

3.2.2 แผนการจัดกิจกรรมฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

3.2.3 แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

3.2.4 แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน

3.2.5 แบบวัดการมองโลกในแง่ดี

3.2.6 แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน

### 3.3 ขั้นตอนในการดำเนินการมีดังนี้

3.3.1 การจัดเตรียมเอกสารประกอบการจัดกิจกรรม ได้แก่ คู่มือการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย แผนการจัดกิจกรรมฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน และแบบวัดการมองโลกในแง่ดี

3.3.2 ผู้วิจัยดำเนินการศึกษานำร่อง (Pilot study) กับกลุ่มที่ใกล้เคียงกับตัวอย่าง คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ได้มา 1 ห้องเรียนจำนวน 32 คน ดำเนินการอบรมเป็นระยะเวลา 5 วันๆ ละ 3 ชั่วโมง เพื่อตรวจสอบขั้นตอน กระบวนการในการฝึกอบรม เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม โดยดำเนินการดังนี้

- 1) ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย
- 2) วัดและประเมินผลก่อนการฝึกอบรม
- 3) ดำเนินการฝึกอบรม
- 4) วัดและประเมินผล หลังการฝึกอบรมทันที

3.3.3 นำเสนอผลการศึกษานำร่องต่อคณะกรรมการควบคุมปริญญาโทและปรับปรุงแก้ไขให้มีความสมบูรณ์ก่อนนำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยไปทดลองใช้ต่อไป

#### ระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม ประกอบด้วย

ดำเนินการทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ทั้งนี้เพื่อศึกษาประสิทธิภาพประสิทธิผล และปรับปรุงรูปแบบให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้น มีขั้นตอนดังนี้

1. การจัดเตรียมเอกสารประกอบการจัดกิจกรรม ได้แก่ คู่มือการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย แผนการจัดกิจกรรมฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน และแบบวัดการมองโลกในแง่ดี

2. ดำเนินการทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย กับกลุ่มทดลอง คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปี

การศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ได้มา 1 ห้องเรียน จำนวน 39 คน ดำเนินการอบรมเป็นระยะเวลา 8 วันๆ ละ 3 ชั่วโมง

### 3. แบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ใช้แบบแผนการทดลอง One- Group Pretest- Posttest Design ดังนี้ (ชูศรี วงศ์รัตนะ; และองอาจ นัยพัฒน์. 2551: 41-42)

ตาราง 2 แบบแผนการทดลอง

สอบก่อน	ตัวแปรอิสระ	สอบหลัง	สอบหลัง 1 เดือน
T <sub>1</sub>	X	T <sub>2</sub>	T <sub>3</sub>

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการทดลองชนิดต่างๆ มีดังนี้

X	แทน	ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) ซึ่งจัดกระทำโดยผู้ทดลอง หรือเรียกว่า สิ่งทดลอง (Treatment) หรือตัวแปรทดลอง (Experimental Variable)
T <sub>1</sub>	แทน	การสอบก่อนที่จะทำการทดลอง (Pretest)
T <sub>2</sub>	แทน	การสอบหลังจากที่ทำการทดลองแล้วทันที (Posttest)
T <sub>3</sub>	แทน	การสอบหลังทำการทดลองแล้ว 1 เดือน

ตาราง 3 แสดงการสอบวัดและการจัดกระทำกับกลุ่มทดลอง

กลุ่ม	ขั้นตอนการดำเนินงาน	สอบวัดพื้นฐาน	การฝึกอบรมเพื่อ	สอบวัดเมื่อ	สอบวัดเมื่อ
		ก่อนการทดลอง	เสริมสร้าง AQ๗	สิ้นสุดการทดลอง	ติดตามผล 1 เดือน
กลุ่มทดลอง		/	/	/	/

จากตาราง 3 ผู้วิจัยจัดวิธีดำเนินการดังนี้

1. สุ่มกลุ่มตัวอย่างจากกลุ่มประชากร คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 2 ห้องเรียน (71 คน) ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ได้มา 1 ห้องเรียน จำนวน 39 คน เป็นกลุ่มทดลอง

2. ทำการทดสอบก่อนการฝึกอบรม ด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย และแบบวัดจิตลักษณะของนักศึกษา

ซึ่งประกอบด้วย แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน และแบบวัดการมองโลกในแง่ดี

3. ทำการทดลองในขั้นนี้เป็นขั้นที่ผู้วิจัยนำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยไปฝึกอบรมให้กับนักศึกษา

4. ทำการทดสอบหลังการฝึกอบรมทันที ด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย และแบบวัดจิตลักษณะของนักศึกษา ซึ่งประกอบด้วย แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน และแบบวัดการมองโลกในแง่ดี

5. ทำการกำกับ ติดตาม และให้คำแนะนำปรึกษา (Mentoring) เป็นระยะอย่างสม่ำเสมอตลอดระยะเวลาการปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา 1 เดือน ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยการสังเกต สทนทนาซักถาม และบันทึกข้อมูลในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาแต่ละคน

6. ทำการทดสอบภายหลังการฝึกอบรมไปแล้ว 1 เดือน ด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

7. ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการทางสถิติ เปรียบเทียบผลคะแนนที่ได้ และสรุปผล

8. นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ พิจารณาปรับปรุงรายละเอียดต่างๆ เพื่อให้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มีความสมบูรณ์ พร้อมทั้งจะนำไปใช้ขยายผลต่อไป

#### ระยะที่ 4 การประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม ประกอบด้วย

1. วัตถุประสงค์เพื่อขยายผลการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

##### 2. วิธีการขยายผล

2.1 นำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ไปขยายผลกับอาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ จำนวน 9 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 2 คน จากผู้ที่สนใจเข้าร่วมการพัฒนา นักศึกษา จากนั้นทำการสุ่มอย่างง่ายเพื่อจัดเข้าเป็นวิทยากรอบรมกลุ่มขยายผล 1 และ 2

2.2 นำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ไปให้อาจารย์นิเทศก์ใช้ขยายผลกับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ ชั้นปีที่ 4 สิ้นสุดภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 และกำลังเตรียมปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 3 ห้องเรียน (117 คน) ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 1 ห้องเรียน (31 คน) จากนั้นทำการ

สุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) เพื่อแบ่งนักศึกษาออกเป็น 2 กลุ่ม และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเพื่อกำหนดเป็นกลุ่มขยายผล 1 (จำนวน 17 คน) และกลุ่มขยายผล 2 (จำนวน 14 คน) โดยมีขั้นตอนดังนี้

2.2.1 ประสานงานกับสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

2.2.2 กำหนดวัน เวลาในการดำเนินการขยายผล

2.2.3 สร้างความเข้าใจและจัดเตรียมความพร้อมให้กับอาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยที่เป็นวิทยากรในกลุ่มขยายผล 1 และ 2

2.2.4 วัดผลก่อนการฝึกอบรม

2.2.5 ดำเนินการฝึกอบรม

2.2.6 วัดผลหลังการฝึกอบรมทันที

2.2.7 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการทางสถิติ เปรียบเทียบผลคะแนนที่ได้และสรุปผล

2.2.8 นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ พิจารณาปรับปรุงรายละเอียดต่างๆ เพื่อให้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มีความสมบูรณ์และจัดพิมพ์เป็นฉบับสมบูรณ์

#### สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

##### 1. สถิติพื้นฐาน

1.1 ค่าร้อยละ (Percentage) ใช้ในการอธิบายข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง

1.2 ค่าเฉลี่ย (Mean) ใช้ในการวัดค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง

1.3 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ใช้ในการวัดการกระจาย

ของข้อมูล

##### 2. สถิติที่ใช้ในการหาค่าคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การหาค่าความเชื่อมั่นชนิดสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัค (Cronbach's Alpha Coefficient)

##### 3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐานในการวิจัย

3.1 การทดสอบค่าที (t-test) แบบกลุ่มตัวอย่างไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for Dependent Sample)

3.2 วิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of variance: ANOVA)

3.3 การเปรียบเทียบพหุคูณโดยใช้วิธีของ Tukey's HSD (Honestly significance difference)

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

#### สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมายผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์เพื่อใช้แทนความหมาย ดังนี้

N	แทน จำนวนตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน ค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean)
S.D.	แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
t-test	แทน ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณาการแจกแจงแบบที (t-distribution)
p-value	แทน ระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติ
Tukey	แทน ค่าสถิติที่ใช้ในการทดสอบนัยสำคัญทางสถิติของความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่

#### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มีผลการวิเคราะห์ข้อมูลเสนอตามลำดับ ดังนี้

1. การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น
2. การออกแบบและพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรม
3. การทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม
4. การประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม

#### 1. ผลการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น

1.1 ผลการวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการฝึกสอนของนักศึกษา พบข้อมูลเกี่ยวกับสภาพปัญหาและอุปสรรคของนักศึกษาด้านความรู้เกี่ยวกับเนื้อหาวิชา ความรู้ในวิชาชีพครูที่จะนำไปปฏิบัติงานในหน้าที่ครู และความรอบรู้อื่นๆ ที่จะนำไปใช้ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข เป็นปัญหาระดับมาก ร้อยละ 46 ด้านคุณลักษณะเกี่ยวกับบุคลิกภาพ การสื่อสาร ลักษณะท่าทาง มนุษยสัมพันธ์ ด้านคุณธรรม ด้านความรักและศรัทธาต่อวิชาชีพครู เป็นปัญหาระดับมาก ร้อยละ 40 ด้านเทคนิควิธีเกี่ยวกับงานสอน งานกิจการนักเรียน งานธุรการ งานพัฒนาตนเอง และงานพัฒนาสังคม เป็นปัญหาระดับปานกลาง ร้อยละ 38 และงานอื่นๆ เช่น งานวิจัยปฏิบัติการในชั้นเรียน

งานการศึกษารายกรณี การจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ สื่อการสอน และการจัดทำโครงการ เป็นปัญหาในระดับปานกลาง ร้อยละ 52 และจากข้อมูลการสัมภาษณ์อาจารย์นิเทศก์ประจำ สาขาวิชา และครูพี่เลี้ยง พบว่า นักศึกษาประสบปัญหาเกี่ยวกับการควบคุมชั้นเรียน ปัญหาที่เกี่ยวกับผู้เรียน เกี่ยวกับงาน หรือหน้าที่ที่รับผิดชอบ ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการพัฒนานักศึกษาให้เป็นผู้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนนั้น คือ เรื่องจิตใจ และภาระงาน อาจารย์นิเทศก์และครูพี่เลี้ยงต้องการให้พัฒนานักศึกษาให้มีความรู้สึกมั่นคงในการที่จะประกอบ อาชีพครู และต้องการให้พัฒนาทางด้านจิตใจ ข้อมูลที่ได้ทำให้ทราบถึงสิ่งที่เป็นสภาพปัญหา และความต้องการในการพัฒนานักศึกษา เพื่อที่ผู้วิจัยจะนำไปใช้ในการออกแบบและพัฒนารูปแบบที่ใช้ ในการฝึกอบรมได้ตรงตามจุดมุ่งหมายและมีประสิทธิภาพ

1.2 ผลการวิเคราะห์หลักการ แนวคิดพื้นฐานที่มาจากทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการ เปลี่ยนแปลงของ เมสิโรว์ (Mezirow) โดยมีหลักสำคัญคือ การเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ (centrality of experience) การคิดไตร่ตรอง (critical reflection) และการสนทนาเชิงเหตุผล (rational discourse) จากแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นใน สภาพแวดล้อมที่สบายเอื้อต่อการเรียนรู้ เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ด้านใน ให้ความสำคัญและเอาใจ ใส่จิตใจของผู้เรียนในทุกขณะ โดยการฟังอย่างลึกซึ้ง การน้อมสัจใจอย่างใคร่ครวญ การเคารพ ศักยภาพของคนอย่างไร้อคติ ด้วยความรักความเมตตา ความเป็นกัลยาณมิตร และการเห็นตาม ความเป็นจริง เป็นการศึกษาที่เต็มใจที่จะเผชิญหน้ากับความเจ็บปวดและความทุกข์ยากลำบากของ ชีวิต ให้ความศรัทธาต่อทุกประสบการณ์ที่ตนเองเคยผ่านมาไม่ว่าจะดี หรือร้าย จากหลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงานเพื่อให้ประสบความสำเร็จ คือ ฉันทะ ความพอใจในสิ่งที่เราจะต้องทำ วิริยะ ความเพียรในสิ่งที่เราพอใจ จิตตะ เอาใจฝึกใฝ่อยู่แต่สิ่งนั้นไม่เปลี่ยนแปลง และวิมังสา ค้นคว้า เพื่อจะแก้ปัญหาอุปสรรคอยู่เสมอ จากแนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของ สตอลทซ์ ที่เชื่อว่า การที่มนุษย์จะสามารถเผชิญอุปสรรคได้ต้องอาศัยความเข้มแข็งของจิตใจ การควบคุมตนเอง มองโลกในแง่ดี อดทน มีความยืดหยุ่น รับรู้ถึงความสามารถของตนและมีความ เชื่อมั่นในตนเอง เมื่อพบปัญหาสามารถเข้าใจและรับรู้ถึงต้นเหตุของปัญหาตามความเป็นจริง เพียรพยายามค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหา และตอบสนองต่อปัญหาตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ จาก แนวคิดการมองโลกในแง่ดี เป็นการทำบุคคลมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นใน ทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างมีทางแก้ไขได้ สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่ เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลี้ยวหนี และ สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข จากแนวคิดการสะท้อนความคิด เกี่ยวกับการตระหนักรู้ใน ตนเอง การสังเกตตนเอง และจากแนวคิดการเสริมพลังการทำงานของ เปาโล แฟร์ (Paulo Freire) ที่ช่วยให้บุคคลเปลี่ยนโลกทัศน์เกี่ยวกับการมองเห็นตนเองและสังคมอย่างสร้างสรรค์ รู้สึกว่าตนเอง มีคุณค่า มีความสามารถ และสามารถเปลี่ยนแปลงการทำงานของตนให้ดีขึ้นเพื่อเกิดประโยชน์ต่อ สังคมได้ ทำให้ผู้วิจัยได้กรอบแนวคิด และหลักการในการออกแบบและพัฒนารูปแบบเพื่อฝึกอบรม

### 1.3 ผลการวิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบการฝึกอบรม

การพัฒนาครู คณาจารย์ และบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาให้มีคุณภาพและมาตรฐาน พบว่าส่วนใหญ่ใช้การฝึกอบรม เนื่องจากการฝึกอบรมเป็นกระบวนการพัฒนาความรู้ ประสบการณ์ ทักษะ ค่านิยม และคุณธรรม รวมถึงการเสริมสร้างทักษะความชำนาญเฉพาะด้านของบุคคล อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามความมุ่งหวังที่กำหนดไว้ และยังเป็น การจูงใจให้บุคคลปฏิบัติงานในหน้าที่ให้ดีขึ้น ในการฝึกอบรมต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล มีการนำสื่อประสมมาใช้ซึ่งในการจัดประสบการณ์การฝึกอบรมผู้วิจัยได้นำสื่อและกิจกรรมที่หลากหลายมาผสมผสานกันเพื่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ ทั้งการชมวีดิทัศน์ การเล่นเกม กรณีศึกษา การระดมสมอง การอภิปราย การทำงานศิลปะ การฝึกสติ การเล่าเรื่องราว ฯลฯ เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง มีการเสริมแรงการเรียนรู้ไปที่ละขั้นตอนตามความสามารถ เนื้อหาที่นำมาใช้เป็นเรื่องราวที่เป็นปัญหา เป็นสิ่งใกล้ตัวนักศึกษา ในขณะที่ปฏิบัติการสอน ได้แก่ เรื่องราวเกี่ยวกับเด็ก ผู้ปกครอง ครูพี่เลี้ยง และสภาพทางสังคม จำนวน 8 หน่วย ได้แก่ หน่วยที่ 1 ภาวะวิกฤติ หน่วยที่ 2 เมื่อฉันเป็นเด็ก หน่วยที่ 3 เเชิฉู สถานการณ์ หน่วยที่ 4 ตั้งสติให้มัน หน่วยที่ 5 ชีวิตที่แท้...ต้องมีอุปสรรค หน่วยที่ 6 ผิดเป็นครู...เรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลง หน่วยที่ 7 ช่วยผู้อื่นและช่วยตนให้พ้นอุปสรรค หน่วยที่ 8 อุดทนเพียรพยายาม ซึ่งสอดคล้องกับสภาพแวดล้อม บริบท และวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีการทดลอง และปรับปรุงจนมีประสิทธิภาพ ซึ่งยูภาติ ปณะราช (2551: 58) ได้กล่าวไว้ว่า การฝึกอบรมต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล มีการนำสื่อประสมมาใช้ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง มีการเสริมแรงการเรียนรู้ไปที่ละขั้นตอนตามความสามารถ เนื้อหาที่นำมาใช้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมและวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรม และยังสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาคนทั้งระบบของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวคือ การพัฒนาบุคคลต้องพัฒนาพร้อมกันทั้ง 3 ด้านคือ ด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ทั้ง 3 ด้านนี้เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อกัน ต้องพัฒนาไปด้วยกัน โดยพฤติกรรมที่ดีเป็นช่องทางให้จิตใจพัฒนา ช่วยแก้ปัญหาขององงาม เกิดพฤติกรรมที่สร้างสรรค์ก็เอื้อกุล (พระธรรมปิฎก. 2541: 244-250) อีกทั้งยังสอดคล้องกับหลักการพัฒนาบุคคลตามแนวทฤษฎีตันไม้ จริยธรรมของ ดวงเดือน พันธุมนาวิ น ที่เน้นการพัฒนาจิตและพฤติกรรมไปพร้อมกัน แต่ในสัดส่วนที่ต่างกันตามวัย อายุ น้อยสัดส่วนการพัฒนาจิตน้อยกว่าสัดส่วนในการพัฒนาพฤติกรรม พออายุมาก การพัฒนาจิตมีสัดส่วนเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 80 และการพัฒนาพฤติกรรมลดลงเหลือร้อยละ 20 การพัฒนาตามสัดส่วนนี้ จะช่วยสร้างให้บุคคลเป็นคนดี เก่ง และมีความสุข โดยไม่ต้องให้ผู้อื่นหรือสิ่งอื่น มาควบคุมพฤติกรรม ทำให้ผู้วิจัยมีกรอบในการออกแบบและพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรม

## 2. ผลการออกแบบและพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรม

2.1 ผลการสร้างกรอบแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรม ทำให้ผู้วิจัยได้กรอบแนวคิดในการวิจัยที่มีแนวคิดพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง แนวคิด



จิตตปัญญาศึกษา หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงาน แนวคิดการเสริมสร้างความสามารถ ในการเผชิญอุปสรรคของสตอลทซ์ การมองโลกในแง่ดี การสะท้อนความคิด และการเสริมพลังการทำงาน รวมทั้งวิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบการฝึกอบรมจนได้ ลักษณะสำคัญของรูปแบบการฝึกอบรมแบบ LOVE ที่เป็นการฝึกอบรมผ่านการลงมือปฏิบัติ (hand) ผ่านการคิด (head) และความรู้สึกที่ลงสู่ใจ (heart) ที่ช่วยให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนหรือทำสิ่งต่างๆ จนสำเร็จ โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L) เป็นขั้นเริ่มต้นของกระบวนการฝึกอบรม โดยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ตระหนักถึงปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในการทำงานระหว่าง ออกไปปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา เป็นวิธีฝึกการฟังตนเอง ฟังผู้อื่นและสิ่งรอบตัว ด้วยความตั้งใจ สัมผัสได้ถึงรายละเอียดของสิ่งที่ฟังด้วยจิตที่ตั้งมั่น รวมทั้งการรับรู้อื่นๆ ด้วย เช่น การมอง การอ่าน การสัมผัส ฯลฯ

ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเกิดความคิด ความคาดหวังด้วยตนเองและจากกลุ่มเพื่อน ในการปรับตัวเมื่อเผชิญสถานการณ์ที่ท้าทายหรือปัญหาในการทำงาน และจะยังคงพยายามเอาชนะอุปสรรคต่างๆ เมื่อรับรู้ว่ามีผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจะประสบความสำเร็จและเป็นสิ่งที่มีคุณค่า

ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เรียนรู้และลงมือปฏิบัติโดยการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ต่างๆ อย่างหลากหลาย มีเป้าหมาย ผ่านการเผชิญปัญหาหรือต้องแก้ปัญหา ทำให้เกิดประสบการณ์ตรง สามารถเห็นความเป็นตัวตนของตนเองที่แสดงออกผ่านกิจกรรมนั้นๆ

ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E) เป็นขั้นสุดท้ายของการฝึกอบรมคือ ขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสร้างกระบวนการประเมินค่าด้วยวิธีการสะท้อนกลับจากตนเอง และจากผู้อื่น ที่ช่วยให้รู้สึกว่าคุณค่า มีความสามารถ มีความมั่นใจในตนเอง และสามารถตัดสินใจด้วยตนเองในการเผชิญอุปสรรคในการทำงานให้ประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวัง มีการเสริมพลังเพื่อให้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคต่างๆ ได้

2.2 ผลการประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการฝึกอบรมโดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ค่าเฉลี่ย และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังแสดงในตาราง 4

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเหมาะสมของรูปแบบการฝึกอบรมตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญคนที่					รวม	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ระดับความเหมาะสม
	1	2	3	4	5				
1. ความชัดเจนของการอธิบายความหมายและความสำคัญของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี	5	5	5	4	5	24	4.80	0.45	มากที่สุด
2. ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี	5	5	5	5	4	24	4.80	0.45	มากที่สุด
3. ความสัมพันธ์กันระหว่างทฤษฎีแนวคิดพื้นฐานของการกำหนดกรอบแนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี	5	5	5	3	5	25	5.00	0.00	มากที่สุด
4. การกำหนดขั้นตอนรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรีมีความสัมพันธ์กันกับองค์ประกอบด้านความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน	5	5	4	4	5	23	4.60	0.55	มากที่สุด

ตาราง 4 (ต่อ)

รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญคนที่					รวม	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ระดับความเหมาะสม
	1	2	3	4	5				
5. การเรียงร้อยขั้นตอนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษาที่เกี่ยวข้องกัน	5	5	3	5	4	22	4.40	0.89	มาก
6. ความชัดเจนของขั้นตอนในการจัดกิจกรรมตามรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา	5	5	3	4	5	22	4.40	0.89	มาก
7. เนื้อหาสาระที่ใช้เป็นสื่อมีความเหมาะสมในการส่งเสริมความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา	5	5	2	5	5	22	4.40	1.34	มาก
8. ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมตามรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา	5	5	3	3	4	20	4.00	1.00	มาก
9. สื่อที่ใช้ในการจัดกิจกรรมตามรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา	5	5	3	4	5	22	4.40	0.89	มาก

ตาราง 4 (ต่อ)

รายการประเมิน	ผู้เชี่ยวชาญคนที่					รวม	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ระดับความเหมาะสม
	1	2	3	4	5				
10. ผลของการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมจะทำให้เกิดการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาลุ่มวัย	5	5	3	4	5	22	4.40	0.89	มาก
ค่าเฉลี่ยรวมทั้งฉบับ							4.52	0.74	มากที่สุด

จากตาราง 4 พบว่า รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาลุ่มวัย ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 4.52 แสดงว่ารูปแบบการฝึกอบรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีความเหมาะสมในการนำไปใช้ฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาลุ่มวัย

2.3 ผลการศึกษานำร่องรูปแบบการฝึกอบรม ผู้วิจัยนำเสนอผลการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 2 ประการ ดังนี้

2.3.1 ผลการตรวจสอบเครื่องมือประกอบการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาลุ่มวัยและปรับปรุงก่อนนำไปใช้

เครื่องมือในการศึกษานำร่อง ประกอบด้วย

1. แบบวัดจิตลักษณะ ประกอบด้วย แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน และแบบวัดการมองโลกในแง่ดี ผลการวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) แบบวัดจิตลักษณะ ชนิดสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัก (Cronbach's Alpha Coefficient) แยกตามรายตอนและรวมทั้งฉบับ พบว่ามีค่ารวมทั้งฉบับเท่ากับ 0.81

2. แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน ผลการวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ชนิดสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัก (Cronbach's Alpha Coefficient) พบว่ามีค่ารวมทั้งฉบับเท่ากับ 0.79

3. คู่มือการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาลุ่มวัย พบว่า สามารถดำเนินการตามขั้นตอนได้ดี และมีบางส่วนที่ต้องปรับปรุง คือ การเขียนอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับระยะเวลาในการทำแบบวัด บทบาทของวิทยากรและผู้เข้ารับการอบรม การจัดสภาพห้อง เป็นต้น

4. แผนการจัดกิจกรรมฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย พบว่า สามารถนำไปใช้จัดการฝึกอบรมได้ดี มีบางส่วนที่ปรับปรุงแก้ไขคือ การจัดสื่อเพิ่มเพื่อให้เพียงพอต่อการใช้ระยะเวลาในแต่ละกิจกรรมที่ไม่เท่ากัน และการจัดบรรยากาศให้เอื้อต่อการเรียนรู้ เช่น มีการจัดเบาะสำหรับรองนั่ง มีการจัดห้องด้วยผ้าสีอ่อนเพื่อให้มีความรู้สึกอบอุ่น เป็นต้น

2.3.2 ผลการตรวจสอบความเป็นไปได้ของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ที่พัฒนาขึ้น จากการฝึกอบรมได้มีการประเมินผลก่อนการฝึกอบรมและหลังการฝึกอบรมทันที

2.3.2.1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มศึกษานำร่อง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง ดังแสดงในตาราง 5

ตาราง 5 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มศึกษานำร่อง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง

ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน	ก่อนเข้าร่วมการทดลอง		หลังเข้าร่วมการทดลอง		การเปรียบเทียบ (T-test)	p-value
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
กลุ่มศึกษานำร่อง (n = 32)	222.03	24.36	231.67	23.69	-4.57*	.00

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 5 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มศึกษานำร่อง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มศึกษานำร่อง หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.3.2.2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มศึกษานำร่อง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง ดังแสดงในตาราง 6

ตาราง 6 การเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มศึกษานำร่อง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง

จิตลักษณะ	ก่อนเข้าร่วม		หลังเข้าร่วม		การเปรียบเทียบ (t-test)	p-value
	การทดลอง (n = 32)		การทดลอง (n = 32)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์	86.34	10.78	90.67	9.50	-5.86*	.00
ด้านความเชื่ออำนาจในตน	95.88	7.80	101.13	8.16	-5.69*	.00
ด้านการมองโลกในแง่ดี	85.94	8.38	91.19	7.78	-5.02*	.00
รวม	89.39	7.09	94.32	7.17	-7.21*	.00

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 6 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มศึกษานำร่อง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มศึกษานำร่อง หลังเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 94.32$ , S.D. = 7.17) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 89.39$ , S.D. = 7.09) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มศึกษานำร่อง ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านความเชื่ออำนาจในตน และด้านการมองโลกในแง่ดี หลังเข้าร่วมการทดลอง สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากข้อมูลที่ได้แสดงว่า รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นสามารถนำไปใช้ในการฝึกอบรมได้

### 3. ผลการทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม

3.1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง และระยะติดตามผล ดังแสดงในตาราง 7

ตาราง 7 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง และระยะติดตามผล

ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน	กลุ่มทดลอง (n = 39)		การวิเคราะห์เปรียบเทียบ (ANOVA)					การเปรียบเทียบรายคู่ (Tukey)	
	$\bar{X}$	S.D.	แหล่งของความแปรปรวน	SS	df	MS	F		Sig
ก่อนเข้าร่วมการทดลอง <sup>1</sup>	226.44	16.46	ระหว่างกลุ่ม	4969.077	2	2484.538	8.789	.000	2,3 > 1
หลังเข้าร่วมการทดลอง <sup>2</sup>	238.36	17.69	ภายในกลุ่ม	32228.000	114	282.702			
ระยะติดตามผล <sup>3</sup>	241.59	16.26	รวม	37197.077	116				

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 7 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง และระยะติดตามผล พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณาเป็นรายคู่ พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง ดังแสดงในตาราง 8

ตาราง 8 การเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง

จิตลักษณะ	ก่อนเข้าร่วมการทดลอง		หลังเข้าร่วมการทดลอง		การเปรียบเทียบ (t-test)	p-value
	(n = 39)		(n = 39)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์	85.62	7.09	91.95	7.61	-8.31*	.00
ด้านความเชื่ออำนาจในตน	93.46	7.18	99.97	6.95	-8.20*	.00
ด้านการมองโลกในแง่ดี	82.87	6.62	87.41	5.27	-7.19*	.00
รวม	87.32	5.50	93.11	5.43	-12.14*	.00

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 8 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 93.11$ , S.D. = 5.43) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 87.32$ , S.D. = 5.50) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มทดลอง ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านความเชื่ออำนาจในตน และด้านการมองโลกในแง่ดี หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

#### 4. ผลการประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม

4.1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 1 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง ดังแสดงในตาราง 9



ตาราง 9 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 1 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง

ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน	ก่อนเข้าร่วมการทดลอง		หลังเข้าร่วมการทดลอง		การเปรียบเทียบ (T-test)	p-value
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
กลุ่มขยายผล 1 (n = 17)	225.71	21.81	237.53	21.64	-7.88*	.00

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 9 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 1 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 1 หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 2 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง ดังแสดงในตาราง 10

ตาราง 10 การเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 2 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง

ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน	ก่อนเข้าร่วมการทดลอง		หลังเข้าร่วมการทดลอง		การเปรียบเทียบ (T-test)	p-value
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
กลุ่มขยายผล 2 (n = 14)	220.79	21.69	238.71	23.68	-6.35*	.00

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 10 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 2 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 2 หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.3 ผลการเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 1 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง ดังแสดงในตาราง 11

ตาราง 11 การเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 1 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง

จิตลักษณะ	ก่อนเข้าร่วม การทดลอง (n = 17)		หลังเข้าร่วม การทดลอง (n = 17)		การ เปรียบเทียบ (t-test)	p-value
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
	ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์	88.12	5.42	95.65		
ด้านความเชื่ออำนาจในตน	92.24	7.31	100.94	7.16	-8.20*	.00
ด้านการมองโลกในแง่ดี	81.71	4.61	90.06	5.76	-6.17*	.00
รวม	87.35	4.71	95.55	5.69	-6.94*	.00

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 11 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 1 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 1 หลังเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X}$  = 95.55, S.D. = 5.69) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X}$  = 87.35, S.D. = 4.71) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 1 ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านความเชื่ออำนาจในตน และด้านการมองโลกในแง่ดี หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.4 ผลการเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 2 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง ดังแสดงในตาราง 12

ตาราง 12 การเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 2 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และ หลังเข้าร่วมการทดลอง

จิตลักษณะ	ก่อนเข้าร่วม		หลังเข้าร่วม		การเปรียบเทียบ (t-test)	p-value
	การทดลอง (n = 14)		การทดลอง (n = 14)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์	89.86	7.48	97.64	7.96	-4.88*	.00
ด้านความเชื่ออำนาจในตน	96.79	7.43	103.79	7.12	-4.33*	.00
ด้านการมองโลกในแง่ดี	85.71	6.34	91.21	6.55	-6.79*	.00
รวม	90.79	6.00	97.55	6.30	-5.96*	.00

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 12 แสดงการเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 2 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 2 หลังเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 97.55$ , S.D. = 6.30) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 90.79$ , S.D. = 6.00) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 2 ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านความเชื่ออำนาจในตน และด้านการมองโลกในแง่ดี หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## บทที่ 5

### สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย สรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

#### ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
2. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
3. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยก่อนการทดลอง หลังการทดลองทันที และหลังการทดลอง 1 เดือน
4. เพื่อเปรียบเทียบจิตลักษณะของนักศึกษาก่อนและหลังการทดลอง

#### ขอบเขตของการวิจัย

##### ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรในระยะดำเนินงาน ระยะที่ 1 การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น มีดังนี้

1. นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 40 คน
2. ครูพี่เลี้ยงที่ทำหน้าที่นิเทศนักศึกษา คือ ครูที่ปฏิบัติการสอนระดับปฐมวัยของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุราษฎร์ธานี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และโรงเรียนในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย ซึ่งมาเข้าร่วมประชุมกับคณะครุศาสตร์ในการเตรียมความพร้อมเพื่อรับนักศึกษาออกปฏิบัติการสอน 9 โรงเรียน จำนวน 40 คน
3. อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี จำนวน 6 คน

ประชากรในระยะดำเนินงาน ระยะที่ 2 การออกแบบและพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรม มีดังนี้

นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยในการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน แบบวัดจิตลักษณะที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และในการศึกษานำร่องรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย (Pilot study) คือ นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 71 คน

ประชากรในระยะดำเนินงาน ระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม คือ นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา กลุ่มเดียวกับประชากรในระยะที่ 2

ประชากรในระยะดำเนินงาน ระยะที่ 4 การประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม มีดังนี้

1. อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ จำนวน 9 คน

2. นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยในการขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คือ นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ ชั้นปีที่ 4 สิ้นสุดภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 และกำลังเตรียมปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 117 คน

### กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 1 การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น

1.1 นักศึกษสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 40 คน ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling)

1.2 ครูพี่เลี้ยงที่ทำหน้าที่นิเทศนักศึกษา คือ ครูที่ปฏิบัติการสอนระดับปฐมวัยของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุราษฎร์ธานี สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และโรงเรียนในสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย จำนวน 2 อำเภอ ที่มาเข้าร่วมประชุมกับคณะครุศาสตร์ฯ ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จากหน่วยงานที่สังกัดหน่วยงานละ 2 คน รวมเป็น 4 คน

1.3 อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี จำนวน 3 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling)

## 2. กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 2 การออกแบบและพัฒนารูปแบบการฝึกอบรม

กลุ่มตัวอย่างในการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน และแบบวัดจิตลักษณะ (Try Out) และกลุ่มตัวอย่างในการศึกษานำร่องรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย (Pilot study) คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 จำนวน 2 ห้องเรียน ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ได้มา 1 ห้องเรียน จำนวน 32 คน ส่วนอีก 1 ห้องเรียน จำนวน 39 คน จัดเข้าเป็นกลุ่มทดลอง ในระยะที่ 3

## 3. กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาทดลองรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา 1 ห้องเรียน จำนวน 39 คน ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ในระยะที่ 2

## 4. กลุ่มตัวอย่างในระยะที่ 4 การประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม

4.1 กลุ่มตัวอย่างในการขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คือ อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 2 คน จากผู้ที่สนใจเข้าร่วมการพัฒนา นักศึกษาจากนั้นทำการสุ่มอย่างง่ายเพื่อจัดเข้าเป็นวิทยากรอบรมกลุ่มขยายผล 1 และ 2

4.2 กลุ่มตัวอย่างในการขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย (ขยายผล 1, 2) คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ ชั้นปีที่ 4 สิ้นสุดภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 และกำลังเตรียมปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 3 ห้องเรียน (117 คน) ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 1 ห้องเรียน (31 คน) จากนั้นทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) เพื่อแบ่งนักศึกษาออกเป็น 2 กลุ่ม และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเพื่อกำหนดเป็นกลุ่มขยายผล 1 (จำนวน 17 คน) และกลุ่มขยายผล 2 (จำนวน 14 คน) เหตุผลที่ผู้วิจัยเลือกขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมกับมหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ซึ่งเป็นมหาวิทยาลัยที่อยู่ทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือ นั้น เพราะต้องการศึกษาว่ารูปแบบการฝึกอบรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจะสามารถนำไปใช้กับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยในภาคอื่นได้หรือไม่

### ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
2. ตัวแปรตาม ได้แก่
  - 2.1 ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน
  - 2.2 จิตลักษณะ 3 ด้าน คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่ออำนาจในตน และการมองโลกในแง่ดี

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

1. คู่มือการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
2. แผนการจัดกิจกรรมฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
3. แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
4. แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน
5. แบบวัดการมองโลกในแง่ดี
6. แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน
7. แบบสอบถามสภาพปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาของนักศึกษา
8. แบบสัมภาษณ์เพื่อวิเคราะห์ความต้องการจำเป็นของครูพี่เลี้ยงและอาจารย์ผู้ทำหน้าที่นิเทศนักศึกษาปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาปฐมวัย

### วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยโดยแบ่งเป็น 4 ระยะ ดังนี้

**ระยะที่ 1 การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น** ประกอบด้วย

1. ศึกษาและวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการฝึกสอนของนักศึกษา
2. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีเพื่อเป็นฐานของการพัฒนารูปแบบ โดยวิเคราะห์หลักการแนวคิดพื้นฐานที่มาจากทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงาน แนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของสตอลทซ์ การมองโลกในแง่ดี การสะท้อนความคิด และการเสริมพลังการทำงาน

3. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรมเพื่อเป็นหลักในการออกแบบ

### ระยะที่ 2 การออกแบบและพัฒนารูปแบบการฝึกอบรม ประกอบด้วย

1. สังเคราะห์และสร้างรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ผู้วิจัยได้สังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบการฝึกอบรมจนได้ลักษณะสำคัญของรูปแบบการฝึกอบรมแบบ LOVE ที่เป็นการฝึกอบรมผ่านการลงมือปฏิบัติ (hand) ผ่านการคิด (head) และความรู้สึกที่ลงสู่ใจ (heart) ที่ช่วยให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนหรือทำสิ่งต่างๆ จนสำเร็จ โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L) เป็นขั้นเริ่มต้นของกระบวนการฝึกอบรม โดยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ตระหนักถึงปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในการทำงานระหว่างออกไปปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา เป็นวิธีฝึกการฟังตนเอง ฟังผู้อื่นและสิ่งรอบตัว ด้วยความตั้งใจสัมผัสได้ถึงรายละเอียดของสิ่งที่ฟังด้วยจิตที่ตั้งมั่น รวมทั้งการรับรู้อื่นๆ ด้วย เช่น การมอง การอ่าน การสัมผัส ฯลฯ

ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเกิดความคิด ความคาดหวังด้วยตนเองและจากกลุ่มเพื่อน ในการปรับตัวเมื่อเผชิญสถานการณ์ที่ทำให้ท้อหรือปัญหาในการทำงาน และจะยังคงพยายามเอาชนะอุปสรรคต่างๆ เมื่อรับรู้ว่ามีผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจะประสบความสำเร็จและเป็นสิ่งที่มีคุณค่า

ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เรียนรู้และลงมือปฏิบัติโดยการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ต่างๆ อย่างหลากหลาย มีเป้าหมาย ผ่านการเผชิญปัญหาหรือต้องแก้ปัญหา ทำให้เกิดประสบการณ์ตรง สามารถเห็นความเป็นตัวตนของตนเองที่แสดงออกผ่านกิจกรรมนั้นๆ

ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E) เป็นขั้นสุดท้ายของการฝึกอบรมคือ ขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสร้างกระบวนการประเมินค่าด้วยวิธีการสะท้อนกลับจากตนเอง และจากผู้อื่น ที่ช่วยให้รู้สึกว่าคุณค่า มีความสามารถ มีความมั่นใจในตนเอง และสามารถตัดสินใจด้วยตนเองในการเผชิญอุปสรรคในการทำงานให้ประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวัง มีการเสริมพลังเพื่อให้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคต่างๆ ได้

2. สร้างและประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย และปรับปรุงแก้ไข ผู้วิจัยสร้างคู่มือรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มีองค์ประกอบคือ รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คู่มือและแผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถ



ในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ประกอบด้วย หลักการและเหตุผล ทฤษฎีและแนวคิด คำชี้แจง ความมุ่งหมายของการฝึกอบรม กลุ่มเป้าหมาย บทบาทของผู้อบรมหรือวิทยากร บทบาทของผู้เข้ารับการอบรม สารในการอบรม ระยะเวลาการฝึกอบรม ตารางการฝึกอบรม ขั้นตอนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม สื่อและอุปกรณ์ การจัดห้องฝึกอบรม และสร้างแบบประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย เสนอผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ประเมินและปรับปรุงแก้ไขรูปแบบการฝึกอบรม ให้มีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

ผู้วิจัยสร้างแบบวัดจิตลักษณะ ประกอบด้วย แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน และแบบวัดการมองโลกในแง่ดี สร้างแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน และนำแบบวัดที่สร้างขึ้นไปหาคุณภาพโดยการเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสม หลังจากนั้นนำแบบวัดไปทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 จำนวน 32 คน เพื่อปรับปรุงข้อคำถามให้มีคุณภาพเหมาะสมในการนำไปใช้

3. ศึกษาสำรวจ (Pilot study) การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ผู้วิจัยศึกษานำร่องรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย และปรับปรุงแก้ไข โดยนำแผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นและได้ผ่านการประเมินคุณภาพแล้ว ไปทดลองนำร่องกับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ได้มา 1 ห้องเรียน จำนวน 32 คน ดำเนินการอบรมเป็นระยะเวลา 5 วัน ๆ ละ 3 ชั่วโมง เพื่อตรวจสอบขั้นตอน กระบวนการในการฝึกอบรม โดยดำเนินการดังนี้ ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วัดผลก่อนการฝึกอบรม ด้วยแบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน แบบวัดการมองโลกในแง่ดี และแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน ดำเนินการฝึกอบรม และวัดผลหลังการฝึกอบรมทันทีด้วยแบบวัดฉบับเดียวกับก่อนการฝึกอบรม นำเสนอผลการศึกษานำร่องต่อคณะกรรมการควบคุมปริญญาโท และปรับปรุงแก้ไขให้มีความสมบูรณ์ก่อนนำไปทดลองใช้จริง

### ระยะที่ 3 การทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม ประกอบด้วย

การดำเนินการทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย โดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ผู้วิจัยดำเนินการทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย กับกลุ่มทดลองคือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ได้มา 1 ห้องเรียน จำนวน 39 คน โดยกำหนดแบบแผนการทดลองเป็นแบบ One- Group Pretest- Posttest Design ดำเนินการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมตามรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย โดยดำเนินการอบรมเป็นระยะเวลา 8 วันๆ ละ 3 ชั่วโมง ทำการวัดผล 3 ครั้ง คือ ก่อนการอบรม หลังการอบรมทันที และหลังการอบรมเสร็จสิ้น 1 เดือน ในการวัดผลก่อนการอบรม และหลังการอบรมทันที ใช้แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่ออำนาจในตนเอง แบบวัดการมองโลกในแง่ดี และแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนสำหรับการวัดผลหลังการอบรม 1 เดือน ใช้เฉพาะแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน ในช่วงระหว่าง 1 เดือน ผู้วิจัยได้ทำการกำกับ ติดตาม และให้คำแนะนำปรึกษา (Mentoring) เป็นระยะอย่างสม่ำเสมอตลอดระยะเวลาการปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยการสังเกต สนทนาซักถาม และบันทึกข้อมูลในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาแต่ละคน หลังจากทำการทดสอบโดยใช้แบบวัดเสร็จสิ้นแล้ว นำผลการทดสอบมาวิเคราะห์ข้อมูล สรุปผล และปรับปรุงแก้ไขรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

#### ระยะที่ 4 การประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม ประกอบด้วย

ผู้วิจัยได้นำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ไปใช้ขยายผลกับอาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ จำนวน 2 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จากผู้ที่สนใจเข้าร่วมการพัฒนา นักศึกษา ทำการสุ่มอย่างง่ายเพื่อจัดเข้าเป็นวิทยากรอบรมกลุ่มขยายผล 1 และขยายผล 2 จากนั้นอาจารย์นิเทศก์ได้นำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ไปใช้ขยายผลกับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ ชั้นปีที่ 4 สิ้นสุดภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 และกำลังเตรียมปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จำนวน 3 ห้องเรียน (117 คน) ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 1 ห้องเรียน (31 คน) และทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) เพื่อแบ่งนักศึกษาออกเป็น 2 กลุ่ม ทำการสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเพื่อกำหนดเป็นกลุ่มขยายผล 1 (จำนวน 17 คน) และกลุ่มขยายผล 2 (จำนวน 14 คน) โดยมีขั้นตอนดังนี้ 1) ประสานงานกับสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ 2) กำหนดวัน เวลาในการดำเนินการขยายผล 3) สร้างความเข้าใจและจัดเตรียมความพร้อมให้กับอาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยที่เป็นวิทยากรใน

กลุ่มขยายผล 1 และกลุ่มขยายผล 2 4) วัดผลก่อนการฝึกอบรม 5) ดำเนินการฝึกอบรม 6) วัดผลหลังการฝึกอบรมทันที 7) วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการทางสถิติ เปรียบเทียบผลคะแนนที่ได้จากแบบวัดและสรุปผล 8) นำผลที่ได้มาวิเคราะห์เพื่อพิจารณาปรับปรุงรายละเอียดต่างๆ ของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษา สาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา เป็นฉบับสมบูรณ์ (ฉบับจริง)

## สรุปผลการวิจัย

### ผลการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น

1. ผลการวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการฝึกสอนของนักศึกษา พบข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสภาพที่เป็นปัญหาและอุปสรรคของนักศึกษาด้านความรู้เกี่ยวกับเนื้อหาวิชา ความรู้ในวิชาชีพครูที่จะนำไปปฏิบัติงานในหน้าที่ครู และความรอบรู้อื่นๆ ที่จะนำไปใช้ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข เป็นปัญหาระดับมาก ร้อยละ 46 ด้านคุณลักษณะเกี่ยวกับบุคลิกภาพ การสื่อสาร ลักษณะท่าทาง มนุษยสัมพันธ์ ด้านคุณธรรม ด้านความรักและศรัทธาต่อวิชาชีพครู เป็นปัญหาระดับมาก ร้อยละ 40 ด้านเทคนิควิธีเกี่ยวกับงานสอน งานกิจการนักเรียน งานธุรการ งานพัฒนาตนเอง และงานพัฒนาสังคม เป็นปัญหาระดับปานกลาง ร้อยละ 38 และงานอื่นๆ เช่น งานวิจัยปฏิบัติการในชั้นเรียน งานการศึกษาวิจัย การจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ สื่อการสอน และการจัดทำโครงการ เป็นปัญหาในระดับปานกลาง ร้อยละ 52 จากข้อมูลการสัมภาษณ์อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาและครูพี่เลี้ยง พบว่า นักศึกษาประสบปัญหาเกี่ยวกับการควบคุมชั้นเรียน ปัญหาที่เกี่ยวกับผู้เรียนเกี่ยวกับงาน หรือหน้าที่ที่รับผิดชอบ ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการพัฒนานักศึกษาให้เป็นผู้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนนั้น คือ เรื่องจิตใจ และภาระงาน อาจารย์นิเทศก์และครูพี่เลี้ยงต้องการให้พัฒนานักศึกษาให้มีความรู้สึกรับผิดชอบในการที่จะประกอบอาชีพครู และต้องการให้พัฒนาทางด้านจิตใจ

2. ผลการวิเคราะห์หลักการ แนวคิดพื้นฐาน ที่มาจากทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงของ เมซีโรว์ (Mezirow) โดยมีหลักสำคัญคือ การเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ (centrality of experience) การคิดไตร่ตรอง (critical reflection) และการสนทนาเชิงเหตุผล (rational discourse) จากแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในสภาพแวดล้อมที่สบายเอื้อต่อการเรียนรู้ เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ด้านใน ให้ความสำคัญและเอาใจใส่จิตใจของผู้เรียนในทุกขณะ โดยการฟังอย่างลึกซึ้ง การน้อมสว่ใจอย่างใคร่ครวญ การเคารพศักยภาพของคนอย่างไร้อคติ ด้วยความรักความเมตตา ความเป็นกัลยาณมิตร และการเห็นตามความเป็นจริง เป็นการศึกษาที่เต็มใจที่จะเผชิญหน้ากับความเจ็บปวดและความทุกข์ยากลำบากของชีวิต ให้ความศรัทธาต่อทุกประสบการณ์ที่ตนเองเคยผ่านมาไม่ว่าจะดี หรือร้าย จากหลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงานเพื่อให้ประสบความสำเร็จ คือ ฉันทะ ความพอใจในสิ่งที่เราจะต้องทำ วิริยะ ความเพียรในสิ่งที่เราพอใจ จิตตะ เอาใจฝึกใฝ่อยู่แต่สิ่งนั้นไม่เปลี่ยนแปลง และวิมังสา ค้นคว้า

เพื่อจะแก้ปัญหาอุปสรรคอยู่เสมอ จากแนวความคิดเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของสตอลทซ์ ที่เชื่อว่า การที่มนุษย์จะสามารถเผชิญอุปสรรคได้ต้องอาศัยความเข้มแข็งของจิตใจ การควบคุมตนเอง มองโลกในแง่ดี อุดหนุน มีความยืดหยุ่น รับรู้ถึงความสามารถของตนเองและมีความเชื่อมั่นในตนเอง เมื่อพบปัญหาสามารถเข้าใจและรับรู้ถึงต้นเหตุของปัญหาตามความเป็นจริง เพียรพยายามค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหา และตอบสนองต่อปัญหาตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ จากแนวความคิดการมองโลกในแง่ดี เป็นการที่บุคคลมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างมีทางแก้ไขได้ สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้เหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลียงหนี และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข จากแนวความคิดสะท้อนความคิด เกี่ยวกับการตระหนักรู้ในตนเอง การสังเกตตนเอง และจากแนวความคิดเสริมพลังการทำงานของ เปาโล แฟร์ (Paulo Freire) ที่ช่วยให้บุคคลเปลี่ยนโลกทัศน์เกี่ยวกับการมองตนเองและสังคมอย่างสร้างสรรค์ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ และสามารถเปลี่ยนแปลงการทำงานของตนให้ดีขึ้นเพื่อเกิดประโยชน์ต่อสังคมได้ ทำให้ผู้วิจัยได้กรอบแนวคิด และหลักการในการออกแบบและพัฒนารูปแบบเพื่อฝึกอบรม

### 3 ผลการวิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบการฝึกอบรม

การพัฒนาครู ศึกษานิเทศก์ และบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาให้มีคุณภาพและมาตรฐาน พบว่าส่วนใหญ่ใช้การฝึกอบรม เนื่องจากการฝึกอบรมเป็นกระบวนการพัฒนาความรู้ ประสบการณ์ ทักษะ ค่านิยม และคุณธรรม รวมถึงการเสริมสร้างทักษะความชำนาญเฉพาะด้านของบุคคล อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามความมุ่งหวังที่กำหนดไว้ และยังเป็นการจูงใจให้บุคคลปฏิบัติงานในหน้าที่ให้ดีขึ้น ในการฝึกอบรมต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล มีการนำสื่อประสมมาใช้ซึ่งในการจัดประสบการณ์การฝึกอบรมผู้วิจัยได้นำสื่อและกิจกรรมที่หลากหลายมาผสมผสานกันเพื่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ ทั้งการชมวีดิทัศน์ การเล่นเกม กรณีศึกษา การระดมสมอง การอภิปราย การทำงานศิลปะ การฝึกสติ การเล่าเรื่องราว ฯลฯ เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง มีการเสริมแรงการเรียนรู้ไปที่ละขั้นตอนตามความสามารถ เนื้อหาที่นำมาใช้เป็นเรื่องราวที่เป็นปัญหา เป็นสิ่งใกล้ตัวนักศึกษา ในขณะที่ปฏิบัติการสอน ได้แก่ เรื่องราวเกี่ยวกับเด็ก ผู้ปกครอง ครูพี่เลี้ยง และสภาพทางสังคม จำนวน 8 หน่วย ได้แก่ หน่วยที่ 1 ภาวะวิกฤติ หน่วยที่ 2 เมื่อฉันเป็นเด็ก หน่วยที่ 3 เผชิญสถานการณ์ หน่วยที่ 4 ตั้งสติให้มัน หน่วยที่ 5 ชีวิตที่แท้...ต้องมีอุปสรรค หน่วยที่ 6 ผิดเป็นครู...เรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลง หน่วยที่ 7 ช่วยผู้อื่นและช่วยตนให้พ้นอุปสรรค หน่วยที่ 8 อุดหนุนเพียรพยายาม ซึ่งสอดคล้องกับสภาพแวดล้อม บริบท และวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีการทดลอง และปรับปรุงจนมีประสิทธิภาพ ซึ่งยูภาติ ปณะราช (2551: 58) ได้กล่าวไว้ว่า การฝึกอบรมต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล มีการนำสื่อประสมมาใช้ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง มีการเสริมแรงการเรียนรู้ไปที่ละขั้นตอนตามความสามารถ เนื้อหาที่นำมาใช้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมและวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรม และยังสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาคนทั้ง

ระบบของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวคือ การพัฒนาบุคคลต้องพัฒนาพร้อมกันทั้ง 3 ด้านคือ ด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ทั้ง 3 ด้านนี้เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อกัน ต้องพัฒนาไปด้วยกัน โดยพฤติกรรมที่ดีเป็นช่องทางให้จิตใจพัฒนา ช่วยแก้ปัญหาขององคัม เกิดพฤติกรรมที่สร้างสรรค์ก็เอื้อ (พระธรรมปิฎก. 2541: 244-250) อีกทั้งยังสอดคล้องกับหลักการพัฒนาบุคคลตามแนวทฤษฎีต้นไม้อัจฉริยะของ ดวงเดือน พันธุมนาวิน ที่เน้นการพัฒนาจิตและพฤติกรรมไปพร้อมกัน แต่ในสัดส่วนที่ต่างกันตามวัย อายุน้อยสัดส่วนการพัฒนาจิตน้อยกว่าสัดส่วนในการพัฒนาพฤติกรรม พออายุมากการพัฒนาจิตมีสัดส่วนเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 80 และการพัฒนาพฤติกรรมลดลงเหลือร้อยละ 20 การพัฒนาตามสัดส่วนนี้ จะช่วยสร้างให้บุคคลเป็นคนดี เก่ง และมีความสุข โดยไม่ต้องให้ผู้อื่นหรือสิ่งอื่นมาควบคุมพฤติกรรม ทำให้ผู้วิจัยมีกรอบในการออกแบบและพัฒนารูปแบบการฝึกอบรม

### ผลการออกแบบและพัฒนาารูปแบบการฝึกอบรม

1. ผลการประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการฝึกอบรมโดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ค่าเฉลี่ย พบว่า รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 4.52 แสดงว่ารูปแบบการฝึกอบรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีความเหมาะสมในการนำไปใช้ฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

2. ผลการศึกษานำร่องรูปแบบการฝึกอบรม ผู้วิจัยนำเสนอผลการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 2 ประการ ดังนี้

2.1 ผลการตรวจสอบเครื่องมือประกอบการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย และปรับปรุงก่อนนำไปใช้

เครื่องมือในการศึกษานำร่อง ประกอบด้วย

1. แบบวัดจิตลักษณะ ประกอบด้วย แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน และแบบวัดการมองโลกในแง่ดี ผลการวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) แบบวัดจิตลักษณะ ชนิดสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัก (Cronbach's Alpha Coefficient) แยกตามรายตอนและรวมทั้งฉบับ พบว่ามีค่ารวมทั้งฉบับเท่ากับ 0.81

2. แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน ผลการวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ชนิดสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบัก (Cronbach's Alpha Coefficient) พบว่ามีค่ารวมทั้งฉบับเท่ากับ 0.79

3. คู่มือการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย พบว่า สามารถดำเนินการตามขั้นตอนได้ดี และมีบางส่วนที่ต้องปรับปรุง คือ การเขียนอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับระยะเวลาในการทำแบบวัด บทบาทของวิทยากรและผู้เข้ารับการอบรม การจัดสภาพห้อง เป็นต้น

4. แผนการจัดกิจกรรมฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย พบว่า สามารถนำไปใช้จัดการฝึกอบรมได้ดี มีบางส่วนที่ปรับปรุงแก้ไขคือ การจัดสื่อเพิ่มเพื่อให้เพียงพอต่อการใช้ระยะเวลาในแต่ละกิจกรรมที่ไม่เท่ากัน และการจัดบรรยากาศให้เอื้อต่อการเรียนรู้ เช่น มีการจัดเบาะสำหรับรองนั่ง มีการจัดห้องด้วยผ้าสีอ่อนเพื่อให้มีความรู้สึกอบอุ่น เป็นต้น

2.2 ผลการตรวจสอบความเป็นไปได้ของรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ที่พัฒนาขึ้น จากการฝึกอบรมได้มีการประเมินผลก่อนการฝึกอบรมและหลังการฝึกอบรมทันที

2.2.1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มศึกษานำร่อง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มศึกษานำร่อง หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2.2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มศึกษานำร่อง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มศึกษานำร่อง หลังเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 94.32$ , S.D. = 7.17) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 89.39$ , S.D. = 7.09) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มศึกษานำร่อง ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านความเชื่ออำนาจในตน และด้านการมองโลกในแง่ดี หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากข้อมูลที่ได้แสดงว่า รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นสามารถนำไปใช้ในการฝึกอบรมได้

#### ผลการทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม

1. ผลการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง และระยะติดตามผล พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายคู่ พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง และระยะติดตามผล สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผลการเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 93.11$ , S.D. = 5.43) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 87.32$ , S.D. = 5.50) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มทดลอง ด้าน

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านความเชื่ออำนาจในตน และด้านการมองโลกในแง่ดี หลังเข้าร่วมการทดลอง สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### ผลการประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม

1. ผลการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 1 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 1 หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ผลการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 2 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 2 หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผลการเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 1 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 1 หลังเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 95.55$ , S.D. = 5.69) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 87.35$ , S.D. = 4.71) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 1 ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านความเชื่ออำนาจในตน และด้านการมองโลกในแง่ดี หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ผลการเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 2 ก่อนเข้าร่วมการทดลอง และหลังเข้าร่วมการทดลอง พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 2 หลังเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 97.55$ , S.D. = 6.30) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 90.79$ , S.D. = 6.00) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 2 ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านความเชื่ออำนาจในตน และด้านการมองโลกในแง่ดี หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### อภิปรายผล

#### อภิปรายผลการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น

1. การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็น มีความสำคัญเพราะการวางแผนการทำงานจะต้องเริ่มที่การประเมินบริบท เพื่อให้เข้าใจสภาพที่เป็นอยู่ของหน่วยงานหรือองค์กร และรู้ความต้องการ เป้าหมายของหน่วยงานหรือองค์กรว่าจำเป็นต้องได้รับการสนองตอบในด้านใด การประเมินความจำเป็น เป็นการวิเคราะห์สภาพปัจจุบันและสภาพที่ควรจะเป็น และกำหนดวิธีการดำเนินงานหรือวิเคราะห์ทางเลือกที่เหมาะสมที่สุดที่จะทำให้บรรลุเป้าหมาย (สุวิมล ว่องวานิช. 2550: 26-27) การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาข้อมูลพื้นฐานเพื่อประเมินความต้องการจำเป็นจากตัวนักศึกษา อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชา และครูพี่เลี้ยงที่ทำการนิเทศ

นักศึกษา ซึ่งเป็นข้อมูลที่ได้จาก 3 ส่วนด้วยกัน เพื่อเป็นการยืนยันข้อมูลที่คิดว่ามีความสอดคล้องตรงกัน และผู้วิจัยจะได้นำข้อมูลไปใช้ในการวางแผนการดำเนินการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนให้กับนักศึกษาได้ตรงตามความต้องการของหน่วยงาน ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า สภาพที่เป็นปัญหาและอุปสรรคของนักศึกษา คือด้านความรู้เกี่ยวกับเนื้อหาวิชา ความรู้ในวิชาชีพครูที่จะนำไปปฏิบัติงานในหน้าที่ครู และความรู้อื่นๆ ที่จะนำไปใช้ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข เป็นปัญหาในระดับมาก ด้านคุณลักษณะเกี่ยวกับบุคลิกภาพ การสื่อสาร ลักษณะท่าทาง มนุษยสัมพันธ์ ด้านคุณธรรม ด้านความรักและศรัทธาต่อวิชาชีพครู เป็นปัญหาในระดับมาก ด้านเทคนิควิธีเกี่ยวกับงานสอน งานกิจการนักเรียน งานธุรการ งานพัฒนาตนเอง และงานพัฒนาสังคม เป็นปัญหาในระดับปานกลาง และงานอื่นๆ เช่น งานวิจัยปฏิบัติการในชั้นเรียน งานการศึกษาวิจัย การจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ สื่อการสอน และการจัดทำโครงการ เป็นปัญหาในระดับปานกลาง จากข้อมูลการสัมภาษณ์อาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชาและครูพี่เลี้ยงที่ทำการนิเทศนักศึกษาพบว่า นักศึกษาประสบปัญหาเกี่ยวกับการควบคุมชั้นเรียน ปัญหาที่เกี่ยวกับผู้เรียน เกี่ยวกับงาน หรือหน้าที่ที่รับผิดชอบ ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาให้นักศึกษาให้เป็นผู้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนนั้น คือ เรื่องจิตใจ และภาระงาน อาจารย์นิเทศก์และครูพี่เลี้ยงมีความต้องการที่จะพัฒนาให้นักศึกษามีความรู้ที่มั่นคงในการที่จะประกอบอาชีพครู และต้องการพัฒนาให้นักศึกษามีจิตใจที่ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคในระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ซึ่งผลจากการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ นพแก้ว ณ พัทลุง (2553: 100) ที่ได้ทำการพัฒนารูปแบบการบริหารจัดการและการจัดประสบการณ์วิชาชีพครูในสถาบันอุดมศึกษาของไทย และพบว่า นักศึกษาได้เสนอความคิดเห็นต่อการจัดประสบการณ์วิชาชีพครูของคณะครุศาสตร์ ด้านกระบวนการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู สรุปได้ว่า มีปัญหาเกี่ยวกับรูปแบบการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้ เกี่ยวกับความพร้อมของสถานศึกษาที่ปฏิบัติการสอน ครูพี่เลี้ยง การทำวิจัยในชั้นเรียน การผลิตและใช้สื่อการสอน ขอบเขตของภาระหน้าที่ในการปฏิบัติการสอน ในเรื่องระยะเวลาฝึกปฏิบัติ 1 ปีการศึกษาเป็นระยะเวลาที่นานเกินและต้องเสียค่าใช้จ่ายมาก

2. ผลการวิเคราะห์หลักการ แนวคิดพื้นฐาน ที่มาจากทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงของ เมสิโรว์ (Mezirow) โดยมีหลักสำคัญคือ การเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ (centrality of experience) การคิดไตร่ตรอง (critical reflection) และการสนทนาเชิงเหตุผล (rational discourse) จากแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดได้ในสภาพแวดล้อมที่สบายเอื้อต่อการเรียนรู้ เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ด้านใน ให้มีความสำคัญและเอาใจใส่จิตใจของผู้เรียนในทุกขณะ โดยการฟังอย่างลึกซึ้ง การน้อมสว่ใจอย่างใคร่ครวญ การเคารพศักยภาพของคนอย่างไร้อคติ ด้วยความรักความเมตตา ความเป็นกัลยาณมิตร และการเห็นตามความเป็นจริง เป็นการศึกษาที่เต็มใจที่จะเผชิญหน้ากับความเจ็บปวดและความทุกข์ยากลำบากของชีวิต ให้ความศรัทธาต่อทุกประสบการณ์ที่ตนเองเคยผ่านมาไม่ว่าจะดี หรือร้าย จากหลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงานเพื่อให้ประสบความสำเร็จ คือ ฉันทะ ความพอใจในสิ่งที่เราจะต้องทำ



วิริยะ ความเพียรในสิ่งที่เราพอใจ จิตตะ เอาใจฝึกใฝ่อยู่แต่สิ่งนั้นไม่เปลี่ยนแปลง และวิมังสา ค้นคว้า เพื่อจะแก้ปัญหาอุปสรรคอยู่เสมอ จากแนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของ สตอลทซ์ ที่เชื่อว่า การที่มนุษย์จะสามารถเผชิญอุปสรรคได้ต้องอาศัยความเข้มแข็งของจิตใจ การควบคุมตนเอง มองโลกในแง่ดี อุดหนุน มีความยืดหยุ่น รับรู้ถึงความสามารถของตนและมีความเชื่อมั่นในตนเอง เมื่อพบปัญหาสามารถเข้าใจและรับรู้ถึงต้นเหตุของปัญหาตามความเป็นจริง เพียรพยายามค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหา และตอบสนองต่อปัญหาตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ จากแนวคิดการมองโลกในแง่ดี เป็นการที่บุคคลมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างมีทางแก้ไขได้ สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้ได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลียงหนี และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข จากแนวคิดการสะท้อนความคิด เกี่ยวกับการตระหนักรู้ในตนเอง การสังเกตตนเอง และจากแนวคิดการเสริมพลังการทำงานของ เปาโล แฟร์ (Paulo Freire) ที่ช่วยให้บุคคลเปลี่ยนโลกทัศน์เกี่ยวกับการมองตนเองและสังคมอย่างสร้างสรรค์ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ และสามารถเปลี่ยนแปลงการทำงานของตนให้ดีขึ้นเพื่อเกิดประโยชน์ต่อสังคมได้ ทำให้ผู้วิจัยได้กรอบแนวคิด และหลักการในการวิจัย

3. ผลการวิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบการฝึกอบรมการพัฒนาครู คณาจารย์ และบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาให้มีคุณภาพและมาตรฐาน พบว่าส่วนใหญ่ใช้การฝึกอบรม เนื่องจากการฝึกอบรมเป็นกระบวนการพัฒนาความรู้ ประสบการณ์ ทักษะคติ ค่านิยม และคุณธรรม รวมถึงการเสริมสร้างทักษะความชำนาญเฉพาะด้านของบุคคล อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามความมุ่งหวังที่กำหนดไว้ และยังเป็นการจูงใจให้บุคคลปฏิบัติงานในหน้าที่ให้ดีขึ้น ในการฝึกอบรมต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล มีการนำสื่อประสมมาใช้ซึ่งในการจัดประสบการณ์การฝึกอบรมผู้วิจัยได้นำสื่อและกิจกรรมที่หลากหลายมาผสมผสานกันเพื่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ ทั้งการชมวีดิทัศน์ การเล่นเกม กรณีศึกษา การระดมสมอง การอภิปราย การทำงานศิลปะ การฝึกสติ การเล่าเรื่องราว ฯลฯ เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง มีการเสริมแรงการเรียนรู้ไปที่ละขั้นตอนตามความสามารถ เนื้อหาที่นำมาใช้เป็นเรื่องราวที่เป็นปัญหา เป็นสิ่งใกล้ตัวนักศึกษาในขณะปฏิบัติการสอน ได้แก่ เรื่องราวเกี่ยวกับเด็ก ผู้ปกครอง ครูพี่เลี้ยง และสภาพทางสังคม จำนวน 8 หน่วย ได้แก่ หน่วยที่ 1 ภาวะวิกฤติ หน่วยที่ 2 เมื่อฉันเป็นเด็ก หน่วยที่ 3 เผชิญสถานการณ์ หน่วยที่ 4 ตั้งสติให้มั่น หน่วยที่ 5 ชีวิตที่แท้...ต้องมีอุปสรรค หน่วยที่ 6 ผิดเป็นครู...เรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลง หน่วยที่ 7 ช่วยผู้อื่น และช่วยตนให้พ้นอุปสรรค หน่วยที่ 8 อุดหนุน เพียรพยายาม ซึ่งสอดคล้องกับสภาพแวดล้อม บริบท และวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีการทดลอง และปรับปรุงจนมีประสิทธิภาพ ซึ่งยุภาติ ปณะราช (2551: 58) ได้กล่าวไว้ว่า การฝึกอบรมต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล มีการนำสื่อประสมมาใช้ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง มีการเสริมแรงการเรียนรู้ไปที่ละขั้นตอนตามความสามารถ เนื้อหาที่นำมาใช้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมและวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรม และยังสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาคนทั้งระบบของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต)

กล่าวคือ การพัฒนาบุคคลต้องพัฒนาพร้อมกันทั้ง 3 ด้านคือ ด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ทั้ง 3 ด้านนี้เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อกัน ต้องพัฒนาไปด้วยกัน โดยพฤติกรรมที่ดีเป็นช่องทางให้จิตใจพัฒนา ช่วยให้ปัญญาองงาม เกิดพฤติกรรมที่สร้างสรรค์เกื้อกูล (พระธรรมปิฎก. 2541: 244-250) อีกทั้งยังสอดคล้องกับหลักการพัฒนาบุคคลตามแนวทฤษฎีตันไม้จริยธรรมของ ดวงเดือน พันธุมนาวิน ที่เน้นการพัฒนาจิตและพฤติกรรมไปพร้อมกัน แต่ในสัดส่วนที่ต่างกันตามวัย อายุน้อย สัดส่วนการพัฒนาจิตน้อยกว่าสัดส่วนในการพัฒนาพฤติกรรม พออายุมากการพัฒนาจิตมีสัดส่วนเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 80 และการพัฒนาพฤติกรรมลดลงเหลือร้อยละ 20 การพัฒนาตามสัดส่วนนี้ จะช่วยสร้างให้บุคคลเป็นคนดี เก่ง และมีความสุข โดยไม่ต้องให้ผู้อื่นหรือสิ่งอื่นมาควบคุมพฤติกรรม ทำให้ผู้วิจัยมีกรอบในการออกแบบและพัฒนารูปแบบการฝึกอบรม

### อภิปรายผลการออกแบบและพัฒนาารูปแบบการฝึกอบรม

1. ผลการสร้างกรอบแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาารูปแบบการฝึกอบรม ทำให้ผู้วิจัยได้กรอบแนวคิดในการวิจัยที่มีแนวคิดพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงาน แนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของสตอลทซ์ การมองโลกในแง่ดี การสะท้อนความคิด และการเสริมพลังการทำงาน รวมทั้งวิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบการฝึกอบรมจนได้ลักษณะสำคัญของรูปแบบการฝึกอบรมแบบ LOVE ซึ่งก็คือ ลัฟว หรือ ความรัก ที่เป็นการฝึกอบรมผ่านการลงมือปฏิบัติ (hand) ผ่านการคิด (head) และความรู้สึกที่ลงสู่ใจ (heart) ที่ช่วยให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนหรือทำสิ่งต่างๆ จนสำเร็จ โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L) เป็นขั้นเริ่มต้นของกระบวนการฝึกอบรม โดยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ตระหนักถึงปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในการทำงานระหว่างออกไปปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา เป็นวิธีฝึกการฟังตนเอง ฟังผู้อื่นและสิ่งรอบตัว ด้วยความตั้งใจสัมผัสได้ถึงรายละเอียดของสิ่งที่ฟังด้วยจิตที่ตั้งมั่น รวมทั้งการรับรู้อื่นๆ ด้วย เช่น การมอง การอ่าน การสัมผัส ฯลฯ

ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเกิดความคิด ความคาดหวังด้วยตนเองและจากกลุ่มเพื่อน ในการปรับตัวเมื่อเผชิญสถานการณ์ที่ท้าทายหรือปัญหาในการทำงาน และจะยังคงพยายามเอาชนะอุปสรรคต่างๆ เมื่อรับรู้ว่ามีผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจะประสบความสำเร็จและเป็นสิ่งที่มีคุณค่า

ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เรียนรู้และลงมือปฏิบัติโดยการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ต่างๆ อย่างหลากหลาย มีเป้าหมาย ผ่านการเผชิญปัญหาหรือต้องแก้ปัญหา ทำให้เกิดประสบการณ์ตรง สามารถเห็นความเป็นตัวตนของตนเองที่แสดงออกผ่านกิจกรรมนั้นๆ

#### ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E)

เป็นขั้นสุดท้ายของการฝึกอบรมคือ ขั้นที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสร้างกระบวนการประเมินค่าด้วยวิธีการสะท้อนกลับจากตนเอง และจากผู้อื่น ที่ช่วยให้รู้สึกว่าคุณค่า มีความสามารถ มีความมั่นใจในตนเอง และสามารถตัดสินใจด้วยตนเองในการเผชิญอุปสรรคในการทำงานให้ประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวัง มีการเสริมพลังเพื่อให้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคต่างๆ ได้

การที่บุคคลจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้นั้นจะต้องได้รับการศึกษา รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2550 มาตรา 80 บัญญัติไว้ว่า การพัฒนาคุณภาพและมาตรฐานการจัดการศึกษาในทุกกระดับและทุกรูปแบบ ต้องกำหนดให้มีความสอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคม จัดให้มีแผนการศึกษาแห่งชาติ เพื่อพัฒนาการศึกษาของชาติ จัดให้มีการพัฒนาคุณภาพครูและบุคลากรทางการศึกษาให้ก้าวหน้าทันการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก (สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. 2550: 23-24) และจากพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พุทธศักราช 2545 มาตรา 52 ได้กำหนดให้กระทรวงส่งเสริมให้มีระบบ กระบวนการผลิต การพัฒนาครูคณาจารย์ และบุคลากรทางการศึกษาให้มีคุณภาพและมาตรฐานที่เหมาะสมกับการเป็นวิชาชีพชั้นสูงโดยพัฒนาทั้งบุคลากรใหม่ และบุคลากรประจำการอย่างต่อเนื่อง (สำนักงานรับรองมาตรฐานและประเมินคุณภาพการศึกษา (องค์การมหาชน). 2547: 31-32)

ในการพัฒนาบุคคลการฝึกอบรมนั้นว่ามีความสำคัญยิ่งต่อการพัฒนา เนื่องจากคนเป็นทรัพยากรที่มีบทบาทที่สำคัญต่อการดำเนินงานให้บรรลุเป้าหมาย ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาประเทศทั้งด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมือง และวัฒนธรรมต่อไป การฝึกอบรมเป็นเครื่องมือที่ช่วยสนับสนุนให้บุคคลต่างๆ เกิดการพัฒนาความรู้ ทักษะ ความสามารถ และทัศนคติ เพื่อให้บุคคลนั้นสามารถปฏิบัติงานได้ดียิ่งขึ้น เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สามารถพัฒนาตนเองและเกิดการเรียนรู้ได้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต การพัฒนามนุษย์ในแต่ละช่วงวัยจะมีลักษณะเฉพาะแตกต่างกัน แต่การศึกษาในทุกระดับต้องพัฒนาทั้งร่างกายและจิตวิญญาณควบคู่กัน โดยให้เกิดความสมดุลในการเรียนรู้ด้วยกาย หัวใจ และสมอง (บุษบง ตันติวงศ์. 2552: 5-6) ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาคนทั้งระบบของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวคือ การพัฒนาบุคคลต้องพัฒนาพร้อมกันทั้ง 3 ด้านคือ ด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ทั้ง 3 ด้านนี้เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อกัน ต้องพัฒนาไปด้วยกัน โดยพฤติกรรมที่ดีเป็นช่องทางให้จิตใจพัฒนา ช่วยให้มีปัญญางอกงาม เกิดพฤติกรรมที่สร้างสรรค์ เกื้อกูล (พระธรรมปิฎก. 2541: 244-250) อีกทั้งยังสอดคล้องกับหลักการพัฒนาบุคคลตามแนวทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมของ ดวงเดือน พันธุมนาวิน ที่เน้นการพัฒนาจิตและพฤติกรรมไปพร้อมกัน แต่ในสัดส่วนที่ต่างกันตามวัย อายุน้อยสัดส่วนการพัฒนาจิตน้อยกว่าสัดส่วนในการพัฒนาพฤติกรรม พออายุมากการพัฒนาจิตมีสัดส่วนเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 80 และการพัฒนาพฤติกรรมลดลงเหลือร้อยละ 20 การพัฒนาตามสัดส่วนนี้ จะช่วยสร้างให้บุคคลเป็นคนดี เก่ง และมีความสุข โดยไม่ต้องให้ผู้อื่นหรือสิ่งอื่นมาควบคุมพฤติกรรม ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีกรอบแนวคิดในการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมที่มีผลในการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน

2. ผลจากการประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการฝึกอบรมโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ค่าเฉลี่ย พบว่า รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 4.52 แสดงว่ารูปแบบการฝึกอบรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีความเหมาะสมในการนำไปใช้ฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้รูปแบบการฝึกอบรมที่เหมาะสม เพื่อนำไปใช้ในการศึกษานำร่องรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี กับกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ได้มา 1 ห้องเรียน จำนวน 32 คน ดำเนินการอบรมเป็นเวลา 5 วันๆ ละ 3 ชั่วโมง เพื่อตรวจสอบขั้นตอน กระบวนการในการฝึกอบรม เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม

3. ผลการศึกษานำร่องรูปแบบการฝึกอบรมกับกลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ชั้นปีที่ 5 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 ซึ่งอยู่ระหว่างการปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ได้มา 1 ห้องเรียน จำนวน 32 คน ดำเนินการอบรมเป็นเวลา 5 วันๆ ละ 3 ชั่วโมง เพื่อตรวจสอบขั้นตอน กระบวนการในการฝึกอบรม เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม

ผลการศึกษานำร่องพบว่ากิจกรรมการสร้างบรรยากาศใช้ได้ดี กิจกรรมที่สร้างความประทับใจให้กับผู้เข้ารับการอบรม คือกิจกรรมการข้ามแม่น้ำสี่เลือด ทำให้ผู้เข้ารับการอบรมได้เผชิญกับปัญหาอุปสรรคที่เป็นข้อตกลงร่วมกันอย่างไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค สังเกตได้จากบรรยากาศตอนนี้คือ บางคนเริ่มยกกระโปรงให้พ้นเขาเพื่อให้เห็นสะดวกกับการก้าวข้าม บางคนตั้งใจก้าวข้ามจนกระโปรงขาด บางคนดูแลเพื่อนที่ยังก้าวเข้ามาเหยียบแผ่นพลาสติกที่สมมติว่าเป็นก้อนหินไม่ได้ และเมื่อสามารถก้าวข้ามสำเร็จทุกคนก็ส่งเสียงร้องออกมาอย่างดีใจ ในการทำกิจกรรมเมื่อฉันเป็นเด็กเป็นการวาดสายน้ำชีวิตและนำภาพมาเล่าให้เพื่อนที่ไม่สนิทฟัง บางคนซึ่งใจถึงกับกลืนน้ำตาไว้ไม่ได้หลายคนบอกว่าไม่เคยเข้าใจเพื่อนและไม่สนิทกับเพื่อนคนนี้ด้วย จากการทำกิจกรรมนี้ทำให้ได้เพื่อนที่รู้จักเพิ่มขึ้นในการออกไปฝึกสอนครั้งต่อไป จากกิจกรรมตัวต่อมหาสนุกเป็นกิจกรรมที่ทุกคนรู้สึกอึดอัดในการสื่อสารเพื่อให้ผู้อื่นเข้าใจ ทำให้หลายคนเรียนรู้ที่จะสังเกตและสื่อสารให้ละเอียดมากขึ้นกับบุคคลอื่น และจากการที่นักศึกษาได้เข้ารับการอบรมได้มีการเขียนบรรยายความรู้สึกและพูดถึงความรู้สึกที่ได้รับจากการทำกิจกรรม นักศึกษาบอกว่าตนเองกล้าพูดกล้าแสดงออกมากขึ้น ดีใจชอบ ประทับใจ และตื่นเต้นกับการทำกิจกรรมทุกวัน รู้สึกว่าตนเองได้พัฒนาความรู้ ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อน และจะนำกิจกรรมไปใช้กับเด็ก ได้เทคนิคการสอน ทุกกิจกรรมจะสะท้อนตนเองได้ทราบความเป็นตนเอง รู้สึกผ่อนคลาย มีความผูกพันกับเพื่อน สามารถนำประสบการณ์ของเพื่อนมาปรับใช้กับตนเองได้ เป็นการอบรมที่มีรูปแบบใหม่สำหรับตัวนักศึกษา ไม่อยากให้จบ

การอบรมเพราะมีความสุข และขอโทษเรื่องการมาเข้าอบรมสายเป็นบางวัน ถ้าย้อนกลับไปได้จะมาให้ทันเวลาทุกวัน ข้อความเหล่านี้เป็นการแสดงความรู้สึกที่นักศึกษาได้เขียนและเล่าก่อนปิดกิจกรรมในวันสุดท้ายของการอบรม ดังตัวอย่างการสะท้อนความคิดและความรู้สึกดังนี้

“รู้สึกได้รับประโยชน์จากการได้มาอบรมมาก ได้ระบายความรู้สึกที่อยู่ภายในใจ และปัญหาต่างๆ ของการฝึกประสบการณ์จากเพื่อนและได้ช่วยกันแก้ไขปัญหาที่ ได้รับและจะนำไปใช้ก็คือการทำตัวให้เป็นแบบอย่างที่ดีแก่เด็กและการพัฒนาตนเองในด้านข้อผิดพลาดในตอนที่ 1 มาปรับปรุงตัวให้เป็นคุณครูที่พร้อมที่จะสอนเด็ก เพราะการเป็นคุณครูไม่ใช่จะสอนหนังสือเป็นแล้วจะเป็นครูได้ การเป็นครูต้องมีจิตใจที่ดีงาม เพราะครูคือแม่พิมพ์ของชาติ เมื่อก่อนไม่เคยรู้ความหมายที่แท้จริงเลย จนได้เป็นครูจึงได้รู้ว่า เราเป็นครูแบบไหน เราเป็นครูที่ดีได้หรือไม่เด็กสามารถสะท้อนออกมาให้เห็นถึงการเป็นครูของเรา เพราะเด็กเขาจะเลียนแบบทุกอย่าง ดังนั้นจึงต้องปรับตัวและระมัดระวังควบคุมอารมณ์ให้ได้มากกว่านี้ จะนำสิ่งที่อบรมไปเป็นแนวทางในการฝึกประสบการณ์ให้ประสบความสำเร็จทั้งตัวเองและส่งผลสำเร็จแก่ตัวเด็ก”

“ความรู้สึกที่ได้ทำกิจกรรม ได้อยู่ด้วยกัน ดีใจมากค่ะ อยากจะบอกว่า การอบรมครั้งนี้สนุกมากค่ะ เพราะที่ผ่านมามีแต่หนังบรรยายอย่างเดียวแต่ครั้งนี้เป็นการปฏิบัติโดยตรงทำให้ได้รับประสบการณ์ใหม่ๆ และไม่เบื่อด้วย เพราะว่าได้ความรู้จริงๆ และสามารถนำไปใช้ในการทำงานได้จริงๆ ค่ะ สัญญาว่าจะจดจำสิ่งที่ครูมอบให้ เพื่อให้ตัวเองเป็นผู้ที่มีประสิทธิภาพทั้งด้านอารมณ์ จิตใจและการทำงานค่ะ”

“ความรู้สึกที่ดี รู้สึกดีใจมากที่มีกิจกรรมแบบนี้เพราะจากที่ดิฉันไม่ค่อยกล้าแสดงออกก็กลายเป็นคนที่กล้าแสดงออก ที่สำคัญเป็นกิจกรรมที่ทำให้รู้ถึงการทำงานในองค์กรใหญ่ การวางตัวในการทำงาน และการเป็นผู้นำตามการแสดงอารมณ์ การควบคุมอารมณ์ สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งสำคัญอย่างมากในการทำงานของเราในอนาคต ที่สำคัญอย่างมากคือได้ประสบการณ์เหล่านี้ และสามารถนำไปใช้ในการทำงานในอนาคต มีการวางแผนก่อนการทำงานทุกครั้ง”

“ดิฉันคิดว่าจะนำกิจกรรมต่างๆ ไปปรับใช้กับเด็ก ได้แนวทางการแก้ปัญหาหลายอย่าง การทำงานทุกอย่างต้องมีความอดทน ดีใจที่ได้ทำกิจกรรมต่างๆ และสนุกมาก ได้ความรู้เยอะแยะจากการเข้าอบรม เราต้องให้ความร่วมมือกับคนทุกคนเมื่อเราทำงานหรือทำกิจกรรมร่วมกับเขา เราต้องทำมันให้ออกมาดีที่สุดค่ะ”

“ความรู้สึกที่ได้จากการมาอบรม ได้ความรู้เพิ่มมากขึ้น ได้ความคิดความรู้สึกที่หลากหลาย ได้นำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นประสบการณ์ความรู้ที่ไม่เคยได้จากที่ไหน สามารถนำความรู้ไปใช้ในการเรียนการสอน”

“ความรู้สึกที่ได้มาอบรม ได้ประสบการณ์การเรียนรู้ ได้มิตรภาพที่ดี ได้ความสามัคคีของการทำงานเป็นกลุ่ม ได้แลกเปลี่ยนความรู้ ได้รับความรู้เพิ่มขึ้น ได้ทำกิจกรรมร่วมกัน ได้สิ่งดีๆ มากมายจากเทคนิคการสอนต่างๆ”

“รู้สึกดีและดีใจที่ได้มาเข้าร่วมอบรมค่ะ ให้เราได้รับความรู้ในหลายๆ เรื่อง รู้สึกว่าสบายใจค่ะที่ได้เข้าร่วมอบรม เพราะในแต่ละวันที่เราได้มาไม่มีวันไหนที่เราไม่สนุกและได้รับความรู้จะรู้สึกผูกพันกับเพื่อนมากขึ้นเพราะในแต่ละกิจกรรมที่จัดเป็นกลุ่มเป็นการสร้างสามัคคีให้กับเรา”

“ความรู้สึกในการอบรม มีความสามัคคีกันในหมู่คณะมากขึ้น รู้จักการวางแผนการทำงานหรือการใช้ชีวิตประจำวันมากขึ้น รับฟังสิ่งต่างๆ สิ่งใหม่ๆ ได้มากขึ้น”

“จากการที่ได้อบรมรู้สึกได้ว่า ตรงต่อเวลามากขึ้น สามารถนำปัญหาที่เพื่อนพุดมาแก้ไข ปัญหาได้ ด้านอารมณ์ที่เพื่อนแสดงความคิดเห็นเราสามารถนำไปใช้กับตัวเองได้ จะนำกิจกรรมที่ได้ทำในการอบรมครั้งนี้ไปใช้กับเด็ก รู้วิธีการสอนและเข้าใจเด็กมากยิ่งขึ้น สนุกสนานในการทำกิจกรรม”

“ความรู้สึกที่ได้รับจากการทำกิจกรรม มีความมั่นใจและกล้าแสดงออกมากขึ้น มีทักษะกระบวนการทำงานและการแสดงออกต่างๆ ได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนๆ สนุกสนานไม่น่าเบื่ออย่างที่คิด นำความรู้ไปใช้กับการทำงานได้”

“จากการทำกิจกรรม วันแรกที่คิดคือ รู้สึกว่ากิจกรรมนี้ต้องน่าเบื่อมาก แต่พอได้ทำกิจกรรมมีความรู้สึกว่าเป็นกิจกรรมที่สนุกมาก และจะตื่นเต้นทุกครั้งที่ได้ทำกิจกรรม เป็นสิ่งที่ทำให้ประทับใจคุณครูที่ได้มาจัดกิจกรรมดีๆ ให้กับเราเพราะทำให้ได้รับความรู้มากมายที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ให้สอดคล้องกับการทำงานของเรา ความสามัคคีขณะทำกิจกรรมร่วมกัน การอยู่กับตัวเองและทำให้เราได้เข้าใจตัวตนของเราและเพื่อนมากขึ้น”

“รู้สึกปลื้มมากที่ได้มาอบรมในครั้งนี้ เพราะได้อะไรมากมายเกี่ยวกับการวางแผนในการทำงาน เป็นกิจกรรมที่สนุกมากให้เราได้เล่นกับเพื่อนๆ และมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันในการอบรมครั้งนี้สามารถนำไปใช้กับเด็กได้ ส่วนอาจารย์ที่มาอบรมก็เป็นกันเองกับนักศึกษามากทำให้ไม่รู้สึกเครียดหรือกังวลในสิ่งที่อาจารย์ถามและนำไปประยุกต์ใช้ในการทำงานของเราในส่วนของวางแผนในหน้าที่การงาน”

“สิ่งที่ได้จากการอบรม ดิฉันมีความเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น สามารถแสดงความคิดเห็นและแลกเปลี่ยนความรู้ สามารถถ่ายทอดหรือสื่อสารกับครู จึงทำให้ดิฉันรู้สึกมีสมาธิในการคิดมากขึ้น และสามารถเป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์ได้”

“มีความรู้เรื่องการสอนมากขึ้น กิจกรรมหลากหลายไม่น่าเบื่อ วิทยากรเป็นคนใจเย็นมาก ความรู้ที่ได้รับสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับเด็กได้ สามารถนำมาใช้ในชีวิตรประจำวันได้”

“จากการที่ได้เข้าอบรม รู้สึกดีใจ และในทุกกิจกรรมที่ได้ร่วมทำร่วมคิด คิดว่าสามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันและในโอกาสเวลาสอนเด็กได้”

“ความรู้สึกที่ได้จากกิจกรรม สนุก ได้ผ่อนคลาย ได้ความรู้และวิธีการในการจัดการเรียนการสอนให้กับเด็ก วิธีการเก็บเด็ก”

“จากความรู้สึกว่าตัวเองเป็นคนที่มีอารมณ์ที่เกรี้ยวกราด เมื่อผ่านการทำกิจกรรม ทำให้หนูรู้สึกอารมณ์ดีและจะจดจำวันเวลานี้... ตราบนานเท่านาน... ขอขอบคุณมากนะค่ะที่สอนการควบคุมอารมณ์และทุกๆ อย่างให้หนูโดยผ่านกิจกรรมที่หลากหลายหนูชอบมากๆ ค่ะ”

“รู้สึกดีใจมากค่ะที่ได้เข้าร่วมในการอบรมครั้งนี้เพราะการอบรมครั้งนี้ทำให้ได้รับความรู้เพิ่มเติมจากที่เราเคยมีอยู่แล้ว ไม่ว่าจะเป็นเทคนิคในการเก็บเด็ก เกมที่เราได้เล่น และสิ่งที่เราได้อบรมครั้งนี้ สามารถนำไปใช้ในการสอนได้เป็นอย่างดี สามารถใช้เทคนิคใหม่ๆ ไปเก็บเด็กได้ สัญญาว่าจะใช้ความรู้ที่ได้รับครั้งนี้ไปใช้ประโยชน์ให้ได้มากที่สุดค่ะ”

“รู้ถึงการวางแผนในการทำงานมากขึ้น รู้ถึงความรู้สึกของเพื่อนที่แตกต่างกัน ได้ประสบการณ์ใหม่ๆ จากการทำกิจกรรมกับเพื่อนๆ มีความสุขที่ได้ทำกิจกรรมกับเพื่อนๆ สามารถนำกิจกรรมทั้งหมดไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนในอนาคต มีความสามัคคีกันและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันได้ทำกิจกรรมที่ไม่เคยทำมาก่อน ได้รู้ถึงความอดทนในการทำกิจกรรมจากเรื่องง่ายไปหาเรื่องยาก ได้รับรู้ถึงอารมณ์ของเพื่อนๆ ที่ได้จากการฝึกประสบการณ์ รู้สึกมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ จากการอบรมครั้งนี้”

“ได้รู้ถึงความรู้สึกของเพื่อนๆ ที่ได้ลงปฏิบัติการสอน ได้รู้ถึงความร่วมมือในการทำกิจกรรมของแต่ละกลุ่ม ได้รับรู้ความอดทนต่อกิจกรรม ได้ความรู้กับการทำกิจกรรมครั้งนี้ สามารถนำไปปฏิบัติเทอมหน้าได้ ดีใจมากค่ะสำหรับการอบรมในครั้งนี้ ทำให้เราสามารถรู้ถึงการอยู่กับหลายคน มีความรู้เพิ่มขึ้น มีความรู้สึกดีเยี่ยม”

“ตลอดระยะเวลาที่ได้เข้าอบรมและทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน รู้สึกดีมากๆ มีความสุขสนุกสนานกับการได้ทำกิจกรรมต่างๆ ได้เรียนรู้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนๆ ได้ความคิดที่แปลกใหม่หลากหลายที่เราไม่เคยรู้มาก่อน ทำให้รู้ถึงการทำงานที่หลากหลาย รู้จักคิดวางแผนมากขึ้น ก่อนที่เราจะลงมือปฏิบัติอะไรสักอย่าง และรู้สึกผ่อนคลาย คลายเครียดจากเรื่องที่เราเคยทำได้เรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ๆ มากยิ่งขึ้น”

“ความรู้สึกในการมาอบรมครั้งนี้ทำให้ดิฉันได้รับความรู้ ประสบการณ์มากมายที่ได้จากการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันระหว่างเพื่อนๆ ด้วยกัน ทำให้ดิฉันหนึ่ง มีสมาธิมากขึ้น พุดในสิ่งที่อยากพูด คิดอะไรมากมายที่ผ่านมาได้เยอะ และประสบการณ์ความรู้ในครั้งนี้สามารถนำไปใช้ในการทำงานในอนาคตกับเด็กนักเรียนของเราและกับทั้งตัวเราเองด้วย ทั้งกิจกรรม การพูดต่างๆ ปัญหาต่างๆ สามารถนำไปใช้ได้เมื่อเราต้องเจอในการทำงาน”

“ความรู้สึกที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ ดีใจมากเพราะทำให้ดิฉันรู้สึกว่าได้รับประสบการณ์และเทคนิคต่างๆ มากมาย”

“จากการทำกิจกรรมที่ผ่านมา ทำให้เราได้คิดทบทวนถึงเรื่องราวต่างๆ ในการออกไปฝึกประสบการณ์ที่เกิดขึ้นทั้งประสบการณ์ที่ดีและไม่ดีปะปนกันไป ซึ่งจะเป็นตัวช่วยสะท้อนให้เราเห็นตัวเราเองอย่างชัดเจน และจะได้นำไปปรับใช้กับชีวิตจริงในการออกไปฝึกประสบการณ์วิชาชีพครั้งต่อไป”

“ความรู้สึกที่กิจกรรม สามารถนำกิจกรรมต่างๆ ไปปรับใช้กับเด็กได้ ได้แนวทางในการแก้ปัญหาหลายๆ อย่าง เป็นประสบการณ์การอบรมที่ไม่เคยได้จากที่ไหนมาก่อน การทำงานทุกอย่างต้องมีความอดทน ต้องให้ความร่วมมือกับคนทุกคนเมื่อเราทำงานหรือทำกิจกรรมร่วมกับเขา ได้มิตรภาพที่ดี ได้แลกเปลี่ยนความรู้ ได้สิ่งดีๆ จากเทคนิคการสอนต่างๆ”

การตรวจสอบระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม ในศึกษานำร่องใช้ระยะเวลาในการทำกิจกรรม 5 วันๆ ละ 3 ชั่วโมง พบว่ากิจกรรมที่จัดสั้นไหลได้ดี ภายในระยะเวลา 3 ชั่วโมง อาจจะมีบางวันที่ใช้เวลามากกว่า 3 ชั่วโมง คือ วันสุดท้ายที่มีการทำแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน และแบบวัดจิตลักษณะ จากบันทึกการสะท้อนความคิดความรู้สึกของนักศึกษาพบว่านักศึกษามีความต้องการให้จัดจำนวนวันในการฝึกอบรมเพิ่ม คือ “ถ้าไม่ติดว่าเป็นช่วงปิดเทอมและต้องกลับบ้านเพื่อไปเยี่ยมพ่อแม่แล้ว อยากให้ครูจัดเพิ่มอีก 2-3 วัน” ซึ่งเป็นไปตามรูปแบบการฝึกอบรมที่ผู้วิจัยได้จัดทำเป็นตารางการฝึกอบรมไว้ 8 วันๆ ละ 3 ชั่วโมง

สำหรับการเริ่มกิจกรรมการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยนั้น ทุกวันจะเริ่มจากการสร้างบรรยากาศผ่อนคลายจากความเครียด ความวิตกกังวล กระตุ้นให้ผู้เข้ารับการอบรมเปิดใจฟังกันและกันอย่างลึกซึ้ง ฝึกให้คิดใคร่ครวญถึงการกระทำของตนเอง วิเคราะห์ถึงสิ่งที่ทำให้เกิดความสุข-ทุกข์ การเผชิญกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหาและการแก้ปัญหา ความไม่เข้าใจกัน การทำผิดพลาด การหาทางออกที่จะปรับปรุงตนเอง โดยใช้วิธีการต่างๆ เช่น การเขียนถึงความรู้สึกของตนเอง การวาดภาพ การระบายสีน้ำ การเล่าเรื่อง การเขียนแผนผังความคิด การร้อยดอกไม้ การจัดดอกไม้ การพันเส้นฝ้าย การปั้นขี้ผึ้ง ตลอดจนการแข่งขันให้ผู้อื่นได้รับฟัง การเปิดใจฟังผู้อื่น และฟังเสียงจากความรู้สึกของตนเอง จะเอื้อให้เกิดความรู้สึกเอื้ออาทร เห็นอกเห็นใจ ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ไม่เพียงแต่ให้โอกาสตนเองได้ฝึกฟังผู้อื่นเป็นเท่านั้น แต่มีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในจิตใจของตนเองที่พร้อมจะเผชิญปัญหาอุปสรรคต่างๆ อีกทั้งอยากช่วยผู้อื่นให้ได้รับความสุข ดังตัวอย่างบทสะท้อนความคิดความรู้สึกของนักศึกษา คือ

“ความรู้สึกที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้สึกว่าได้ความรู้ที่จะนำไปใช้ในการเตรียมความพร้อมให้กับเด็กก่อนที่จะเรียน มีความสนุกสนาน และได้แลกเปลี่ยนความคิด ได้แชร์ประสบการณ์ต่างๆ จากเพื่อน จะนำประสบการณ์จากโรงเรียนต่างๆ ที่เพื่อนเล่ามาปรับใช้กับการสอนครั้งต่อไปของตัวเอง เราสามารถทบทวนสิ่งที่ได้ทำผิดพลาดไปกับเด็ก และนำมาปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น”

“จากการที่ได้อบรม รู้สึกว่าตัวเองเป็นคนตั้งใจเรียนมากถึงมากที่สุด ทราบวิธีการวางแผนการทำงานที่สามารถนำไปใช้ได้ การทำงานร่วมกันเป็นทีม การควบคุมอารมณ์ของตัวเองและการอยู่กับตัวเอง รู้สึกขอบคุณอาจารย์เป็นอย่างมากที่มาจัดการอบรมให้ ทำให้เราสามารถอยู่กับตัวเองและรู้จักตัวเองมากขึ้น ที่สำคัญได้รับความรู้ เทคนิควิธีการวางแผนการทำงานที่ดี การอยู่ร่วมกับเพื่อนที่ต่างจิตต่างใจ แต่เราก็สามารถรวมกันเป็นหนึ่งเดียวได้ จากการอบรมครั้งนี้จะนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการฝึกสอนในทุกเรื่องไม่ว่าจะเป็นการทำกิจกรรม การวางแผนการทำงาน การพูดคุย เทคนิคต่างๆ แม้กระทั่งการจุดเทียนเริ่มของอาจารย์ก็ประทับใจมาก”

“วันแรกที่ได้เข้ามาในห้องนี้ ได้พบเจอกับเพื่อนๆ และอาจารย์ ดีใจดีใจมากที่ได้มาอบรมและแลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งกันและกัน มีความสุขมากค่ะกับการมาทำกิจกรรมแบบนี้ จากที่ต้องเครียดและเหนื่อยมาจากการฝึกสอน พอได้ทำกิจกรรมความรู้สึกเหล่านั้นก็เริ่มหายไป และมี



ความรู้สึกที่ดีขึ้น มีสมาธิมากขึ้น ตั้งแต่วันแรกจนถึงวันสุดท้ายของการอบรม ดิฉันได้รับความรู้และประสบการณ์มากมายจากอาจารย์ จากที่ใจร้อนก็เริ่มเย็นขึ้น จากที่เป็นคนมีความคิดที่วุ่นวายกับสิ่งรอบข้างและเรื่องที่ผ่านมาทำให้ดิฉันรู้จักปล่อยวาง และรู้จักปัญหาและการแก้ปัญหาในการสอนนักเรียนได้ดี ขอขอบคุณอาจารย์นะคะที่จัดกิจกรรมดีๆ ทั้งหมดนี้ให้กับพวกเรา ดิฉันจะนำกิจกรรมที่อาจารย์ได้สอนมาไปใช้ให้เกิดประโยชน์ให้มากที่สุดค่ะ”

“ได้รับรู้ถึงความรู้สึกของเพื่อนๆ ได้ผ่อนคลายความเครียด (หลังจากได้ฝึกสอนมา 1 เทอม) ดีใจที่มีการอบรมแบบนี้ เพราะได้เทคนิคต่างๆ มากมาย ได้รับรู้ทุกอารมณ์ของเพื่อนๆ และตัวเอง ไม่ว่าจะอารมณ์เสียใจ ร้องไห้ ดีใจ รู้สึกกล้าแสดงออกเพิ่มมากขึ้น ได้ความรู้เพิ่มมากขึ้นในการเตรียมตัวฝึกสอนทอมหน้า มีความสุขทุกครั้งที่ทำกิจกรรม”

“รู้สึกดีใจที่ได้มาเข้าร่วมอบรมค่ะ ทำให้เราได้รับความรู้ในหลายๆ เรื่อง เพราะในแต่ละวันที่เราได้มาทำกิจกรรมทำให้เราได้รับความรู้มากค่ะ รู้สึกผูกพันกับเพื่อนมากขึ้น มีความสามัคคีกันในกลุ่มคณะมากขึ้น รู้จักการวางแผนการทำงานหรือการใช้ชีวิตประจำวันมากขึ้น รับฟังสิ่งต่างๆ สิ่งใหม่ๆ ได้มากขึ้น สามารถนำปัญหาที่เพื่อนพูดมาใช้ในการแก้ไขปัญหากับตัวเองได้ จะนำกิจกรรมที่ได้ทำในการอบรมครั้งนี้ไปใช้กับเด็ก”

“ความรู้สึกที่ได้ ดีใจที่ได้มาอบรมในครั้งนี้ ทำให้ได้รับความรู้ แนวคิดต่างๆ มากมายที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน รู้สึกว่าทำให้เรารู้จักเข้าใจเพื่อนคนอื่นๆ มากขึ้น ทำให้เราได้แลกเปลี่ยนสิ่งต่างๆ มากมาย ทำให้เราได้รับประสบการณ์จากการที่ได้ฟังเพื่อนเล่าเรื่องราวต่างๆ และเป็นแนวทางให้กับเราได้เมื่อเราเจอปัญหาหรือสถานการณ์แบบเดียวกันกับที่เพื่อนเจอ”

ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคที่มีพื้นฐานมาจากวิทยาศาสตร์ 3 สาขา ได้แก่ 1) สาขาจิตวิทยาการรู้คิด (Cognitive Psychology) ที่อธิบายว่าการตอบสนองต่ออุปสรรคของบุคคลเป็นไปได้อย่างไรในเชิงบวกและเชิงลบ ส่งผลต่อความไร้ประสิทธิภาพ การกระทำและความสำเร็จ โดยบุคคลมักตอบสนองต่ออุปสรรคจากจิตใต้สำนึกด้วยรูปแบบที่ไม่เปลี่ยนแปลง และรูปแบบเหล่านี้ยังคงอยู่อย่างถาวรตลอดชีวิต นักวิชาการพบว่าคนจำนวนมากเข้าใจว่าอุปสรรค เกิดจากความคับข้องใจที่เกิดจากภายในจิตใจของตนเอง ทำให้เกิดความคิดท้อแท้ สิ้นหวัง และไม่รู้จักจัดการกับปัญหาอย่างไร นานเข้าจึงรู้สึกท้อแท้ทรมาณ รู้สึกล้มเหลว 2) สาขาสรีรประสาทวิทยา (Neurophysiology) ที่อธิบายว่า สมองถูกจัดให้เป็นเครื่องมือเพื่อสร้างนิสัย นิสัยสามารถถูกยับยั้งและเปลี่ยนแปลงได้ นิสัยการตอบสนองต่ออุปสรรคของแต่ละคนสามารถถูกรบกวนและเปลี่ยนแปลงอย่างทันที ถ้าถูกแทนที่ด้วยนิสัยใหม่ที่มั่นคงกว่า นักวิชาการมีความเห็นว่าสมองของคนเรานั้นประกอบด้วยโครงสร้างที่สมบูรณ์ สามารถสร้างความเคยชินได้ หากเปลี่ยนจิตใต้สำนึกใหม่ หรือการสร้างทัศนคติทางบวกก็สามารถสร้างความเคยชินใหม่และพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคได้ และ 3) สาขาจิตประสาทและภูมิคุ้มกันวิทยา (Psychoneuroimmunology) ได้อธิบายว่า การตอบสนองต่ออุปสรรคมีการเชื่อมโยงโดยตรงกับสุขภาพจิตและสุขภาพกาย การควบคุมเป็นสิ่งจำเป็นต่อสุขภาพและการมีชีวิตที่ยืนยาว นักวิชาการพบว่า ความสามารถในการขจัดอุปสรรคและความยากลำบากของมนุษย์นั้นเกี่ยวข้องกับสุขภาพ

กายและสุขภาพจิตโดยตรง ความเข้มแข็งของจิตใจและการควบคุมตนเองจะส่งผลต่อภูมิคุ้มกันต้านทานโรค (Stoltz, 1997: 83-84) และหลักอิทธิบาท 4 ที่เป็นหลักในการดำเนินงานของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นแนวทางในการปฏิบัติตนให้เกิดผลสำเร็จ ซึ่งมีองค์ประกอบดังนี้ ฉันทะ คือ ความยินดีพอใจในการทำงาน ทำงานด้วยความรัก องค์ประกอบสำคัญที่ทำให้เกิดฉันทะทางฝ่ายดี คือ โยนิโสมนสิการ เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคล คนที่มีโยนิโสมนสิการจะเป็นคนที่ช่วยเหลือตนเองได้ มีการคิดอย่างถูกวิธี คิดอย่างมีระบบ (พระเทพเวที, 2543: 144) วิริยะ คือ ความเพียร ใจสู้ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคและความลำบาก สาเหตุของการเกิดความเพียรมีทั้งด้านดีและไม่ดี ทางด้านดี คือ การเห็นประโยชน์ที่เกิดจากความเพียร และเห็นทางของความเกียจคร้าน จิตตะ คือ ความคิดจดจ่อ หรือความเอาใจใส่อยู่กับงานนั้นๆ คนที่มีจิตตะเป็นคนที่ไม่ปล่อยปละละเลยกับงานของตน คอยตรวจตรางานอยู่เสมอ จิตตะมีความสำคัญต่อการเรียนรู้ คือ ผู้เรียนต้องมีความพอใจแล้วพยายามขวนขวายหาความรู้บ่อยๆ ไม่เลิกกลางคัน มีความเพียร พิจารณาข้อบกพร่องในการเรียน เอาใจใส่ในการเรียน เพื่อให้การเรียนประสบผลสำเร็จ วิมังสา คือ การใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญ หาเหตุผลในสิ่งนั้น พิจารณาในงานหรือทำงานด้วยความเข้าใจ องค์ประกอบของอิทธิบาททั้ง 4 จะทำงานเกื้อหนุนกัน และมักมาด้วยกัน ใครก็ตามที่มีอิทธิบาท 4 ครบทุกข้อย่อมประสบความสำเร็จในการเรียน และการทำงาน อีกทั้งยังสอดคล้องกับแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เป็นการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ เป็นการเรียนรู้ที่เกิดได้ในสิ่งแวดล้อมที่สบาย โดยเป็นสภาพแวดล้อมที่เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ด้านใน ให้ความสำคัญและเอาใจใส่จิตใจของผู้เรียนในทุกขณะ การเอาใจใส่จิตใจในกระบวนการเรียนรู้นั้นสามารถทำได้ใน 3 ลักษณะ คือ 1) การฟังอย่างลึกซึ้ง หมายถึง ฟังด้วยหัวใจอย่างสัมผัสได้ถึงรายละเอียดของสิ่งที่เราฟังอย่างลึกซึ้งด้วยจิตที่ตั้งมั่น 2) การน้อมสู่ใจอย่างใคร่ครวญ เป็นการน้อมนำมาคิดใคร่ครวญดูอย่างลึกซึ้ง ซึ่งต้องอาศัยความสงบเย็นของจิตใจเป็นพื้นฐาน และ 3) การเฝ้ามองเห็นตามที่เป็นจริง หรือการภาวนา คือ การเฝ้ามองดูธรรมชาติที่แท้จริงของจิต ซึ่งมีลักษณะที่เปลี่ยนแปลง ไม่คงที่ การเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญนี้ เป็นการศึกษาที่เต็มใจที่จะเผชิญหน้ากับความเจ็บปวดและความทุกข์ยากลำบากของชีวิต ให้ความศรัทธาต่อทุกประสบการณ์ที่ตนเองเคยผ่านมาไม่ว่าจะดี หรือร้าย มนุษย์ทุกคนมีศักยภาพของการศึกษาอย่างใคร่ครวญเหมือนกันหมด ไม่ว่าจะเป็นเด็ก ผู้ใหญ่ คนจน คนรวย คนบ้านนอก คนกรุง คนต่างชาติต่างวัฒนธรรม คนทุกคนต่างมีธรรมชาติของจิตแบบเดียวกัน เป็นจิตใจที่สามารถเป็นอิสระจากภพ ลวงตาของอดีตตาตัวตน ก้าวพ้นสู่การสัมผัสความดี ความงาม และความจริง จนก่อให้เกิดความสุขสงบเย็นอย่างยั่งยืนภายใน เป็นการศึกษาด้วยความอ่อนน้อมต่อมตน ก่อเกิดผลเป็นการทำงานอันสร้างสรรค์ เพื่อประโยชน์อันกว้างขวางต่อสังคมและผู้คนรอบข้าง ดังนั้น รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชา การศึกษาปฐมวัยจึงมีความเหมาะสมในการนำไปใช้เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนให้กับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยต่อไป

### อภิปรายผลการทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรม

ผู้วิจัยทำการศึกษาทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย พบว่า คะแนนจิตลักษณะที่เป็นลักษณะทางจิตเดิมของบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคและเป็นจิตลักษณะที่มีพลังผลักดันให้เกิดพฤติกรรม ของกลุ่มทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มทดลอง ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านความเชื่ออำนาจในตน และด้านการมองโลกในแง่ดี หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง และพบว่าคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มทดลอง ก่อนเข้าร่วมการทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายคู่ พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มทดลอง หลังเข้าร่วมการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยนี้แสดงว่ารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มีประสิทธิภาพในการนำไปใช้เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ทั้งนี้เนื่องจาก ในแต่ละขั้นของรูปแบบมีความสำคัญต่อการเรียนรู้ ลักษณะกระบวนการจัดการฝึกอบรมที่ผู้วิจัยออกแบบและพัฒนาขึ้นนี้มีแนวคิดพื้นฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงาน แนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของสตอลทซ์ การมองโลกในแง่ดี การสะท้อนความคิด และการเสริมพลังการทำงาน รวมทั้งได้วิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบการฝึกอบรมจนได้ลักษณะสำคัญของรูปแบบการฝึกอบรมแบบ LOVE ที่เป็นการฝึกอบรมผ่านการลงมือปฏิบัติ (hand) ผ่านการคิด (head) และความรู้สึกที่ลงสู่ใจ (heart) ที่ช่วยให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนหรือทำสิ่งต่างๆ จนสำเร็จ

ในการทดลองใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย พบว่า นักศึกษารู้สึกได้ผ่อนคลาย และพร้อมที่จะปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ซึ่งผู้วิจัยได้รวบรวมบทสะท้อนความรู้สึกในการทำกิจกรรมทั้ง 8 วัน ของนักศึกษา ดังบทสะท้อนความคิดความรู้สึกดังนี้

“มีความรู้ใหม่ๆ เพิ่มขึ้น กระชับความสัมพันธ์ สร้างความสนิทสนมกลมเกลียวเพิ่มมากขึ้น มีความกระตือรือร้นเพิ่มมากขึ้น ฝึกให้เป็นคนตรงต่อเวลา สามารถนำทักษะที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนการสอน ทำให้ตัวเรามีความสงบ มีสติ สมาธิมากยิ่งขึ้น ทุกสิ่งทุกอย่างที่ได้รับล้วนเป็นประโยชน์แก่ตัวเราทั้งสิ้น”

“ในการร่วมทำกิจกรรมทั้ง 8 วัน ในครั้งนี้ถือเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ต่อการนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ในอนาคต เพราะการที่เราเป็นครูเราจะต้องมีเทคนิคต่างๆ ในการจัดการชั้นเรียน ซึ่งจากการอบรมในครั้งนี้ ดิฉันก็ได้รับเทคนิคการจัดการชั้นเรียนจากอาจารย์มากมายทีเดียว ถึงแม้ว่ามีบางวันที่เรารู้สึกอึดอัดแต่พอได้ทำกิจกรรมตอนท้ายๆ ก็สนุกเหมือนกัน และสนุกอย่างเดียวไม่พอเรายังได้รับประโยชน์จากการแสดงความคิดเห็นจากเพื่อนๆ และอาจารย์ในเรื่องต่างๆ ทำให้เราได้รู้ว่าแต่ละคนก็มีอะไรที่คล้ายๆ กับเราอยู่บ้าง และกิจกรรมแต่ละกิจกรรมที่อาจารย์ได้มาจัดในครั้งนี้ก็ล้วนแต่มีประโยชน์แก่เราทั้งสิ้น และทุกๆ กิจกรรมเราสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการประกอบวิชาชีพครูในภายภาคหน้าได้เป็นอย่างดี และดิฉันก็ขอขอบคุณอาจารย์เป็นอย่างยิ่งที่ได้นำกิจกรรมเช่นนี้มาจัดให้แก่ดิฉันและเพื่อนๆ ทุกคน”

“จากกิจกรรมทั้ง 8 วัน นี้แหละ หนูมีความรู้สึกในวันแรกว่าจะเป็นกิจกรรมในแบบไหน ในครั้งแรกๆ ที่อาจารย์ให้นั่งสมาธิ นั่งนิ่งๆ และให้แสดงความรู้สึก หนูคิดว่ามันน่าเบื่อค่ะ แต่อาจารย์คะ ในความน่าเบื่อในวันแรกนั้นมันทำให้หนูคิดได้ว่า กิจกรรมที่อาจารย์จัดให้พวกเรานั้น ล้วนแต่เป็นประโยชน์แก่เราทั้งสิ้น จากนั้นตั้งแต่วันที่สองจนมาถึงวันที่แปด หนูก็รู้สึกสนุกกับกิจกรรมที่อาจารย์จัดให้มากขึ้น ถึงแม้ว่าอาจจะเมื่อยบ้าง แต่ก็อยากจะทำกิจกรรมต่างๆ ที่อาจารย์จัดให้ทำ ขอขอบคุณอาจารย์นะคะ ที่มาจัดกิจกรรมดีๆ แบบนี้ให้พวกหนู และในบางครั้งทีหนูอาจจะทำอะไรไม่ตรงกับที่อาจารย์บอกไปบ้าง อาจจะคุยบ้าง หนูก็ต้องขอโทษอาจารย์ด้วยนะคะ”

“ความรู้สึกจากการทำกิจกรรมทั้ง 8 วัน ก็ขอขอบคุณอาจารย์ที่ได้ทำโครงการนี้ขึ้นมา แต่ในการทำกิจกรรมก็มีตั้งแต่สุขและทุกข์บ้าง สนุกเวลาเล่นเกม เวลาได้เคลื่อนไหว และทุกข์เวลานั่งนานๆ เพราะว่าปวดหลัง แต่สิ่งที่ได้มาจาก 8 วันที่ผ่านมา คือ ความอดทน การฟังความคิดเห็นของเพื่อน การรอคอย ความซื่อสัตย์ และความจริงใจ และหลายสิ่งหลายอย่างที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้จริงในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู และขอขอบคุณอาจารย์อีกครั้งที่อดทนกับนิสัยเด็กๆ ของพวกหนูได้ ขอขอบคุณค่ะ”

“จากการทำกิจกรรมทั้ง 8 วัน วันแรกก็เบื่อนะคะ พอรู้ว่ามีกิจกรรม แต่พอมาถึงเห็นอาจารย์เรียงหมอน ซักอยากรู้แล้วว่าทำอะไรกันบ้าง พอเริ่มกิจกรรมอาจจะเมื่อยบ้าง แต่วันแรกๆ ก็อยากมาทำอยู่ แต่พอรู้ว่าโรงเรียนเปิดวันที่ 29 พฤศจิกายน 2555 ก็เริ่มไม่อยากมาอบรมแล้วเพราะมันเหนื่อย แต่พอมาก็ได้รับอะไรดีๆ ตั้งหลายอย่าง กิจกรรมที่ไม่ชอบคือการปลูกถั่วเขียว เพราะตั้งแต่เล็กจนโตเวลาที่มีการทดลอง ครูมักจะให้ปลูกถั่วเขียวตลอด เห็นแล้วมันเป็นกิจกรรมที่น่าเบื่อ แต่พออาจารย์ให้ทำกิจกรรมอื่นก็ชอบ เพราะมันสนุกและบางกิจกรรมสามารถนำไปใช้กับเด็กปฐมวัยได้ด้วย การอบรมครั้งนี้ถือว่าได้ความรู้มาก”

“ความสุขที่ได้จากการทำกิจกรรมทั้ง 8 วัน นั้น จากความรู้สึกของผมแล้วนั้น ผมคิดว่าทำให้ผมมีความสุขมากๆ ถึงแม้ว่าเพื่อนๆ คนอื่นๆ อาจจะเบื่อ ไม่มีความสุขก็ตาม แต่เหตุผลที่ว่าทำให้ผมมีความสุข คือ การที่อาจารย์ทำกิจกรรมทุกกิจกรรมจากนามธรรมกลายเป็นรูปธรรม และเกิดเป็นผลงานขึ้นมา ถึงแม้ว่าจะนั่งอยู่กับที่ก็ตามแต่ แต่ผมก็เชื่อว่าดีกว่านั่งอยู่กับที่แล้วฟังแต่คำบรรยาย จากที่ผมเขียนบรรยายออกมาแบบนี้ทำให้ผมรู้สึกว่าผมเหมาะสมและรู้จักตัวเอง ค้นพบ

ตัวเองว่าผมจะประกอบอาชีพในด้านใด อยากทำงานแบบไหนมากยิ่งขึ้น เพราะคนเรามีความสุขที่ไม่เหมือนกัน แต่ผมมีความสุขในด้านกิจกรรมแบบนี้มากกว่า เช่น งานด้านวิชาการ ด้านบริการสังคม ช่วยเหลือคนอื่น ดังนั้น กิจกรรมทั้ง 8 วันนี้ ทำให้ผมรู้สึกมีความสุขมากกว่ามีความสุขรู้สึกชอบ มีความสนใจในการทำกิจกรรมแบบนี้มากยิ่งขึ้น และสามารถนำสิ่งที่เราไม่รู้ มาทำให้รู้และนำไปปรับใช้ให้ก่อประโยชน์แก่ตัวเองและเด็กปฐมวัยต่อไป เพื่อให้เด็กได้รับสิ่งที่เป็ประโยชน์มากยิ่งขึ้น เพราะฉะนั้นแล้วก็อยากให้อาจารย์จัดกิจกรรมแบบนี้ต่อไปอีก แต่ควรใช้เวลาให้เยอะมากกว่านี้ จะได้มีโอกาสเต็มทีมากกว่านี้ในการทำกิจกรรม ในการแสดงความคิดเห็น ในบางครั้งผมคิดว่าอาจารย์อาจจะจะมีละครสะท้อนความคิดเข้ามาเพิ่มสักเล็กน้อยเพื่อให้ข้อคิดเตือนใจ อยากให้อาจารย์จัดแบบค้างคืนเพื่อให้เรียนรู้ว่าในแต่ละวันเราทำอะไรร่วมกันบ้าง จะสามารถเห็นผลได้มากยิ่งขึ้น แต่ในภาพรวมทั้ง 8 วัน ผมคิดว่ากิจกรรมที่อาจารย์ได้จัดนั้นเป็นประโยชน์อย่างยิ่งทั้งทางตรงและทางอ้อมอย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นต่อไป ขอเป็นกำลังใจให้อาจารย์ในการทำกิจกรรมต่อไป ขอขอบคุณเป็นอย่างมากที่ได้สละเวลามาจัดกิจกรรมที่ดีๆ ให้กับพวกเราทุกคนในวันนี้ครับ”

“สำหรับกิจกรรมที่เกิดขึ้นทั้งแปดวันรู้สึกที่สามารถที่จะนำไปปรับใช้เวลาจัดกิจกรรมให้กับเด็กปฐมวัยได้ ซึ่งกิจกรรมแต่ละกิจกรรมสามารถที่จะนำไปปรับเปลี่ยนรูปแบบการจัดกิจกรรมได้ แต่ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมอาจจะยาวนานเกินไป จึงทำให้เวลาจัดกิจกรรมมีการพูดคุยกันหรืออาจจะเมื่อยในการนั่งทำกิจกรรม แต่อย่างไรก็ตามกิจกรรมที่เกิดขึ้นมีประโยชน์และน่าสนใจเป็นอย่างยิ่ง”

“ความสุขจากการทำกิจกรรม คือ การที่เราได้ฝึกสมาธิให้กับตัวเอง การทำกิจกรรมทุกกิจกรรมต้องใช้สติและสมาธิ ทำให้เราทำงานออกมาได้อย่างสำเร็จ ทำให้เรามีความคิดที่รอบคอบ และความสุขอีกอย่างคือ การที่เราได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากเพื่อน พูดประสบการณ์ให้เพื่อนฟังและรับฟังประสบการณ์ของเพื่อน ความทุกข์ที่เกิดจากกิจกรรมนี้คือ การนั่งทำกิจกรรมบางครั้งก็เมื่อยขา และบางครั้งก็ง่วงนอน”

“ตอนที่รู้ว่าจะได้มาฝึกอบรมก็เครียดอยู่เหมือนกัน เพราะคิดว่าต้องมานั่งเพียงอย่างเดียว แต่พอได้เข้ามาฝึกอบรมจริงก็มีเครียดบ้างเล็กน้อย และมีความสุขสนุกสนานจากการทำกิจกรรมต่างๆ ที่อาจารย์จัดให้และมีความรู้มากขึ้น ที่จะนำไปใช้ในการฝึกประสบการณ์ ในภาคเรียนที่ 2 และนำไปใช้เวลาได้ทำงานในอนาคต ทุกกิจกรรมที่อาจารย์ได้จัดให้ทำหนูคิดว่าเป็นกิจกรรมที่ดีมาก และเป็นความรู้แก่เพื่อนๆ ทุกคน ทั้งการเป็นผู้นำและผู้ตาม และทำงานเป็นกลุ่มด้วยความสามัคคี รู้จักให้อภัย รู้จักการแก้ปัญหา มีสมาธิในการทำกิจกรรม และถ้ามีกิจกรรมแบบนี้อีกหนูก็อยากมาฝึกอบรมอีก เพราะมีความรู้เพิ่มขึ้นที่จะนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ และขอขอบพระคุณอาจารย์เป็นอย่างมากที่มาให้ความรู้แก่พวกหนู และหนูจะนำสิ่งที่อาจารย์ให้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ค่ะ”

“หนูมีความสุขดีใจมากที่ได้มาร่วมทำกิจกรรมในครั้งนี้ เพราะเป็นโอกาสที่ดีที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม ได้ทำกิจกรรมที่แปลกใหม่ที่สามารนำมาปรับใช้ในการเรียนการสอนของนักเรียนปฐมวัยได้ หนูดีใจมากที่ได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน และเป็นกิจกรรมที่ดีอย่างหนึ่ง ที่ทำให้เรากล้าคิดกล้าแสดงออก หรือกล้าแสดงความคิดเห็นในการทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรม ฝึกให้เรามีสมาธิใน

การทำงานและรู้จักการทำงานอย่างเป็นระบบ หนูอยากให้มีกิจกรรมแบบนี้อีกค่ะ เพราะหนูมีความสุขมากในการทำกิจกรรม”

“จากการที่ได้มาร่วมกิจกรรมในครั้งนี้รู้สึกดีใจที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อนๆ ในแต่ละวันที่ทำกิจกรรมดิฉันสามารถนำกิจกรรมไปปรับใช้กับเด็กที่จะออกฝึกสอนได้ และยังมีเพลงที่สามารถนำไปเก็บเด็กให้อยู่หนึ่งๆ ได้ ในการทำกิจกรรมทั้งหมด 8 วันนี้ ดิฉันมีความสุขมากที่ได้ร่วมทำกิจกรรมที่มีประโยชน์และสามารถนำไปใช้ในการฝึกสอนได้อีกมากมาย สุดท้ายนี้ดิฉันหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้มีโอกาสเข้าร่วมทำกิจกรรมกับอาจารย์อีกครั้ง ดิฉันขอขอบคุณที่อาจารย์ได้นำกิจกรรมสนุกๆ มาให้ทำกันค่ะ”

“ในการร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ทำให้ดิฉันได้รับความรู้เกี่ยวกับทางด้านสาขาวิชาการศึกษาลุ่มวัยเป็นอย่างมาก เป็นกิจกรรมที่มีความสร้างสรรค์ และทำให้ดิฉันรู้ว่าเพื่อนในห้องของดิฉันก็ยังเป็นเพื่อนที่น่ารักพร้อมจะช่วยเหลือกันเสมอ กิจกรรมทั้ง 8 วันนี้ มีประโยชน์ต่อพวกเราทุกคนมาก พวกเราทุกคนดีใจมากๆ ที่เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ค่ะ ดิฉันจะนำกิจกรรมต่างๆ ไปใช้ในการฝึกสอนด้วยค่ะ ดิฉันมีความสุขมากที่ได้ทำกิจกรรมทั้ง 8 วันเลย และทำให้ดิฉันได้รับข้อคิดต่างๆ จากเพื่อนในห้องมากมายเลยคะ และขอขอบคุณอาจารย์คะ ที่จัดกิจกรรมดีๆ ให้กับพวกเรา”

“จากระยะเวลา 8 วัน ในการทำกิจกรรม สิ่งที่ได้รับจากกิจกรรมคือ การฝึกให้มีสมาธิ สติ และใช้ปัญญาก่อนคิดหรือตัดสินใจที่จะกระทำลงไป หนูมีความสุขในการทำกิจกรรมคะ ถึงแม้ว่ากิจกรรมที่จัดค่อนข้างจะคล้ายกับการปฏิบัติธรรม แต่เป็นกิจกรรมที่ดีและมีประโยชน์มากสำหรับหนู เพราะหนูเป็นคนใจร้อน ขี้โมโหคะ สิ่งที่ทำให้หนูเครียดจากกิจกรรมคือ การที่หนูนั่งนานๆ ติดต่อกัน หนูมีความรู้สึกปวดเมื่อยคะ จากการทำกิจกรรมในระยะเวลา 8 วัน หนูมีความรู้สึกที่อาจารย์เป็นคนตั้งใจเ็นมากๆ หนูจะนำสิ่งที่ได้จากการอบรมไปปรับใช้ในชีวิตของหนูคะ หนูขอขอบพระคุณอาจารย์มากๆ นะคะ”

“กิจกรรมทั้ง 8 วัน ที่ได้มาเข้าร่วม รู้สึกมีความสุขสนุกสนานกับกิจกรรมทั้งหมด เพราะกิจกรรมทุกกิจกรรมช่วยส่งเสริมความรู้ต่างๆ ให้กับตัวเราและบางกิจกรรมสามารถนำไปปรับใช้ในการเรียนการสอนกับเด็กอนุบาล ซึ่งบางกิจกรรมสามารถทำให้เด็กอนุบาลได้สนุกทีเดียว แต่ความทุกข์ของหนูก็มีอยู่บ้างซึ่งไม่ได้เกี่ยวกับกิจกรรม เป็นการเดินทาง หนูต้องขับรถมอเตอร์ไซด์มาไกลในตอนเที่ยง หนูรู้สึกว่าหนูกลัวรถมาก กลัวสิ่งอันตรายต่างๆ ของแต่ละวัน แต่หนูก็มีสติในการขับรถทำให้หนูปลอดภัยคะ”

“จากการที่ได้ทำกิจกรรม 8 วัน ความทุกข์ที่ได้ทำกิจกรรมนี้ก็คือ ในการทำกิจกรรมทุกครั้งคุณครูชอบให้หนึ่งหนึ่งๆ ก่อนทำกิจกรรม สำหรับตัวหนูไม่ชอบการทำแบบนี้เลย และอีกอย่างเวลาทำกิจกรรมคุณครูก็จะไม่ให้ให้นักศึกษาพูดคุยกันในขณะทำกิจกรรม หนูอึดอัดมาก เพราะทุกครั้งที่คุณครูจะให้พูดคุยคุณครูก็จะใช้สายตาหรือรอยยิ้มทำให้พวกหนูสงบได้ แต่ก็อยากให้คุณครูทำกิจกรรมที่สนุกกว่านี้ ทำหายกว่านี้ เช่น ร้องเพลงมันๆ สนุก ให้เด่นเป็นการคลายเครียด เพราะว่ามันวันที่จะทำกิจกรรม พอหนูอยู่ที่ห้องพอถึงบ่ายโมงก็ต้องออกไปเพราะว่าบางทีหนูก็มีธุระ ความสุขที่

ได้ ทำให้นักศึกษากลับพูด กล้าแสดงความคิดเห็น และมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น และสามารถนำไปใช้ในการสอนให้แก่เด็ก มีความสนุกสนาน รู้จักใช้สมาธิ ได้แก่งคิดในด้านต่างๆ รู้จักเป็นผู้นำผู้ตาม”

“มีความสุข ทำให้นักศึกษากลับพูด กล้าแสดงความคิดเห็น การทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรมต้องมีความร่วมมือ มีความสุขกับการทำกิจกรรมทุกกิจกรรมที่ให้มา มีความสนุกสนาน รู้จักการใช้สมาธิ กิจกรรมนี้ดีให้อะไรดี ๆ กับนักศึกษา ได้แก่งคิดในด้านต่างๆ มีแก่งคิดในการใช้เสียงกับการเจียบสงบ มีความสุขในการได้เป็นผู้นำบ้างผู้ตามบ้าง สรุปว่า กิจกรรมนี้ดีมากค่ะ ทำแล้วมีความสุข ความทุกข์ แอร์เย็นเกินไป ทำให้ไม่ค่อยอยู่หนึ่งเวลาทำกิจกรรม เมื่อยและเหนื่อยที่ต้องนั่งนานๆ”

“จากการทำกิจกรรมทั้ง 8 วัน ทำให้ดิฉันมีความสุขมาก แม้บางครั้งอาจจะเหนื่อยแต่กิจกรรมทั้งหมดก็ให้ความสนุกสนาน รู้จักการวางแผน ความสามัคคี ความคิดจินตนาการ ความกล้าแสดงออก และทำให้มีสติ สมาธิมากขึ้น และกิจกรรมดังกล่าวสามารถนำไปปรับใช้ในการจัดการเรียนการสอนให้กับเด็กปฐมวัยได้ ความทุกข์จากการทำกิจกรรมบางครั้งอาจจะรู้สึกเหนื่อยและเมื่อยบ้างในการที่จะทำกิจกรรมเพราะต้องนั่งนานๆ อยากให้มีกิจกรรมแบบนี้จัดขึ้นกับรุ่นต่อไปค่ะ”

“ดิฉันรู้สึกสนุกสนานกับกิจกรรมที่ได้ทำทั้งหมด เพราะว่าในแต่ละกิจกรรม/ วัน มีเนื้อหาสาระที่มีประโยชน์ทั้งสิ้น สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้จริง ๆ ในขณะที่ฝึกสอน และอีกอย่างหนึ่งคือ มีกิจกรรมแปลก ๆ เพลงใหม่ ๆ ที่ดิฉันยังไม่เคยทำ/ ร้องมาก่อน ดิฉันภูมิใจมากที่ได้เข้าอบรมกับอาจารย์ค่ะ สุดท้ายนี้ดิฉันจะนำความรู้และเทคนิคต่าง ๆ ไปปรับใช้ในวิชาชีพค่ะ ดิฉันก็ขอให้อาจารย์นำกิจกรรมนี้ไปใช้กับที่อื่นเยอะๆ เพราะเป็นสิ่งที่ดีและมีประโยชน์ค่ะ”

“จากการทำกิจกรรมมาทั้ง 8 วัน ทำให้หนูรู้สึกว่าการสอนสบายใจ สนุกสนานกับกิจกรรมที่อาจารย์ได้จัดไว้แล้ว และบางกิจกรรมก็สามารถนำไปใช้สอนให้กับเด็กได้ อีกอย่างหนึ่ง กิจกรรมของอาจารย์ทุกกิจกรรมจะมีความหมาย และสื่อถึงความรู้สึกได้เป็นอย่างดี และที่สำคัญทำให้หนูมีสมาธิและมีสติมากขึ้นกับการทำอะไรสักอย่าง ถ้ามีสมาธิและสติแล้วนั้นจะทำให้เราทำสิ่งนั้นออกมาได้ดี หนูชอบมากๆ กับกิจกรรมของอาจารย์ เพราะทำให้รู้สึกตื่นเต้นมากกว่าแต่ละวันอาจารย์จะให้ทำอะไร กิจกรรมของอาจารย์แต่ละกิจกรรมน่าสนใจมาก ไม่ทำให้รู้สึกเบื่อ หรือ่วงนอนเลย ซึ่งเป็นความรู้สึกอีกอย่างหนึ่งที่หนูสามารถนำไปใช้ในการฝึกสอนในครั้งนี้ได้ค่ะ หนูขอขอบคุณอาจารย์นะคะที่ได้มาจัดกิจกรรมดีๆ แบบนี้ ที่ให้หนูได้เรียนรู้จากกิจกรรมของอาจารย์ค่ะ ชอบมากๆ ชอบคุณค่ะ”

“จากการที่ได้เข้าร่วมอบรมเป็นระยะเวลา 8 วัน ตอนแรกก็รู้สึกเบื่อไม่อยากมาอยากอยู่บ้าน เพราะระยะเวลาในการฝึกสอนไม่ค่อยได้กลับบ้าน ก็จะมีเวลาในช่วงปิดเทอมที่ได้กลับบ้าน หนูอยากกลับบ้านไปช่วยแม่ค่ะ แต่เมื่อเป็นหน้าที่หนูก็ต้องเข้าอบรม กิจกรรมที่จัดให้เป็นกิจกรรมที่ทำให้หนูรู้สึกว่าการสอนจะต้องพัฒนาตนเองในการควบคุมอารมณ์ และมีสมาธิ มีสติปัญญาในการฝึกสอนโรงเรียนที่ 2 มากขึ้น จากการทำกิจกรรมครบ 8 วัน หนูรู้สึกว่าเป็นกิจกรรมที่ดี เพราะทำให้หนูได้พัฒนาตนเอง เป็นคนใจเย็นขึ้น คิดก่อนทำ เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ การอยู่ร่วมกับผู้อื่น หนูขอขอบคุณสำหรับกิจกรรมในครั้งนี้ค่ะ”

“จากการได้ทำกิจกรรมใน 8 วันที่ผ่านมา ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม มาก็มีทั้งทุกข์และสุขปนกันไป ได้แนวคิดในการทำกิจกรรมกับเด็ก การนำกิจกรรมไปปรับใช้ให้เหมาะสม ได้ฝึกแสดงความคิดเห็นที่แตกต่าง สร้างความมั่นใจให้แก่ตนเอง การมีส่วนร่วม การเป็นผู้นำผู้ตาม การเป็นผู้ฟังที่ดี การเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น การทำงานเป็นกลุ่ม ความสามัคคีกัน ทุกๆ กิจกรรมล้วนเป็นกิจกรรมที่ดีและมีประโยชน์มาก แม้ว่าจะเหนื่อยล้า เมื่อเป็นบางครั้ง และก็พยายามร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ให้สำเร็จจนได้ เพื่อสามารถนำกิจกรรมต่างๆ ไปใช้ และเป็นกิจกรรมที่ทำให้เพื่อนๆ ในห้องทุกคนมารวมตัวกันได้เจอกัน ได้พูดคุยกันอย่างมีความสุข เพราะถ้าไม่มีกิจกรรมนี้ก็ไม่รู้ว่าจะได้เจอเพื่อนๆ อีกตอนไหน และที่สำคัญเป็นกิจกรรมที่ฝึกสมาธิได้ดีอย่างหนึ่ง อยากให้กิจกรรมเหล่านี้เกิดขึ้นอีก คุณครูที่มาเป็นวิทยากรก็น่ารัก ใส่ใจดูแลกันทุกคน ทำให้มีความสุขมากกว่าความทุกข์ในการทำกิจกรรม”

ผลการวิจัยนี้แสดงว่ารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มีความเหมาะสมในการนำไปใช้เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนให้กับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ด้วยการฝึกการฟังอย่างลึกซึ้ง การน้อมสว่ใจอย่างใคร่ครวญ การเคารพศักยภาพของคนอย่างไร้อคติ ด้วยความรักความเมตตา ความเป็นกัลยาณมิตร และการเห็นตามความเป็นจริง เต็มใจที่จะเผชิญหน้ากับความเจ็บปวดและความทุกข์ยากลำบากของชีวิต ให้ความศรัทธาต่อทุกประสบการณ์ที่ตนเองเคยผ่านมาไม่ว่าจะดี หรือร้าย มีความพอใจในสิ่งที่เราจะต้องทำ มีความเพียร ในสิ่งที่เราพอใจ เอาใจฝึกใฝ่อยู่แต่สิ่งนั้นไม่เปลี่ยนแปลง และค้นคว้าเพื่อจะแก้ปัญหาอุปสรรคอยู่เสมอ การที่มนุษย์จะสามารถเผชิญอุปสรรคได้ต้องอาศัยความเข้มแข็งของจิตใจ การควบคุมตนเอง มองโลกในแง่ดี อดทน มีความยืดหยุ่น รับรู้ถึงความสามารถของตนเองและมีความเชื่อมั่นในตนเอง เมื่อพบปัญหาสามารถเข้าใจและรับรู้ถึงต้นเหตุของปัญหาตามความเป็นจริง เพียรพยายามค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหา และตอบสนองต่อปัญหาตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ และสามารถเปลี่ยนแปลงการทำงานของตนให้ดีขึ้นเพื่อเกิดประโยชน์ต่อสังคมได้ เพราะผลจากร่องรอยการทำกิจกรรมสะท้อนความคิดความรู้สึก ประกอบกับคะแนนที่ได้จากการทดสอบทางสถิติทำให้นักศึกษาเกิดการพัฒนาทั้งด้านจิตลักษณะและความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนซึ่งส่งผลโดยตรงต่อพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากการอบรม สอดคล้องกับแนวคิดของโกลแมน (Goleman, 1995: 97-101) ที่ได้กำหนดให้การมองโลกในแง่ดีเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการจูงใจตนเอง คนที่มองโลกในแง่ดีจะเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้าย มีพลัง โอกาสที่จะพลิกผันสถานการณ์ที่เลวร้ายให้กลับคืนดีได้ จึงสามารถจูงใจตนเองได้ และแนวคิดการสะท้อนความคิด ลูธเรน (Loughran, 1996: 4) ได้แสดงความคิดเห็นว่า การสะท้อนความคิดเปรียบเสมือนวิธีการที่ช่วยให้ครูใช้ทักษะของตนช่วยให้นักเรียนเรียนรู้อย่างมีความหมาย และนำไปสู่ความเข้าใจที่แท้จริง ซึ่งสอดคล้องกับที่ นภเนตร ธรรมบวร (2542: 173) ได้ให้แง่คิดไว้ว่าความรู้ในการสอนของครูพัฒนามาจากประสบการณ์ โดยครูมีการสร้างและปรับเปลี่ยนความรู้ในการสอนของตนตลอดเวลาจากประสบการณ์ทั้งภายในและภายนอกชั้นเรียน ถ้าเรา



ต้องการให้ความสำคัญกับความรู้อันเป็นการสอนของครูแต่ละคน เราจำเป็นต้องเปิดโอกาสให้ครูได้สะท้อนความคิดเกี่ยวกับประสบการณ์ของตนไม่ว่าจะผ่านการสนทนา พูดคุย เล่าเรื่อง หรือเขียนบันทึก เพื่อให้ครูได้ทบทวน ทำความเข้าใจ และเห็นคุณค่าความรู้ในการสอนของตนมากยิ่งขึ้น และสอดคล้องกับแนวคิดของการฝึกอบรม ซึ่งมีเป้าหมายสำคัญที่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยการจัดกิจกรรมอย่างเป็นระบบเพื่อเสริมสร้างความรู้ความสามารถ หรือเจตคติของผู้เข้ารับการฝึกอบรม ก่อให้เกิดประโยชน์ในการแก้ปัญหาหรือพัฒนางานที่ปฏิบัติอยู่ ให้บรรลุผลสำเร็จตามความต้องการขององค์กร ซึ่งมีลักษณะสำคัญของการฝึกอบรม (นิตยา เพ็ญศิริธนา. 2542: 293; อ้างอิงจาก Wallerstein; & Berstein. 1993: 379-394) ดังนี้

1.1 การเรียนการสอน สนับสนุนให้มองเห็นความสัมพันธ์ของตนเองกับสิ่งแวดล้อม และเชื่อว่าตนสามารถก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตนเอง ชุมชน และสังคมได้

1.2 การเรียนรู้เริ่มต้นจากประสบการณ์ แล้วได้คิดวิเคราะห์โดยใช้วิจารณญาณเพื่อโยงปัญหาต่างๆ ของตนเข้ากับปัจจัยที่เป็นสาเหตุ การเกิดความเข้าใจดังกล่าวจะนำไปสู่การปรับปรุงพฤติกรรมให้มีความถูกต้องเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

1.3 การได้มีส่วนร่วมในการเรียนรู้อย่างแท้จริง ในทุกขั้นตอนของการเรียนรู้ ตั้งแต่การเลือกประเด็นที่สนใจและมีความสำคัญต่อตนเอง การวางแผนกิจกรรม การมีส่วนร่วมในการสนทนา การจัดกิจกรรมการสอนให้มีความถูกต้องเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

1.4 ใช้การเรียนรู้ร่วมกันเป็นทีม โดยวิทยากรมีบทบาทหน้าที่ในการเป็นผู้สนับสนุน การเรียนรู้หรือผู้ประสานงาน มีการแลกเปลี่ยนความรู้ความคิด ประสบการณ์ซึ่งกันและกัน นอกจากนี้จะทำให้แต่ละคนได้เกิดความรู้ใหม่ที่สอดคล้องกับความเป็นจริงแล้ว ยังช่วยให้เห็นความสำคัญของการทำงานเป็นทีม ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกว่าพลังสนับสนุนมากพอที่จะแก้ไขปัญหา หรือเปลี่ยนแปลงสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ต้องการเปลี่ยนแปลง

1.5 การเรียนรู้ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทักษะ และทัศนคติ ซึ่งอาจเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทันที หรือการเปลี่ยนแปลงภายหลัง เมื่อได้ลงมือกระทำกิจกรรมต่างๆ นอกจากนี้กระบวนการเรียนรู้จะนำไปสู่การกระทำเพื่อการเปลี่ยนแปลง โดยวิทยากรต้องกระตุ้นและสนับสนุนให้มีการวางแผนร่วมกันสำหรับการปฏิบัติเพื่อการเปลี่ยนแปลง

1.6 การเรียนการสอนมีความยืดหยุ่น และเป็นกระบวนการที่ต่อเนื่อง วิทยากรมีการปรับเนื้อหา วิธีการ และสื่อการเรียนการสอนให้เหมาะสมกับความต้องการของแต่ละคนของทีม การเรียนรู้ไม่จำกัดเฉพาะในห้องเรียน เนื่องจากใช้วิธีให้ได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง และจากการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองได้ตลอดเวลา

1.7 การเรียนการสอนในการฝึกอบรมต้องสนุกสนานไม่น่าเบื่อสำหรับเทคนิคที่นำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอน ส่วนมากเป็นวิธีการส่งเสริมให้มีการสนทนาแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด และการวิเคราะห์ปัญหาที่แท้จริง และเป็นปัญหาที่ผู้เรียนสนใจ เป็นเทคนิคที่ส่งเสริมให้ทีมได้ทำความเข้าใจและวิเคราะห์ปัญหาที่กำลังศึกษาร่วมกัน เทคนิคเหล่านี้จะเกี่ยวข้องกับกิจกรรม ศิลปะ ดนตรี และการประดิษฐ์สิ่งต่างๆ ที่ทำให้ผู้เรียนมีความคิดสร้างสรรค์ และทำให้ผู้เรียนเกิด

ความรู้สึกว่าตนมีความสามารถ ได้รับการยอมรับ เกิดการเห็นคุณค่าของตนเอง นำไปสู่ความรู้สึกมีพลัง และสามารถร่วมมือกันแก้ไขปัญหาได้ในที่สุด

ดังนั้น การที่นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยได้รับการอบรมด้วยรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยในครั้งนี้ เปรียบเสมือนการช่วยกระตุ้นให้ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคเติบโตในใจ และนักศึกษาได้ตระหนักในความสำเร็จจากการฝึกอบรมที่มีอิทธิพลทางตรงต่อจิตใจในการพัฒนาให้เกิดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนขึ้น ดูได้จากการออกปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2555 และการทำงานกับเพื่อนร่วมงานโดยผู้วิจัยได้มีการกำกับ ติดตาม และให้คำแนะนำปรึกษา (Mentoring) เป็นระยะอย่างสม่ำเสมอตลอดระยะเวลาการปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา 1 เดือน ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยการสังเกตสนทนาซักถาม และบันทึกข้อมูลในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาแต่ละคน จึงทำให้นักศึกษาเรียนรู้ที่จะดูแลตนเองในการสอนเด็กและอยู่ร่วมกับเพื่อนร่วมงานได้อย่างมีความสุข ได้จากบันทึกการสังเกตของผู้วิจัยดังนี้

“วันที่ออกกำกับ ติดตาม และให้คำแนะนำปรึกษา 26 พฤศจิกายน 2555 ถึงวันที่ 25 ธันวาคม 2555

ผู้วิจัยไม่ใช่บุคคลในพื้นที่จึงไม่สามารถออกทำการกำกับ ติดตาม และให้คำแนะนำปรึกษากับนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างได้ ต้องขอความอนุเคราะห์จากอาจารย์สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ให้เป็นผู้พาไปยังโรงเรียนต่างๆ ที่นักศึกษาออกปฏิบัติการสอน จำนวนทั้งสิ้น 15 โรงเรียน โดยบางวันจะมีอาจารย์นิเทศก์ไปด้วย 1 คน และบางวันไปด้วยกันทั้งหมด 4 คน ซึ่งในแต่ละโรงเรียนจะอยู่ห่างกัน มีจำนวนนักศึกษาโรงเรียนละอย่างน้อย 2 คน ในช่วงที่ออกกำกับ ติดตาม และให้คำปรึกษาเป็นช่วงที่โรงเรียนมีกิจกรรมมาก เช่น กิจกรรมการแข่งขันทักษะของเด็กอนุบาล วันลอยกระทง กิจกรรมวันพ่อแห่งชาติ เป็นต้น และสภาพอากาศในช่วงนั้นมีฝนตกเกือบทุกวัน บางวันอาจารย์นิเทศก์ไม่สามารถออกไปด้วยได้ผู้วิจัยจึงต้องถามเส้นทางเพื่อออกไปคนเดียว

วันแรกของการออกกำกับ ติดตาม และให้คำแนะนำปรึกษา โรงเรียนที่ 1 นี้อยู่ห่างจากมหาวิทยาลัยไปอีกอำเภอหนึ่ง มีนักศึกษาปฏิบัติการสอนด้วยกัน 2 คน เพราะมีห้องเรียนสำหรับเด็กอนุบาล 2 ห้อง นักศึกษาอยู่ที่โรงเรียน 1 คน อีก 1 คน พาเด็กไปแข่งขันทักษะทางวิชาการกับครูพี่เลี้ยง นักศึกษาที่อยู่โรงเรียนต้องดูแลเด็กรวมกัน 2 ห้อง แบบคละอายุ เด็กประมาณ 40 คน เมื่ออาจารย์กับผู้วิจัยไปถึงโรงเรียนนักศึกษากำลังดูแลเด็กอยู่จึงมีความกังวลใจ ครูพี่เลี้ยงจึงให้นักศึกษาออกมานอกห้องเพื่อพูดคุยกับอาจารย์นิเทศก์และผู้วิจัย นักศึกษาบอกว่าเหนื่อยมากที่ต้องรวมชั้นเด็ก พอซักถามถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในขณะที่ฝึกสอน นักศึกษาก็ตอบว่ามีบ้าง เช่น การเขียนแผนการสอนก็ยังไม่เสร็จสมบูรณ์ งานวิจัยก็ยังไม่ได้ดำเนินการต่อ การดูแลเด็กในห้องที่มีจำนวนมาก เป็นต้น และเมื่อซักถามถึงวิธีการแก้ไขปัญหา นักศึกษาก็บอกว่าจะรีบวางแผนการทำงานและทำให้เสร็จโดยเร็ว และเมื่อมีอารมณ์โกรธ หรือเบื่อหน่ายก็จะนั่งทบทวนตนเอง หรือคุย

กับเพื่อนที่ออกฝึกสอนด้วยกัน ผู้วิจัยสังเกตเห็นท่าทาง ก็พบว่านักศึกษาเหนื่อยและเกิดความท้อ จึงได้ให้กำลังใจด้วยการพูดและการสัมผัส จากนั้นนักศึกษาได้พาเด็ก ๆ ไปรับประทานอาหารกลางวันที่โรงอาหาร

โรงเรียนที่ 2 มีนักศึกษากลุ่มทดลองอยู่ด้วยกัน 2 คน มีนักศึกษากลุ่ม try out รวมอยู่ด้วย ในหนึ่งสัปดาห์นักศึกษาจะได้สอน 2 วัน เพราะที่โรงเรียนมีนักศึกษาฝึกสอนที่มาจากมหาวิทยาลัยอื่นและต้องมาอยู่ห้องเดียวกันด้วย นักศึกษาจะทำแผนการสอนไม่ทัน งานวิจัยก็ยังไม่ดำเนินการต่อ การดูแลเด็กดีขึ้น และนำกิจกรรมการร้องเพลงและการเล่นกับนิ้วมือมาใช้ช่วยให้เด็กสงบขึ้น

โรงเรียนที่ 3 มีนักศึกษากลุ่มทดลองจำนวน 3 คน มีนักศึกษากลุ่ม try out รวมอยู่ด้วย เป็นโรงเรียนที่เปิดสอน 2 ภาษาในระดับอนุบาล 1 ห้อง สังเกตนักศึกษาในขณะที่มาพูดคุยกับอาจารย์ นิเทศก์การสอน นักศึกษาเตรียมสมุดมาจดบันทึกด้วย หัวข้อการพูดคุยเกี่ยวกับการแต่งกาย กิริยามารยาท การลงลายมือชื่อ การลา และงานในหน้าที่ของนักศึกษา พบว่านักศึกษาที่เป็นกลุ่มทดลองได้มีการเตรียมพร้อมสำหรับงานในหน้าที่เป็นอย่างดีทั้งการเขียนแผนการสอน งานวิจัย และงานอื่นๆ ที่ต้องทำร่วมกับเพื่อน เมื่อซักถามปัญหาที่เกิดขึ้นนักศึกษากลุ่มทดลองบอกว่ามีเรื่องการดูแลเด็กว่ายังดูแลไม่ทั่วถึง และจะต้องมีการปรับปรุงแก้ไข หลังจากอบรมแล้วได้นำสิ่งที่ได้รับจากการอบรมมาใช้ในชีวิตประจำวันและการสอนเด็ก เช่น ร้องเพลง เล่นเกมนิ้วมือเพื่อเตรียมเด็กให้สงบ เป็นต้น นักศึกษาที่อยู่ประจำห้อง 2 ภาษาบอกว่าจะสอนตอนเช้า และจะมีคุณครูชาวต่างชาติสอนต่อ การฝึกสอนจึงไม่มีปัญหา ส่วนอีกห้องเป็นห้องเรียนปกติ นักศึกษาพาทำกิจกรรมเกี่ยวกับการระบายสี การฉีกปะกระดาษเป็นรูปกระทง เมื่อซักถามนักศึกษาตอบว่าคุณครูที่เลี้ยงดูดูแลเอาใจใส่ดี เป็นกันเอง ไม่มีปัญหาการสอน แต่งานวิจัยในชั้นเรียนยังไม่สมบูรณ์ ผู้วิจัยจึงให้กำลังใจในการทำงานต่อไป

โรงเรียนที่ 4 เป็นโรงเรียนที่อาจารย์นิเทศก์ที่พาไปก็ไม่เคยออกนิเทศจึงต้องโทรศัพท์ถามนักศึกษาเป็นระยะ เป็นโรงเรียนที่อยู่ไกลจากมหาวิทยาลัยมาก การเดินทางไม่สะดวก และต้องระมัดระวังเป็นอย่างมาก นักศึกษาใช้รถมอเตอร์ไซด์ส่วนตัวสำหรับการเดินทาง มีนักศึกษากลุ่มทดลอง 2 คน มีนักศึกษากลุ่ม try out รวมอยู่ด้วย เมื่อได้พูดคุยนักศึกษากลุ่มทดลองบอกว่าเป็นกังวลเรื่องการเดินทาง ส่วนการดูแลเด็กทำได้ดีกว่าภาคเรียนที่แล้ว ได้นำกิจกรรมจากการฝึกอบรมมาใช้กับตัวเอง เพื่อให้มีสติในการขับรถ และการทำงาน นำเพลง เกมนิ้วมือมาใช้ในการเตรียมเด็กให้สงบ เพราะห้องเรียนเป็นห้องกว้าง 2 ห้องเรียนแบ่งโดยไม่มีผนังห้อง เสียงจึงดัง ต้องมีการพูดคุยกับเพื่อนข้างๆ ว่าจะทำกิจกรรมอะไร และถ้าเสียงดังมากต้องพาเด็กออกไปทำกิจกรรมนอกห้อง งานวิจัยกับการเขียนแผนยังไม่เสร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยจึงให้กำลังใจในการทำงานและการเดินทางให้ปลอดภัย

โรงเรียนที่ 5 นักศึกษากลุ่มทดลอง 2 คน มีนักศึกษากลุ่ม try out สอนอยู่ในโรงเรียนด้วย ในขณะที่สังเกตนักศึกษาให้เด็กทำกระทงเพราะเรียนหน่วยวันลอยกระทง เมื่อทำเสร็จนักศึกษากับครูที่เลี้ยงดูรูปเด็ก ๆ กับกระทงที่เด็ก ๆ ทำ มีน้องที่เป็นเด็กผู้หญิงคนหนึ่งยื่นร้องไห้ และไม่ยอมเข้าร่วมกิจกรรมด้วย แต่พอผู้วิจัยยิ้มให้ และคุณครูที่เลี้ยงดูพาเขามาร่วมถ่ายรูปก็ร้องไห้อยู่แต่

ยอมถ่ายรูปกับกลุ่มเพื่อน ๆ หลังจากนั้นได้พูดคุยกับนักศึกษา ได้ทราบว่าน้องพูดจาหยาบคาย ก้าวร้าว และไม่ชอบอยู่ในห้อง น้องมีพี่น้องด้วยกัน 9 คน พี่คนโตอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 และเมื่อแม่คลอดน้องคนเล็ก ซึ่งขณะนี้อายุได้ 6 เดือน น้องก็เริ่มเปลี่ยนพฤติกรรมเป็นการก้าวร้าว และพูดจาหยาบคายกับทั้งเพื่อนและครู ผู้วิจัยจึงให้คำแนะนำว่าควรสังเกตพฤติกรรมอย่างละเอียด พร้อมกับจดบันทึก เพื่อเป็นข้อมูลในการแก้ไขปัญหา ส่วนอีกคนบอกว่าไม่มีปัญหา แต่ถ้าอารมณ์ไม่ดี เด็ก ๆ วุ่นวายมากก็จะนับ 1-3 พร้อมกับเด็ก และทั้งครูและเด็กก็จะหยุด เมื่ออารมณ์ดีจึงทำกิจกรรมอื่นต่อไป ผู้วิจัยจึงให้กำลังใจนักศึกษาให้สู้ต่อไป

โรงเรียนที่ 6 มีนักศึกษากลุ่มทดลอง 2 คน ที่โรงเรียนนี้มีนักศึกษากลุ่ม try out รวมอยู่ด้วย นักศึกษาบอกว่าในห้องของตนมีเด็กที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นออทิสติกอยู่ด้วย น้องจะซนมาก แต่ครูพี่เลี้ยงก็คอยช่วยเหลืออย่างดีในขณะที่ต้องสอน จึงทำให้ไม่มีปัญหามากนัก และจะอดทน ตั้งใจสอนเป็นอย่างดีเนื่องจากเป็นการสอนภาคเรียนแรกของนักศึกษา ส่วนอีกคนสอนระดับชั้นอนุบาล 2 ซึ่งเด็กจะไม่มีการนอนกลางวัน ทำให้ต้องดูแลเด็กทั้งวัน นักศึกษาบอกว่าวันหนึ่งบังเอิญมีเหตุการณ์เกิดขึ้นเด็กในห้องหกล้มปากแตกจึงทำให้คุณครูพี่เลี้ยงดูว่าดูแลเด็กไม่ทั่วถึง ทำให้รู้สึกเสียใจ แต่ก็พยายามตั้งใจสอนให้เต็มที่ ผู้วิจัยจึงให้กำลังใจด้วยคำพูดและการสัมผัส

โรงเรียนที่ 7 นักศึกษากลุ่มทดลอง 2 คน นักศึกษากลุ่ม try out รวมอยู่ด้วย มีนักศึกษาที่เพิ่งออกปฏิบัติการสอนเป็นภาคเรียนแรก 1 คน ผู้วิจัยกับอาจารย์นิเทศก์ทราบว่า เป็นโรงเรียนที่นักศึกษามีปัญหา จึงซักถามถึงปัญหาที่เกิดขึ้น นักศึกษาไม่ตอบได้แต่ร้องไห้ แต่ก็ยังดูแลเด็ก ๆ ในห้อง ผู้วิจัยจึงให้กำลังใจให้นักศึกษาเข้มแข็ง และตั้งใจสอนเพื่อเด็ก ๆ ในห้อง นักศึกษาบอกว่ายังไม่พร้อมที่จะเล่าถึงปัญหาและจะเข้มแข็ง อดทนในการฝึกสอนต่อไป แต่หลังจากนั้น 1 อาทิตย์ นักศึกษาได้เล่ารายละเอียดของปัญหา และบอกว่าจะอดทนและพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ต่อไปโดยไม่ย่อท้อ ส่วนอีกห้องไม่พบปัญหา สามารถดูแลเด็กได้เป็นอย่างดี เข้ากับคุณครูพี่เลี้ยงได้ดี งานในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายได้สมบูรณ์ดีและเมื่อได้พูดคุยกับคุณครูหัวหน้าสายชั้นทราบว่าถ้านักศึกษาเรียนจบจะรับเข้าทำงานในโรงเรียน

โรงเรียนที่ 8 เป็นโรงเรียนใหญ่ นักศึกษากลุ่มทดลอง 2 คน และนักศึกษากลุ่ม try out รวมอยู่ด้วย เด็ก ๆ มาอยู่รวมกันภายในโรงอาหารเรียน จำนวนเกือบร้อยคน ทำกิจกรรมร่วมกันบ้าง แยกกันบ้างบางเวลา เนื่องจากอาคารที่เคยเป็นห้องเรียนต้องซ่อมแซม นักศึกษาบอกว่ามีปัญหาเรื่องการจัดการชั้นเรียนเพราะเด็กจำนวนมาก แต่คุณครูพี่เลี้ยงคอยให้การช่วยเหลือ เพื่อน ๆ ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ส่วนงานในหน้าที่ของแต่ละคนก็ยังทำไม่เรียบร้อย

โรงเรียนที่ 9 นักศึกษากลุ่มทดลอง 3 คน เป็นโรงเรียนที่อยู่ใกล้มหาวิทยาลัย นักศึกษาบอกว่าไม่มีปัญหาในการสอน แต่ถ้าเด็ก ๆ วุ่นวายก็จะใช้เพลงหรือเกมนิ้วมือที่ได้รับจากการฝึกอบรมมาใช้กับเด็ก ๆ ส่วนงานวิจัย และงานในหน้าที่ยังไม่ได้นำเนื้การให้เสร็จสมบูรณ์ จะอดทน เพียรพยายามในการทำงานให้เสร็จทันเวลา ผู้วิจัยได้ให้กำลังใจในการฝึกสอนต่อไป

โรงเรียนที่ 10 นักศึกษากลุ่มทดลอง 6 คน และมีนักศึกษากลุ่ม try out รวมอยู่ด้วย โรงเรียนใหญ่จึงมีนักศึกษายู่รวมกันมาก นักศึกษาไม่ได้สอนทุกวันจะสลับ หรือแบ่งการสอนกับครู

พี่เลี้ยง แต่บางคนสอนทุกวัน พบว่านักศึกษาตั้งใจปฏิบัติการสอน และดูแลเด็ก บางคนมีปัญหา เนื่องจากยังไม่คุ้นเคยกับครูพี่เลี้ยงแต่เมื่อได้ปรับตัวไประยะหนึ่งจึงทำให้เกิดความเข้าใจกันมากขึ้น ผู้วิจัยจึงให้กำลังใจด้วยคำพูดและการสัมผัส

โรงเรียนที่ 11 มีนักศึกษากลุ่มทดลอง 5 คน และมีนักศึกษากลุ่ม try out รวมอยู่ด้วย ไม่พบปัญหาด้านการสอน นักศึกษาบอกว่าจะมีการเขียนแผนการสอนโดยแบ่งเป็นระดับชั้นและนำมาปรับใช้ในแต่ละห้อง ส่วนงานในหน้าที่ และงานวิจัยกำลังดำเนินการอยู่ นักศึกษาต้องการพัฒนาตนเองเกี่ยวกับการเล่านิทาน ผู้วิจัยจึงนำมาเตรียมวางแผนเพื่อแนะนำการเล่านิทานตามแนวทางการศึกษาออลดอร์ฟ

โรงเรียนที่ 12 นักศึกษากลุ่มทดลอง 2 คน และมีนักศึกษากลุ่ม try out รวมอยู่ด้วย นักศึกษาควบคุมชั้นเรียนได้ดี คุณครูพี่เลี้ยงเป็นกันเองกับนักศึกษา ทำให้ไม่มีปัญหาเกี่ยวกับการสอน ส่วนงานวิจัยและงานในหน้าที่ที่รับผิดชอบยังไม่เสร็จสมบูรณ์

โรงเรียนที่ 13 นักศึกษากลุ่มตัวอย่าง 3 คน และมีนักศึกษากลุ่ม try out รวมอยู่ด้วย เป็นโรงเรียนอนุบาลเล็ก ๆ เหมือนบ้าน ครูพี่เลี้ยงและผู้บริหารเป็นกันเองกับนักศึกษาทำให้ไม่มีปัญหา นักศึกษาเดินทางได้สะดวก การเขียนแผนการสอน โรงเรียนจะแบ่งกันเขียนตามระดับชั้น และนำมาปรับใช้ในแต่ละห้องเรียน นักศึกษาบอกว่าถ้าอารมณ์ไม่นิ่ง ส่วนใหญ่จะปรับอารมณ์ตนเองให้หนึ่งก่อนจึงจะทำกิจกรรมกับเด็ก

โรงเรียนที่ 14 เป็นโรงเรียนสุดท้ายที่ผู้วิจัยต้องออกไปคนเดียว อีกทั้งเป็นโรงเรียนที่ค่อนข้างจะหายาก จึงไปถึงโรงเรียนช้ากว่าที่กำหนดได้สอบถามนักศึกษาเป็นระยะๆ ของการเดินทาง มีนักศึกษากลุ่มทดลอง 3 คน และมีนักศึกษากลุ่ม try out รวมอยู่ด้วย จากการพูดคุยกับนักศึกษาพบว่า มี 1 ห้อง ที่มีเด็กได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าสมาธิสั้น และเด็กต้องรับประทานยา ผู้วิจัยจึงแนะนำให้สังเกตเด็กอย่างละเอียดเพราะยาอาจมีผลต่อเด็กได้ ส่วนห้องอื่นๆ ไม่มีปัญหาด้านงานที่รับผิดชอบ และงานวิจัยกำลังดำเนินการอยู่ (บันทึกของผู้วิจัยในการนิเทศ)

จากบันทึก และเหตุผลที่กล่าวมาเป็นการยืนยันและสนับสนุนว่าการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมตามรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปฐมวัยที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนี้ มีความเหมาะสมในการนำไปใช้เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปฐมวัยได้เป็นอย่างดี ผู้วิจัยได้นำข้อสังเกตจากบทสะท้อนความคิดความรู้สึกของนักศึกษามาปรับขนาดของกลุ่ม และระยะเวลาที่ใช้ในการฝึกอบรมเพื่อนำไปใช้ขยายผลต่อไป ดังตัวอย่างบทสะท้อนความคิดความรู้สึกดังนี้

“ในช่วงแรกๆ เมื่อได้รู้ว่าต้องมาเข้าอบรมก็มีความรู้สึกว่าจะทำไมต้องมาอบรม แต่พอมาารู้สึกที่ว่าจะต้องมาเข้าอบรมเป็นระยะเวลา 8 วัน ก็ยิ่งทำให้รู้สึกเบื่อหน่ายที่จะต้องมาเข้ารับการอบรม แต่เมื่อถึงวันที่ได้เข้ารับการอบรมในวันแรกความเบื่อหน่ายที่ไม่อยากมาก็หายไปเนื่องจากในการอบรมของทุกๆ วันจะเป็นการจัดกิจกรรมที่ทำให้เราได้มีทักษะและกระบวนการคิดต่างๆ และกิจกรรมแต่ละกิจกรรมล้วนแต่มีประโยชน์ทั้งสิ้น ทั้งตัวเราเองและตัวเด็กที่เราทำการฝึกสอน และสิ่ง

ที่ได้จากการอบรมในครั้งนี้ คือ การที่เราได้ทำกิจกรรมต่างๆ เราสามารถนำมาปรับใช้ใน ชีวิตประจำวันของเราได้ และยังสามารถนำมาประยุกต์ใช้ต่อการเรียนการสอนต่อไปได้ สุดท้ายก็ รู้สึกยินดีในะคะที่ได้เข้ารับการอบรมจากอาจารย์และจะเก็บเกี่ยวความรู้ที่ได้มาทำให้เป็นประโยชน์ มากที่สุดคะ”

“ในระยะเวลาที่ผ่านมา 8 วันนี้ ก็มีทั้งทุกข์และสุข ทุกข์ที่ต้องนั่งอยู่บนพื้น เช็ด เมื่อ ยไปหมด ต้องคอยนั่งดูเวลาว่าเมื่อไหร่จะ 4 โมง สักที ส่วนความสุขที่ได้คือ บางกิจกรรมที่ได้ทำไปนั้น ทำให้รู้สึกสนุกเพลิดเพลินไม่ต้องนั่งดูนาฬิกาคะ สิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรม สามารถนำกิจกรรมที่ เราทำมาทั้ง 8 วันนี้ ไปปรับเปลี่ยนใช้กับเด็กอนุบาลได้คะ ที่สำคัญเป็นการฝึกความอดทนของเรา เมื่อเจอกับอุปสรรคที่จะเข้ามาเราก็จะผ่านไปได้”

“รู้สึกดีใจที่ได้มีส่วนร่วมในการอบรมครั้งนี้ ถึงแม้จะมีความน่าเบื่อบ้างอะไรบ้างนั้นแต่ ความรู้สึกของช่วงเวลา 1-2 วันแรก จากนั้นก็เริ่มมีความสุขและสนุกสนาน ได้ความรู้หลายๆ อย่าง เทคนิคหลายๆ เทคนิค และการแก้ปัญหาของอุปสรรคต่างๆ ซึ่งสิ่งต่างๆ เหล่านั้น เราสามารถ นำไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน และนำไปใช้ในกระบวนการเรียนการสอน ขอขอบคุณอาจารย์ ณ ที่นี้ ที่นำ สิ่งดีๆ มาให้เพราะส่วนใหญ่แล้ว พวกหนูไม่เคยได้รับสิ่งเหล่านี้เลย ได้แต่ศึกษาทฤษฎีและนำไป ปฏิบัติด้วยตนเอง ซึ่งไม่รู้ว่าการฝึกจริงๆ เป็นอย่างไร”

“ครั้งแรกที่รู้ว่าต้องอบรม 8 วัน และต้องอบรมช่วงบ่าย ดิฉันคิดว่าต้องมานั่งฟังแต่คำ บรรยาย ต้องน่าเบื่อแน่ๆ พอได้มาอบรมวันแรกก็ได้ทำกิจกรรมโดยการทำข้อสอบ ดิฉันคิดว่าต้อง เป็นการอบรมแบบวิชาการแน่ๆ เลย แต่พอได้ทำกิจกรรมวันที่สองและเรื่อย ๆ มา ทำให้ดิฉันมี ความสุขกับกิจกรรม รู้สึกว่าได้เรียนรู้กิจกรรมใหม่ๆ มากมาย ที่เราสามารถนำไปใช้ได้จริง กิจกรรม ที่อาจารย์ได้จัดมาให้พวกดิฉันทำ เป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์มาก การเข้าอบรมครั้งนี้ทำให้ดิฉัน ได้รับประสบการณ์มากมาย รวมทั้งทำให้เป็นคนกล้าแสดงออก และฝึกให้เป็นคนที่มีความมั่นใจก่อนทำ กิจกรรม”

“กิจกรรมที่นำมาจัดให้กับนักศึกษาเป็นกิจกรรมที่น่าสนใจ สนุก ทำให้เราสามัคคีกัน ตลอดเวลา มีสื่อประกอบการอบรมทำให้ไม่น่าเบื่อ กิจกรรมแต่ละวันจะสอดแทรกคติ ข้อคิดให้กับ นักศึกษาเสมอ สามารถนำข้อคิดนั้นมาจัดเป็นกิจกรรมให้เห็นเป็นรูปธรรมได้จริง และกิจกรรมต่างๆ สามารถนำมาใช้กับเด็กปฐมวัยได้จริง

ส่วนที่รู้สึกว่าจะเป็นทุกข์ก็คือ การนั่งนานๆ รู้สึกเมื่อย ปวดหลัง เบื่อการรอคอยที่ต้อง รอให้เพื่อนได้แสดงความรู้สึกให้ครบ 40 คน เสียเวลา ถ้าหากให้สลับกันแสดงความรู้สึกกิจกรรม หนึ่งๆ ครั้งละ 5-10 คน เมื่อเปลี่ยนกิจกรรมใหม่ก็ไม่เอาคนเดิมมาแสดงความรู้สึก แต่ทุกกิจกรรม ทุกคนต้องได้พูดน่าจะดีกว่าให้พูดทุกคนในกิจกรรมนั้นทั้งหมด”

“จากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมทั้ง 8 วัน ทำให้ดิฉันมีความสุขมากในการทำกิจกรรม เพราะ เป็นกิจกรรมที่สนุก ได้ข้อคิดต่างๆ มากมาย ทั้งยังสามารถนำไปปรับใช้ในการจัดการเรียนการสอน ให้กับเด็กอนุบาลที่เราสอนได้ เป็นกิจกรรมที่ดีช่วยฝึกให้เรากล้าแสดงออกในการทำกิจกรรมต่างๆ เพราะเราได้ลงมือปฏิบัติจริง เป็นการช่วยฝึกให้เรารู้จักคิด มีสติ และได้แสดงความรู้สึกออกมา และ

อยากให้มีการจัดกิจกรรมแบบนี้ขึ้นอีก แต่ควรจะมีการจัดโดยใช้ระยะเวลาให้น้อยลงนิดหน่อย ประมาณ 1-2 วัน เพราะระยะเวลายาวนานมาก และทำให้เรารู้สึกเบื่อกว่าที่จะมาทำกิจกรรม ทั้งๆ ที่เป็นกิจกรรมที่ดี ส่วนเรื่องเมื่อย หรือเบื่อ มันก็มีบ้าง แต่เราสามารถทนได้ ถ้าได้แลกกับการได้ทำกิจกรรมที่ดีที่จะช่วยพัฒนาคุณภาพของเราให้ดีขึ้น”

“ความสุขที่ได้จากการทำกิจกรรม 8 วัน ที่ผ่านมา ดิฉันรู้สึกว่าการทำกิจกรรมมีความสุขมากกับกิจกรรมแต่ละกิจกรรม ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้สามารถทำให้เรานำไปใช้กับเด็กได้ด้วย และยังได้เห็นความสามัคคีและความร่วมมือของเพื่อนในห้องทุกคนที่มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม ทำให้เราได้เรียนรู้กิจกรรมหลายอย่าง ซึ่งทำให้เราประทับใจมากและสามารถนำกิจกรรมที่ได้จากการอบรมในครั้งนี้ไปใช้ในการจัดกิจกรรมให้กับเด็กได้ ความทุกข์ในการทำกิจกรรม คือ เมื่อย เบื่อ การรอคอยที่ต้องแสดงความคิดเห็น”

“ช่วงแรกๆ ที่รู้ว่าจะต้องมาฝึกอบรมรู้สึกว้าวและน่าเบื่อเพราะคิดว่าจะต้องมานั่งฟังอาจารย์บรรยายแล้วทำให้ง่วงนอน แต่พอได้มาอบรมจริงก็ทำให้รู้สึกชอบเพราะกิจกรรมที่อาจารย์จัดแต่ละกิจกรรมสนุก เป็นกิจกรรมที่ได้ลงมือปฏิบัติจริง และแต่ละกิจกรรมก็สามารถนำไปบูรณาการในการจัดการเรียนการสอนให้แก่เด็กในระดับชั้นปฐมวัยได้ด้วย นอกจากนี้ในการฝึกอบรมในครั้งนี้ทำให้เราเรียนรู้อะไรหลายอย่างที่เกี่ยวกับตัวเราทำให้เรารู้จักตัวเองเพิ่มมากขึ้น แต่ถ้าในการจัดกิจกรรมในครั้งต่อไป ถ้าได้จัดในเวลาช่วงเช้าๆ จะดีมากกว่านี้ค่ะ และสุดท้ายนี้หนูขอขอบคุณอาจารย์เป็นอย่างยิ่งที่ได้นำความรู้และแนวคิดดีๆ ที่เกี่ยวกับการจัดกิจกรรมให้แก่เด็กปฐมวัย หนูจะนำความรู้และประสบการณ์ต่างๆ เหล่านี้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันต่อไปค่ะ”

“ก่อนเข้าร่วมอบรมคิดว่าต้องเป็นการอบรมโดยการนั่งฟังเพียงอย่างเดียว แต่เมื่อเข้าร่วมก็ไม่ใช่อะไรที่คิด มีการให้ทำกิจกรรมหลายอย่างมากมาย กิจกรรมในบางวันก็ไม่ค่อยสนุกเท่าไร รู้สึกอึดอัดและเบื่อบ้างที่ต้องคอยตอบเกี่ยวกับความรู้สึกหลังจากทำกิจกรรม เป็นการฝึกอบรมที่ใช้เวลานานมากถึง 8 วัน ทำให้รู้สึกเหนื่อย เบื่อ แต่ก็ได้รับความรู้มากมายหลายอย่างสามารถนำกิจกรรมทั้งหมดที่ได้ทำไปประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมให้กับเด็กปฐมวัยได้เป็นอย่างดี อาจารย์มีความเป็นกันเอง และมีใบหน้าที่ยิ้มแย้มตลอดเวลาทำให้ขณะเข้าร่วมกิจกรรมไม่เครียด”

“ในการเข้าร่วมกิจกรรมก็อาจจะมึนงงๆ และสุข แต่มันก็เป็นเพียงแค่อารมณ์ชั่ววูบๆ ในช่วงขณะหนึ่ง เช่น ก่อนการทำกิจกรรมเมื่อทราบกำหนดการ อาจมีข้อคำถามเกิดขึ้นภายในใจมากมาย เช่น ให้มาอบรมอะไร ต้องทำอะไรบ้าง ทำไมต้องใช้เวลา 8 วัน ส่วนเรื่องเมื่อย เบื่อ มันก็อาจจะมีเกิดขึ้นมาบ้าง แต่เมื่อเปลี่ยนกิจกรรม เปลี่ยนอิริยาบถทุกๆ ความรู้สึกก็ได้เปลี่ยนไป แต่ทำให้เกิดความรู้สึกที่ดี และมีความสุขสนุกสนาน แต่ถ้ามองให้ลึกๆ ในการทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรมจะมีความหมายดี ๆ แอบซ่อนอยู่ ไม่ว่าจะเป็นข้อคิดจากการทำกิจกรรม แนววิธีการต่างๆ ที่จำเป็นในการจัดกิจกรรมให้กับเด็ก ซึ่งกิจกรรมทั้งหมดสามารถนำไปใช้ในอาชีพครูและการดำเนินชีวิตในการทำงานต่างๆ ได้เป็นอย่างดี”

### อภิปรายผลการประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรม

ผู้วิจัยทำการศึกษาการประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย พบว่า คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 1 หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน (AQ) ของกลุ่มขยายผล 2 หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 1 หลังเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 95.55$ , S.D. = 5.69) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 87.35$ , S.D. = 4.71) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 1 ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านความเชื่ออำนาจในตน และด้านการมองโลกในแง่ดี หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการเปรียบเทียบคะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 2 หลังเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 97.55$ , S.D. = 6.30) สูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง ( $\bar{X} = 90.79$ , S.D. = 6.00) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คะแนนจิตลักษณะของกลุ่มขยายผล 2 ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านความเชื่ออำนาจในตน และด้านการมองโลกในแง่ดี หลังเข้าร่วมการทดลองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยนี้แสดงว่ารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มีประสิทธิภาพในการนำไปใช้เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ทั้งนี้อาจารย์ผู้ใช้ได้สะท้อนความคิดความรู้สึกออกมาว่าในแต่ละขั้นของรูปแบบมีความสำคัญต่อการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนให้กับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย โดยผู้วิจัยได้ขออนุญาตทำการบันทึกเสียงระหว่างการสนทนาและถอดเทปการสะท้อนความคิดความรู้สึกของอาจารย์ผู้ใช้รูปแบบการฝึกอบรมฯ ข้อมูลที่ได้มีดังนี้

จากการถอดเทปการสนทนาเกี่ยวกับการขยายผลการใช้รูปแบบในการฝึกอบรมฯ ของผู้ใช้อหรือวิทยากรคนที่ 1 เป็นเพศหญิง อายุ 28 ปี วุฒิการศึกษาปริญญาตรี กำลังศึกษาต่อระดับปริญญาโท สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ วิชาเอกปฐมวัยศึกษา ณ มหาวิทยาลัยของรัฐแห่งหนึ่ง ประสบการณ์การทำงาน เป็นอาจารย์ผู้สอนระดับปริญญาตรีในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐแห่งหนึ่งเป็นเวลา 3 ปี ตำแหน่งบุคลากรสายวิชาการและเลขานุการสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยมีบุคลิกภาพใจร้อน คล่องแคล่ว พุดน้อย จริงจัง ไม่ค่อยยิ้มแย้ม ขาดความมั่นใจในตนเอง รูปร่างสูง



ผู้วิจัยได้สนทนาโดยตั้งข้อคำถามเกี่ยวกับการใช้รูปแบบการฝึกอบรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นว่า ผู้ใช้หรือวิทยากรคนที่ 1 มีความคิดเห็นต่อรูปแบบการฝึกอบรมนี้อย่างไร มีส่วนใดบ้างที่อ่านแล้วไม่เข้าใจ

ผู้ใช้หรือวิทยากรคนที่ 1 ตอบว่า “ถ้าในรายละเอียดของกิจกรรมไม่มีสคริป และถ้าผู้วิจัยไม่อธิบายก็จะไม่เข้าใจในรายละเอียดของกิจกรรมในบางกิจกรรม อย่างเช่น กิจกรรมการระบายสีน้ำ (เปียกบนเปียก) หรือกิจกรรมที่คนหนูหกเป็นใบพาเพื่อนที่ตามอดข้ามสิ่งกีดขวาง ที่ต้องผูกเชือกเป็นตาข่าย เหมือนในกิจกรรมนี้ไม่ได้ระบุว่าต้องมัดเชือกเป็นแบบตาข่าย ถ้าไม่มีคนคอยช่วย ก็จะไม่รู้เลยว่าต้องมีการมัดเชือก หนูก็เลยเดินไปคิดว่าวิธีการทำนั้นทำอย่างไร เพราะว่าในนี้ไม่ได้เขียนไว้ว่าต้องมัดเชือกให้เหมือนใยแมงมุม ในแบบก็ไม่ได้อธิบายรายละเอียดว่าการวางตะปูจะวางอย่างไร ใส่ตะปูไปบนอะไร คือในแผนการจัดกิจกรรมนั้นไม่ได้ระบุ ส่วนใหญ่จะเป็นกิจกรรมมากกว่า รายละเอียดของกิจกรรมว่าทำแบบไหน เวลาอ่านแผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมก็รู้แต่เพียงว่า นักศึกษาทำ รู้กฎกติกาว่าทำอย่างไร แต่ไม่รู้ว่าการจัดสภาพแวดล้อม ณ ตอนนั้นต้องทำอย่างไร เตรียมอะไร จะให้เนื้อหาสาระอะไรบ้าง แบบไหน” ผู้วิจัยได้ซักถามต่ออีกว่าแล้วพอใช้ไปแล้ว ในส่วนของการจัดกิจกรรมนี้มีความเข้าใจมากขึ้นบ้างหรือไม่ ส่วนใดบ้าง

ผู้ใช้หรือวิทยากรคนที่ 1 ตอบว่า “ก็มีความเข้าใจมากขึ้น รู้ขั้นตอนเกือบทุกขั้นตอน จำได้เกือบทุกขั้นตอน แล้วเหมือนกับว่าทำให้เราพัฒนาตนเอง เหมือนกับที่เราซาบซึ้งกับสิ่งที่เราพูด ตอนแรกๆ อาจจะเกร็ง แต่พอหลังๆ มาเริ่มไม่ค่อยเกร็ง เหมือนกับเป็นธรรมชาติ เพราะว่าเราจะรู้มาถึงตอนนี้ มาถึงขั้นตอนนี้นะก็ไม่กังวลแล้ว”

คำถาม : แล้วถ้าจะให้ผู้ใช้หรือวิทยากรเป็นผู้เตรียมสื่อเพื่อมาจัดอบรมด้วยตนเองโดยศึกษาจากแผนการจัดกิจกรรมจะทำได้หรือไม่

คำตอบ : ถ้าให้เตรียมสื่อเองจากการอ่านแผนกิจกรรมนี้ก็อาจจะจัดได้ แต่ถ้าให้บอกในรายละเอียดว่าต้องทำแบบไหน เช่น สื่อหรืออุปกรณ์ก็จะระบุอยู่แล้ว ส่วนในกิจกรรมน่าจะอธิบายว่าวิทยากรต้องผูกเชือกเป็นใยแมงมุม เพื่อเป็นการสร้างอุปสรรคในการพาเดิน ซึ่งเป็นสิ่งที่จำเป็น ก็อยากให้อธิบายรายละเอียดในส่วนนี้

คำถาม : ยังมีกิจกรรมอื่นอีกหรือไม่ที่ผู้ใช้หรือวิทยากรคิดว่าเป็นปัญหา

คำตอบ : กิจกรรมที่เป็นปัญหาหนูคิดว่าไม่มีนะ

คำถาม : แล้วการระบายสีน้ำบนกระดาษเปียกล่ะ

คำตอบ : การระบายสีน้ำปัญหามันเกิดขึ้นเพราะว่าบางที่วิทยากรยังไม่เข้าใจกับกิจกรรมที่ต้องระบายสี อีกอย่างหนึ่งยังไม่เคยทำแบบนี้ด้วย เลยทำให้นักศึกษาส่วนใหญ่จะจุ่มสีวาดภาพคือเค้าจะเคยทำแบบนี้ เเท่าที่หนูสังเกตมาเค้าจะไม่เคยทำการระบายสีน้ำแบบนี้มันก็เลยทำให้กิจกรรมนี้สับสน คือไม่ได้สับสนเกี่ยวกับกิจกรรมเพราะกิจกรรมนี้ดีนะคะ แต่ว่าสับสนที่ตัวผู้ใช้หรือวิทยากรกับตัวนักศึกษาเอง ทำให้ไม่เข้าใจในการทำกิจกรรม

คำถาม : แล้วถ้าผู้วิจัยจัดการอบรมให้กับผู้ใช้หรือวิทยากรให้รู้ทุกขั้นตอนตั้งแต่แรกโดยที่ไม่ต้องอ่านคู่มือ แต่ให้การอบรมตามคู่มือก่อนจะดีกว่าหรือไม่

คำตอบ : ดีค่ะ เพราะว่าถ้าเราอบรมเราก็มีประสบการณ์ เข้าใจในสิ่งที่ต้องทำว่าจะต้องทำแบบไหน คือหนูคิดว่าผู้วิจัยน่าจะพูดได้ละเอียดไฉนคะ อย่างการสรุปขั้นตอนในการทำกิจกรรมอย่างย่อที่ผู้วิจัยได้เล่าให้ฟังจะเป็นขั้นตอนที่ละเอียดมาก ละเอียดกว่าที่จะอ่านอีกก็คือยิ่งทำให้หนูเข้าใจมากขึ้นแล้วหนูก็ไม่ต้องอ่านเยอะ คือหนูฟังจากการอธิบายขั้นตอน หนูก็จำได้ อย่างเพลงที่ผู้วิจัยร้องให้ฟัง หนูก็จำได้ว่ามันเป็นแบบนี้ ทำนองแบบนี้ ทำท่าแบบนี้ คือจำได้เลย มีคนทำทำให้ดู ร้องเพลงให้ฟัง เหมือนว่าเราได้ดูตัวอย่างแล้วเราก็ทำตาม เหมือนผู้วิจัยเป็นแบบอย่างในหลายๆ เรื่องให้กับหนู อย่างการพูด อย่างประสบการณ์อาจจะน้อย การพูดการจา การให้ความรู้ยังทำได้ไม่เต็มที่ ผู้วิจัยก็สามารถเสริมความรู้ให้หนูหลายเรื่อง เช่น การพูดหรืออะไรแบบนี้

บทสรุป : ดังนั้นเงื่อนไขในการใช้คู่มือการฝึกอบรมฉบับนี้ ผู้นำไปใช้ควรได้รับการฝึกอบรมก่อนเพื่อให้เห็นขั้นตอนในการจัดกิจกรรมก่อนที่จะเป็นวิทยากรหรือเป็นผู้ดำเนินการฝึกอบรม

คำถาม : หลังจากที่ผู้ใช้หรือวิทยากร ได้นำรูปแบบการฝึกอบรมไปใช้แล้วเกิดการเปลี่ยนแปลงกับตัวเองอย่างไรบ้าง

คำตอบ : รู้สึกว่าเข้าใจตัวตนมากขึ้นทำให้เราได้ประโยชน์มาก ทำหนึ่ง ทำให้รู้สึกว่าเราไม่จำเป็นต้องไปคิดมาก คือแต่ก่อนหนูจะเป็นคนเครียดคิดมากในบางเรื่อง เรื่องเล็กๆ น้อยๆ แต่พอมาทำกิจกรรมตรงนี้ พอมาเป็นวิทยากรทำให้เรามีสมาธิ มีสติ ทำให้เราเหมือนมีจุดสำคัญที่อยู่ในกิจกรรมนี้ค่ะ และก็ได้คิดที่ได้จากกิจกรรมนี้ คือทำให้ทราบว่าทำไมหนูต้องไปมองในสิ่งที่ปัญหาทำไมต้องไปคิดว่าสิ่งที่เป็นปัญหานั้นมันร้ายแรง ทุกสิ่งทุกอย่างที่เป็นความเศร้าเหมือนที่ผู้วิจัยบอกมันเป็นความรู้สึก มันเป็นจิตใจของเราที่ปรุงแต่งขึ้นมาเท่านั้น พยายามทำให้มีความสุขที่สุด คิดในทางบวก ก็คือ หนึ่งควบคุมปัญหาได้ รู้ว่าปัญหาเกิดจากอะไร รู้ที่จะรับมือชอบ ถึงแม้ปัญหาจะยืดเยื้อก็อดทนได้ ใช่ค่ะ หนูจะพยายามไม่ท้อ พยายามที่จะรู้ว่าสิ่งที่เค้าทำหรือเข้าใจผิดนี้ หนูจะมองว่าสิ่งที่สะท้อนกลับคืนมาหนูยอมรับได้แล้วหนูก็จะปรับปรุงในสิ่งที่เค้าพูด เราอาจจะใส่อารมณ์ใส่คำก็คือว่าถ้าหนูเหนื่อยก็พยายามควบคุมสติให้ได้ พยายามอย่าใส่อารมณ์ พยายามนิ่งกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอะไรก็แล้วแต่ มันทำให้หนูนิ่งมากขึ้น ทำให้หนูมีสติ คิดใคร่ครวญ

คำถาม : แล้วผู้ใช้หรือวิทยากรคิดว่ารูปแบบการฝึกอบรมนี้ สามารถช่วยให้นักศึกษาเปลี่ยนแปลงได้หรือไม่

คำตอบ : หนูคิดว่าได้ในช่วงเวลานี้ ระยะเวลาสั้นๆ อาจจะยังไม่ลึกซึ้งกับแก่นะคะแต่ว่าบางคนก็ใช้ได้ แต่หนูรู้สึกว่าทุกคนเปลี่ยนแปลง แต่จะให้ทุกคนเปลี่ยนแปลงมากเป็น 100 เปอร์เซ็นต์ ก็คงไม่เท่ากัน แต่บางคนพื้นฐานเค้าดีอยู่แล้ว เค้ามาอบรมก็ทำให้เค้ามองเห็นสิ่งต่างๆ ยิ่งพัฒนาเค้ามากขึ้น แต่สำหรับคนที่แ่ยอยู่แล้วก็ทำให้เค้าดีขึ้นในระดับหนึ่ง เค้าสามารถมองว่าสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตเค้าสามารถจัดการกับปัญหานั้นหนูก็คิดว่าเค้าทำได้ ในขณะที่หนูเป็นวิทยากรหนูดูแล้วมันสะท้อนกลับมาจากความรู้สึกเค้า ไม่เชื่อว่าจะพัฒนา แต่ก็มีการพัฒนา แต่การพัฒนานี้จะมากน้อยไม่เท่ากัน

คำถาม : แล้วผู้ใช้หรือวิทยากรคิดว่าควรนำรูปแบบการฝึกอบรมนี้ไปใช้กับนิสิต/ นักศึกษาในระดับชั้นอื่นๆ ได้หรือไม่

คำตอบ : ได้ค่ะ หนูคิดว่าดีด้วย แต่เราจะปรับการเผชิญปัญหาในการฝึกประสบการณ์ เปลี่ยนเป็นสถานการณ์อื่น เช่น การใช้ชีวิตในการเรียน การแก้ปัญหาอุปสรรคในการเรียนอย่างนี้ค่ะ

คำถาม : ผู้ใช้หรือวิทยากรคิดว่ามีสิ่งใดบ้างที่จะเสริม หรือเพิ่มเติมเกี่ยวกับรูปแบบการฝึกอบรมนี้ อีกบ้าง

คำตอบ : โดยส่วนตัวของผู้ใช้หรือวิทยากรหนูไม่เคยเจอกิจกรรมแบบนี้ค่ะ พอเจอแบบนี้ รู้สึกว่าอึ้ง อึ้งกับตัวเอง อยากให้ทุกคนได้มาลองสัมผัส ลองจัดกิจกรรมแบบนี้ ถ้าหนูจัดกิจกรรมแบบนี้ หนูคิดว่านักศึกษา น่าจะพัฒนา สักนิดหนึ่งก็ยังดี ค่อยๆ เริ่มอาจจะทำจิตใจให้สงบก่อนที่จะเข้าสู่การเรียน คือหนูว่ายิ่งถ้าเอาไปใช้กับเด็กปฐมวัย เด็กเล็กๆ เลย ยิ่งดีมากๆ หนูคิดว่าเค้าคงจะเอาสิ่งต่างๆ ที่เราสอนไปใช้กับเด็กให้ได้ผลมาก เหมือนกับว่าตัวเค้าพัฒนาแล้วเค้าก็เอาไปพัฒนาเด็กที่เค้าจะออกฝึกสอนได้ด้วย อ่านแล้วขนลุกเลยนะคะในบางกิจกรรม อย่างแม่น้ำสีเลือด ทำให้เราสะท้อน จริงๆ แล้วหนูอยากให้อาจารย์มาอบรมให้หนูนะคะ หนูอยากเป็นผู้เข้ารับการอบรมเอง เพราะว่าหนูอยากสะท้อนสิ่งต่างๆ หลายๆ เรื่อง มันเป็นการทำให้เราระบายความรู้สึกในใจ ทำให้เราเผชิญกับสิ่งที่รู้ตัวอยู่เสมอว่าเรากำลังทำอะไร

คำถาม : แล้วจากประสบการณ์ของผู้ใช้หรือวิทยากรเอง เคยได้รับการฝึกอบรมแบบจิตปัญญาศึกษาบ้างหรือไม่

คำตอบ : ไม่เคยอบรม แต่ก็รู้มาบ้าง เมื่อมาจัดกิจกรรมหนูไม่คิดว่ามันจะเหนื่อย มันจะลำบาก หนูสนุก สนุกกับการเป็นวิทยากร ทำให้เราตื่นตัวอยู่เสมอ อีกอย่างหนึ่งก็คือได้ทำบทบาทนั้นพร้อมกับนักศึกษาด้วย บางทีสิ่งที่สะท้อนขึ้นมาหรือพูดขึ้นมา หนูก็มีโอกาสได้พูด ได้ทำให้เค้ารู้สึกว่าขนาดอาจารย์ยังกล้าเล่าให้ฟัง เค้าก็กล้าเล่าให้อาจารย์ฟัง ความรู้สึกแบบนี้หนูคิดว่านักศึกษาเค้าจะไวใจเรามากขึ้น นี่คือความรู้สึกของหนูจริงๆ การจัดกิจกรรมแบบนี้เค้าจะไวใจเรามากขึ้น มองเห็นถึงความรู้สึกที่เราพยายามสอนเค้า เราหวังดีกับเค้า เราต้องการให้เค้าเป็นคนดีจริง ด้วยความตั้งใจจริง เรียกว่าการฟังด้วยหัวใจอย่างลึกซึ้ง LOVE ซึ่งก็คือ คำว่า ลัฟ หรือ ความรัก มีประโยชน์ต่อเค้าด้วย นั่นแหละค่ะ เราได้ให้ความรักเค้าด้วย ใช่ค่ะ นี่คือนี่ที่ดีมาก เพราะว่าหนูดูว่าทุกวันนี้โดยส่วนใหญ่แล้วการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนก็สอนกันไป โดยไม่มีการมาถามไถ่ มาระบายความรู้สึก เหมือนกับว่าเรารับฟังนักศึกษามากขึ้น ใช้ใจสัมผัสกันมากขึ้น ถ้าเราจัดกิจกรรมแบบนี้นักศึกษาเค้าจะไวใจเรา แล้วเวลาที่เค้ามีอะไรเค้าก็จะไม่เดินออกจากตัวเราเค้าจะเข้ามาหาเรา หนูดูแล้วนะคะว่านักศึกษาทุกวันนี้เหมือนเค้าจะถอยห่างไม่ค่อยมีใครอยากจะเข้ามาปรึกษาอาจารย์ในสาขา ไม่มีใครกล้าเข้ามาเพราะว่ากลัว แต่ถ้าเราจัดกิจกรรมแบบนี้หนูว่านักศึกษาเหมือนอยากที่จะเข้ามาเรียนรู้กับอาจารย์มากขึ้น

คำถาม : ผู้ใช้หรือวิทยากรคิดอย่างไรถ้านักศึกษาออกไปปฏิบัติการสอนจริงแล้วต้องเจอเหตุการณ์ หรือสภาพที่เป็นปัญหา เค้าจะมีแนวคิด วิธีการฟันฝ่าอุปสรรคอย่างไร

คำตอบ : หนูคิดว่าเค้าน่าจะทำได้ ถ้าเรามีเวลาในการทำกิจกรรมนี้ร่วมกันโดยที่นักศึกษาได้มีโอกาสในการทำกิจกรรมนี้ซ้ำทุกอาทิตย์ๆ ก็จะได้ ดูจากบริบทของแต่ละคน คือถ้าพื้นฐานแต่ละคนเค้าดีแล้วก็ไม่ต้องซ้ำ เค้าก็ยังดี แต่ว่าบางคนอยู่กับเราอาทิตย์หนึ่งอบรมกับเราอาทิตย์หนึ่งเค้าก็ยังไม่คงทน ก็คือสิ่งที่เค้าเรียนรู้กับเรานั้นยังไม่คงทน ถ้าเค้าได้ไปเจอสิ่งเหล่านั้นมันก็จะกลมกลืนกัน แต่ถ้าเรานำเค้าเข้ามาให้เค้าสะท้อน ให้เค้ามาทำกิจกรรมอะไรแบบนี้หนูคิดว่าเค้าน่าจะทำได้ หนูคิดว่าสิ่งที่เค้าได้รับจะคงทนและถาวรมากขึ้น

หนูอยากจะเรียนรู้ในสิ่งอื่นบ้างเพื่อพัฒนาตนเอง และจัดกิจกรรมอื่นบ้างเพื่อให้นักศึกษาไม่เบื่อ คือหนูพยายามจัดกิจกรรมทุกเทอมไม่ให้ซ้ำกัน หนูจะเปลี่ยนตลอด เปลี่ยนให้นักศึกษาลองดูอย่างเทอมนี้ถ้ามันไม่ work ทำแบบนี้ไม่ work หนูก็จะเปลี่ยนไปอีกแบบหนึ่ง ถ้ามัน work หนูก็ยังคงทำกิจกรรมที่ดีๆ ไว้ บางทีหนูจะมีเกณฑ์ มีคะแนนให้ด้วย มีเกมส์ในการจับสลาก การร้องเพลง แต่ว่าหนูก็จะปรับเปลี่ยนวิธีการ แต่ถ้าได้รูปแบบการฝึกอบรมนี้มาหนูก็จะนำไปใช้ ต้องขอขอบคุณนะค่ะ ที่อาจารย์ให้หนูมาเป็นวิทยากร

ผู้วิจัยก็ต้องขอขอบคุณเหมือนกันที่ผู้ใช้หรือวิทยากรต้องเหนื่อยในการอบรมไปด้วย

จากการถอดเทปบทสนทนาระหว่างผู้วิจัยและผู้ใช้หรือวิทยากรคนที่ 2 เป็นเพศหญิง อายุ 43 ปี วุฒิปริญญาโท สาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยของรัฐแห่งหนึ่ง ประสบการณ์การทำงาน เป็นอาจารย์ผู้สอนระดับปริญญาตรีในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ เป็นเวลา 19 ปี ตำแหน่งหัวหน้าสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี และเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาของนักศึกษากลุ่มขยายผลทั้ง 2 กลุ่ม มีบุคลิกภาพ เป็นคนใจเย็น ยิ้มง่าย พูดเก่ง อารมณ์ดี มีความมั่นใจในตนเอง รูปร่างท้วม

ผู้วิจัยได้สนทนาโดยตั้งข้อคำถามเกี่ยวกับการใช้รูปแบบการฝึกอบรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นว่าผู้ใช้หรือวิทยากรคนที่ 2 มีความคิดเห็นต่อรูปแบบการฝึกอบรมนี้อย่างไร มีส่วนใดบ้างที่อ่านแล้วไม่เข้าใจ

ผู้ใช้หรือวิทยากรคนที่ 2 ตอบว่า “อ่านแล้วเข้าใจเลยสามารถใช้ได้ทั้งการจัดอุปกรณ์ การจัดสภาพแวดล้อม ส่วนด้านการจัดกิจกรรมตรงนี้ไม่แน่ใจเพราะว่า มองว่ายังขาดรายละเอียดในบางส่วน อยากให้มีรูปภาพประกอบ อย่างเช่น การทำกิจกรรมหน่วยที่ 7 ซึ่งเป็นการเผชิญกับอุปสรรค คือ ตาข่ายเชือก แล้วที่พื้นจะมีตะปูโรย ผู้เป็นวิทยากรก็ยังคงคิดไม่ออกว่าจะทำอย่างไร นึกภาพไม่ออก ถ้ามีภาพประกอบจะช่วยให้สามารถจินตนาการได้ว่าจะทำอย่างไร หรือบางทีการแบ่งกลุ่ม เช่น ผู้เข้าร่วมอบรมมีจำนวน 10 คน ควรจะแบ่งกี่กลุ่ม ถึงแม้จะกำหนดไว้ว่า 6-8 คน ก็ยังไม่สามารถที่จะบริหารจัดการได้ สมมติว่านักศึกษาของเรามี 12 คน ก็สามารถแบ่งเป็น 6 คนได้ ถ้ามา 10 คน ก็แบ่งเป็น 5 คน บางทีอยากแบ่งกลุ่มเล็กกว่านี้ เพื่อให้ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้”

ผู้วิจัยได้ซักถามเกี่ยวกับขั้นตอนของรูปแบบว่าสามารถทำได้สิ้นไหลหรือติดขัด ผู้ใช้หรือวิทยากร กล่าวว่า “ขั้นตอนของรูปแบบบางกิจกรรมก็ OK แต่ก็ไม่มั่นใจ” ผู้วิจัยถามต่อว่า “ถ้าเช่นนั้นผู้ใช้หรือวิทยากรเห็นด้วยหรือไม่ว่าก่อนที่จะเป็นวิทยากรในการอบรม ผู้เป็นวิทยากรควร

ผ่านการฝึกอบรมมาก่อนเพื่อเรียนรู้ในเรื่องการจัดสภาพแวดล้อม การเตรียมสื่อ หรือกิจกรรมที่จะนำไปใช้

ผู้ใช้หรือวิทยากร ตอบว่า “เห็นด้วยมากที่สุด เพราะว่าเป็นการทำให้เข้าใจมากยิ่งขึ้น และเข้าใจจุดเน้นของกิจกรรมว่าแต่ละกิจกรรมนั้นมีเป้าหมายอะไร เช่น กิจกรรมการระบายสีน้ำแบบเปียกบนเปียก ผู้ใช้หรือวิทยากรมีความรู้สึกว่านักศึกษาควรที่จะสนใจเรื่องวัสดุอุปกรณ์ว่ามีอะไรบ้าง มีการจัดเตรียมอย่างไร แต่วันที่นักศึกษาสะท้อนจะไม่ได้พูดถึงจุดนี้เลย นักศึกษาพูดถึงการร้องเพลงประกอบการระบายสี จนกระทั่งสุดท้ายผู้ใช้หรือวิทยากรต้องพูดขึ้นว่ายังมีอีกจุดหนึ่งสำหรับกิจกรรมนี้คือการเตรียมอุปกรณ์ การใช้อุปกรณ์ในการระบายสีน้ำ บางครั้งเราอ่านจุดประสงค์ก็เป็นนามธรรม แม้แต่วิทยากรเองก็ยังไม่ค่อยเข้าใจเท่าไร และคิดว่าจะเข้าใจเหมือนกับผู้วิจัยหรือไม่”

ผู้วิจัยซักถามว่า “ด้านการจัดสภาพแวดล้อมกับการเตรียมสื่อ ผู้ใช้หรือวิทยากรคิดว่าจะสามารถจัดเตรียมสิ่งต่างๆ เองได้ทั้งหมดหรือไม่”

ผู้ใช้หรือวิทยากรตอบว่า “ไม่มั่นใจเพราะว่า บริบทของผู้วิจัยกับของบุคคลอื่นที่จะนำรูปแบบไปใช้ ความเข้าใจอาจไม่ตรงกัน อย่างเช่นเรื่องของ การใช้สีน้ำ บางครั้งก็เป็นหลักการอนุบาล เช่น การใช้ขวดแก้ว การใช้ฟู่กัน กระดาษ 100 ปอนด์ แต่บางทีในบริบทของที่นี่ สิ่งเหล่านี้ อาจจะมีราคาแพง เช่น กระดาษ 100 ปอนด์ ซึ่งจะถูกละเลยไป ถ้าสมมติว่าให้จัดเองก็จะใช้แต่กระดาษถ่ายเอกสารซึ่งใช้กันเป็นประจำ ถ้าในคุ่มมือบอกไว้ว่าควรจะใช้อะไร ควรมีคำอธิบายสั้นๆ ไว้ว่าเพราะอะไรก็จะดีมาก เพราะว่าวัสดุบางอย่างเป็นวัสดุที่มีราคาแพง ไม่สามารถใช้ฟู่มเพื่อใช้ได้ เวลาสอนนักศึกษาอาจจะไม่ใช่”

คำถาม : แล้วจากการที่ผู้ใช้รูปแบบเป็นวิทยากรเองบางกิจกรรมก็ได้ร่วมทำกับนักศึกษาด้วย คิดว่ามีการเปลี่ยนแปลง มีการพัฒนา หรือได้รับองค์ความรู้อะไรบ้าง

คำตอบ : ได้กับตัวเองมากนะคะ ในเรื่องของการฟัง ปกติตัวผู้ใช้หรือวิทยากรเองเวลาสอนนักศึกษาจะชอบพูด ถามว่าฟังนักศึกษาใหม่ก็ฟัง แต่ชอบที่จะพูดขัดจังหวะ ถ้ามีข้อสงสัยก็จะซักทันที งานนี้ผู้วิจัย เน้นย้ำว่าให้ฟังอย่างลึกซึ้งซึ่งเราจะไม่ตอบโต้ ไม่ซักถาม วันแรกก็อึดอัด อึดอัดมากคืออยากพูด รู้ว่าตนเองไม่อดทนแต่เมื่อเข้าใจถึงจุดประสงค์ของผู้วิจัย ก็เหมือนกับว่าต้องคุมตัวเองด้วย อึดอัดมาก เหนื่อยมาก แต่มาถึงวันที่ 2 วันที่ 3 มันเป็นเรื่องที่มันหายเหนื่อย มีความสุขสามารถใช้ตรงนี้ในการดำเนินชีวิต ในการทำงาน ผู้ใช้หรือวิทยากรเองก็ได้สะท้อนให้นักศึกษาฟังว่าตนเองชอบพูดอย่างเดียว คือฟังน้อย การฟังอย่างใคร่ครวญ ทำให้เราเข้าใจแล้ว ที่ได้รับคือ ลูกศิษย์เค้าจะมีความสุขที่จะได้เล่าเพราะสมัยก่อนได้พูดอย่างเดียวไม่มีใครฟัง บางคนก็จะพูด บางคนไม่กล้าพูด พูดแล้วจับประเด็นไม่ได้ แต่เมื่อการฝึกอบรม 4 วันผ่านไปพัฒนาการทางการพูดเค้าดีมาก เค้าสามารถจัดระบบความคิดได้ว่าจะพูดอะไร แล้วเป็นการพูดที่ไม่ได้สักแต่พูด การพูดนั้นเป็นคำพูดที่ออกมาจากใจ คนตั้งใจฟังเค้ามาก

คำถาม : แล้วผู้ใช้หรือวิทยากรคิดว่าการฝึกอบรมครั้งนี้ตัวนักศึกษาเองมีการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง

คำตอบ : การเปลี่ยนแปลงนั้นเห็นได้จากการสรุปวันสุดท้าย “ครูสอนเธอมา 4 ปี แต่ครูมาอบรม 4 วัน ไม่น่าเชื่อว่ากิจกรรมการฝึกอบรมนี้จะทำให้นักศึกษามีทักษะในการฟัง ฟังเพื่อนเป็น มีมารยาทในการฟังที่ดี เป็นผู้ฟังที่ดี” นอกเหนือจากการฟังแล้ว การพูดเค้ารู้สึกว่เค้ามีความสุขที่ได้พูด พูดแล้วมีคนฟัง การจับประเด็น สารที่พูด มันทำให้เค้าเกิดกระบวนการคิดการทำกิจกรรมช่วยให้เค้าสามารถสร้าง concept สามารถเชื่อมโยง ต้องการให้เค้าอภิปรายประเด็นไหนเค้าก็สามารถเข้าถึงประเด็น จากครั้งแรกเด็กบางคนเค้ามีทักษะที่ดีอยู่แล้ว เค้าก็ดีขึ้น แต่เด็กบางคนที่ไม่กล้าพูด ไม่มีโอกาสที่พูด เค้าสะท้อนมาแล้วเราเห็น เค้ากล้าพูด พูดด้วยความมั่นใจ แล้วเค้าก็พูดออกมาเองว่าเค้าพูดแล้วไม่มีคนฟัง แต่ครั้งนี้เค้ามั่นใจเค้ามีความสุข วันแรกเค้ารู้สึกว่เค้าทุกข์มากที่เค้าต้องมาอบรม 4 วัน ปกติเราจะอบรม 3 วัน เค้าคิดว่าเป็นเรื่องน่าเบื่อ เรื่องเครียดที่ต้องมานั่งฟัง 4 วัน แต่เมื่อมาอบรมแต่ละวันแล้วเวลามันผ่านไปเร็วมาก เป็นกิจกรรมที่เค้าได้เรียนรู้ ได้ฝึกฝนอุปสรรคสามารถที่จะนำไปใช้ และที่สำคัญที่เราเห็น คือ เราจะคัดเลือกกลุ่มเด็กที่ไม่สนิทกันคือแบ่งตามเลขที่ แต่อาจมีบางคนสนิทกันและได้อยู่ด้วยกัน แต่บางคนไม่สนิทกันได้อยู่ด้วยกัน ตรงนี้ 4 ปี เราก็ดสงสัยว่ักศึกษาห้องนี้ไม่เคยคุยกันเลยหรือ เค้าไม่รู้จักกัน เค้าไม่คุยกัน เค้าก็เกิดคำถามในใจว่ตัวเองเป็นหัวหน้าสาขาและเพิ่งรับตำแหน่งได้ 1 ปีเอง ต้องจัดกิจกรรมเพื่อสร้างความสัมพันธ์ เมื่อเทอมที่แล้วก็เพิ่งจัดสัมมนาก็ได้คำตอบประมาณนี้ ดังนั้น กิจกรรมของสาขาก็ช่วยสาขามากเลย เราจะต้องหุ่เมแล้วว่ักเรื่องของการแล้วทักษะของชีวิตการเจอปัญหาเหล่านี้ก็เป็นประเด็นสำคัญเป็นสิ่งสำคัญ เราจะต้องจัดอบรมให้กับักศึกษาของเราทั้งสาขา เรายังมองว่ต้องคุยกับผู้วิจัยแล้วว่จะขออนุญาตนำกิจกรรมนี้ไปจัดเป็นกิจกรรมการสอนในบางวิชาก่อนที่จะเรียนเนื้อหา เค้าก็ดูว่ตรงไหนมันพอจะเข้ากับวิชาเราได้ใน 7-8 กิจกรรมนี้ หรือไม่ก็เป็นเกมส์เป็นอะไร เราจะสร้างข้อตกลงเป็นเพลงหรือเป็นอะไรในการใช้สื่อนั้นเอาไปใช้เพื่อให้เด็กของเราที่เค้ามีปัญหาที่เค้าไม่เคยคุยกันหรืออะไร ในห้องเดียวกันหรือระหว่างห้อง ระหว่างรุ่น ที่ตอนนี่คิดว่จะทำวนเลยคือักศึกษาปี 4 ที่จะขึ้นปี 5 เรามีักศึกษาทั้งหมด 3 หมู่เรียน จะคัดเลือกมาแค่ 1 หมู่เรียน ถ้าผู้วิจัยไม่ขัดข้องจะขออนุญาตจัดให้ักศึกษาที่จะออกฝึกสอนให้เค้าได้มาอบรมตรงนี้ เรายังมองว่มันช่วยสร้างตัวของเค้าให้เค้ามองว่เค้าไม่เห็นแก่ตัว รู้จักฟังคนอื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ไม่ใช่ได้แต่บอกเพราะบอกแบบเรามันไม่ได้ผล แต่นี่เป็นการให้เค้าได้ฝึกฝนได้ทำกิจกรรมร่วมกัน แล้วมันก็ประจักษ์ว่มันทำได้ ซึ่งตัวเองครั้งแรกนี้มีความรู้สึกด้านมาก ๆ กิจกรรมอะไรอบรมแค่ 4 วัน จะได้อะไร เพราะว่าเราเป็น teacher center สูงเหมือนกัน ด้านมาก ๆ ๆ ๆ คิดว่ 4 วันจะได้อะไร ทำไป ๆ เรายังมองว่มันได้ เค้าก็ไปประชุมกับคณะกรรมการทำงาน คณบดี เค้าก็จะเอางานชิ้นนี้ที่เราภูมิใจว่ักศึกษาเรามีการเปลี่ยนแปลงไปคุยให้คณะอาจารย์ฟัง ให้คณบดีฟัง ให้อาจารย์สาขาต่าง ๆ ฟัง เพราะว่าพอดีที่สาขาก็จะทำวิจัยเกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษาด้วย เราเป็นศูนย์กลาง แต่เราก็ไม่รู้ว่สาขาอื่นเค้าทำกันจริงจิงขนาดไหน ของเราก็รับรู้มาบ้างนิดหน่อย แต่พอเราได้ทำจิง ๆ เค้าก็พอจะมองได้ใช้ได้ในระดับหนึ่งแล้วว่เกิดผลดีจะเอาเยอะกว่านี้ไม่ได้

คำถาม : แล้วผู้ใช้หรือวิทยากรมีความคิดเห็นอย่างไร ถ่าักศึกษาที่จะต้องออกไปปฏิบัติการสอนในเทอมหน้า เค้ายังจะฝึกฝนอุปสรรคที่จะเกิดขึ้นในชีวิตช่วงปฏิบัติการสอนได้หรือไม่

คำตอบ : ไม่มั่นใจ มองว่าช่วงที่เราอบรม 4 วัน เค้าก็ยังคงฟันฝ่าอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น ทุกอย่างต้องซ้ำ ตัวเองไม่แน่ใจ แต่บางคนพื้นฐานเค้าดีอยู่แล้วก็มีสติ มีสมาธิในการที่จะทำ เรามองว่าแล้วแต่ตัวนักศึกษาเอง นักศึกษาที่เค้าดีอยู่แล้ว เค้าก็อาจจะได้ตรงนี้เข้าไปเสริมให้มีความคิดที่รอบคอบ แต่นักศึกษาบางคนที่ต้นทุนเค้าต่ำเรื่องทักษะในการเผชิญปัญหา ตัวผู้ใช้หรือวิทยากรเองมองว่าไม่แน่ใจ น่าจะต้องมีการติดตามผลแล้วก็จะให้คำตอบตรงนี้ได้

คำถาม : ถ้าคิดว่าการทำซ้ำอยู่บ่อยๆ ทำเป็นจังหวะสม่ำเสมอ จะทำให้เค้าดีขึ้นหรือไม่

คำตอบ : ก็อาจจะดีขึ้น คือตอนนี้นักศึกษาหรือวิทยากรเองมองว่านักศึกษาแต่ละคนนี่เค้ามีต้นทุนไม่เหมือนกัน บางคนครอบครัวฟุ่มเฟือยมากดี กิจกรรมบางกิจกรรมอาจจะช่วยเสริมให้เค้าดีขึ้นแล้วแต่การแบ่งคนออกเป็นกลุ่มๆ บางกลุ่มผลอาจจะขึ้นสูงเลย แต่บางกลุ่มก็อาจจะไม่เป็นผลก็ได้ จากที่สังเกตนะคะ กิจกรรมแรกบางคนก็ in บางคนก็หายไปเลย บางคนมาวันที่ 1, 2, 3 วันที่ 4 หายไปไม่มา เป็นแบบนี้ เรายังคิดว่าเราไม่มั่นใจ แต่ถามว่ากิจกรรมนี้ดีไหม ดีมาก

คำถาม : ผู้ใช้หรือวิทยากรมีอะไรที่อยากจะเสริมในคู่มือการฝึกอบรมนี้บ้าง หรือต้องมีเงื่อนไขอะไรบ้าง

คำตอบ : ข้อความที่เป็นตัวอักษร เราอ่านมันเป็นปรนัย ทุกคนไม่แน่ใจว่าจะเข้าใจตรงกันหรือไม่ ตัวผู้ใช้หรือวิทยากรเองมองว่าผู้ที่จะนำงานชิ้นนี้ไปใช้จะต้องผ่านการอบรมจากเจ้าของงานวิจัย ถึงแม้ว่าคุณจะหยิบไปคุณก็ไม่ได้เข้าใจถึงแก่นของงาน คือความรู้ความเข้าใจของคนอ่านกับผู้วิจัยอย่างไรก็ไม่เหมือนกัน อย่างไรก็ตามก็คิดคนละแบบ อาจจะโชคดีที่คิดเหมือนกันแต่มันก็จะบังเอิญ ความเข้าใจแตกต่างกันได้ เหมือนกับตัวผู้ใช้หรือวิทยากรเองอ่านบางทีก็มีบางอย่างที่เข้าใจไม่ตรงกันก็มีบ้าง

คำถาม : ถ้าจะให้ผู้ใช้หรือวิทยากรจัดเตรียมสื่ออุปกรณ์เองทุกอย่างทำได้หรือไม่ เพราะผู้ใช้หรือวิทยากรเองเคยผ่านกระบวนการฝึกอบรมแบบจิตตปัญญาศึกษามาบ้างแล้ว

คำตอบ : ในส่วนของตัวผู้ใช้หรือวิทยากรเอง ในการที่มีสคริปนี้เป็นสิ่งที่ดี ทำให้เราเข้าใจงานวิจัยมากยิ่งขึ้น แต่ถ้าสมมติว่าผู้นำงานวิจัยไปใช้เคยอบรมจิตตปัญญาศึกษามาเค้าก็จะสามารถดูตรงนี้ได้แล้วก็อาจจะปรับบางส่วนแต่ไม่ให้เพียงงานวิจัยได้ วิธีการ คำพูด เค้าอาจจะไม่พูดตามก็ได้ แต่เป็นไปในประเด็นเดียวกัน แต่สำหรับคนที่ไม่เคยอบรม หรืออบรมโดยผิวเผินก็อาจจะไม่รู้ถึงแก่นของงาน การมีสคริปตรงนี้ก็ช่วยเค้าได้มากและก็จะดี

คำถาม : ผู้ใช้หรือวิทยากรคิดอย่างไรกับบุคลิกภาพของคนที่จะมาเป็นวิทยากร

คำตอบ : ตัวเองมองว่าเป็นสิ่งที่จำเป็น อันดับแรกเลยก็คือความสนใจ อันดับที่สองอารมณ์ของวิทยากร อย่างตัวเองมองว่าควรเป็นคนที่ใจเย็น หนึ่ง สงบ มองโลกในแง่ดี ตัวผู้ใช้หรือวิทยากรเองมาทำตรงนี้ให้หนึ่งๆ ฟังนะ แต่บางทีเราก็อาจจะพูด แต่ก็อารมณ์เหมือนกันที่ด้านๆ ตรงนี้บุคลิกของวิทยากร อารมณ์ การควบคุมอารมณ์ ความมีเมตตา วิทยากรน่าจะเป็นคนที่ไม่อารมณ์ร้อน ไม่เป็นคนขี้หงุดหงิด ไม่เป็นคนมองโลกในแง่ร้าย ถ้ามันจะให้ได้ผลดีวิทยากรก็ควรจะมีอารมณ์แบบนี้ พื้นอารมณ์เย็น สงบ หนึ่งจริงๆ แล้ว ด้วยบรรยากาศ ด้วยกิจกรรมแล้ว ตัวผู้ใช้หรือวิทยากรเองเป็นคนชอบมีอารมณ์ขัน ชอบแหย่ ชอบแซวนักศึกษา แต่งานตรงนี้นั้นก็ทำให้เราต้อง

ฝึกตัวเอง ให้เรามีความอดทน ห้ามแห่ บางทีลูกศิษย์เล่นเกมส์เปิดตลาดกัน ขาย ใช้เงินกัน ก็มีลูกศิษย์คนหนึ่งขายลอตเตอรี่ ขายผ้าป่าร้อยเอ็ด เราก็มองว่ามันตลก เราก็อยากจะกลับเอามาแซวเค้า แต่เราก็บอกว่าไม่ได้ บรรยากาศมันเจียบสงบ เราก็ไม่ทำเสียงดัง แล้วอีกอย่างคือการสวมใส่เสื้อผ้า ปกติผู้ใช้หรือวิทยากรเป็นคนชอบใส่เสื้อผ้าสีฉูดฉาด คือด้วยตัวเราเองมีรูปร่างท้วม ถ้าใส่สีอ่อนก็ดูรูปร่างอวบ เราก็เลยใช้สีฉูดฉาดที่เราชอบมันทำให้เราดูมั่นใจ แต่จนถึงวันที่ 4 เราตั้งใจจะใส่เสื้อสีบานเย็น มาหนึ่งนึกถึงบรรยากาศแบบนี้มันร้อน เราอยู่ตรงกลางแล้วลูกศิษย์มองเรามาความรู้สึกมันไม่ใช่ วันนั้นเราเลยขอเลือกเสื้อสีอ่อนๆ มีความรู้สึกว่ามันต้องเข้ากันไปหมดเลย แล้วตอนจัดดอกไม้จัดใจ งานชิ้นนี้ก็เหมือนจัดใจเราแต่เหมือนที่เราบอกว่าต้องมีระยะ เราไม่แน่ใจเมื่อเค้าออกไปอยู่ในสังคมที่สับสนวุ่นวาย เหมือนอย่างที่บอกถ้าคนที่มีความรู้พื้นฐานดีแล้วความคงทนเค้าก็จะอยู่ แต่คนที่พื้นฐานไม่ดี ก็พร้อมที่จะจางหายไป คนที่มีภูมิคุ้มกันไม่ดี คนที่มีอะไรไม่ดีแค่นี้มันไม่เอาได้ แต่จะช่วยเหมือนกับกระตุ้นให้เค้าย้อนคิดทบทวน แต่คงต้องเป็นเวลาที่เค้าทุกข์จริงๆ เค้าอาจจะมองได้ คือผลจากกิจกรรมนักศึกษาสามารถคิดคำที่มันเป็นคำคมขึ้นมาได้แต่ไม่ทุกคนนะ แต่ว่าโดยกลุ่มแล้วจะช่วยได้ แต่บางปัญหาปกติเราจะเป็นประเภทรู้มากเราก็บอกเค้าว่าต้องทำแบบนี้แบบนี้ แต่มีอยู่ครั้งหนึ่งลูกศิษย์เค้าสะท้อนเรื่องความผิดที่กำกับเด็ก เค้าสะท้อนว่าเค้ารู้สึกผิดมากที่เค้าทิ้งเด็กโดยครูประจำชั้นฝากเด็กไว้กับเค้าแล้วครูห้องข้างๆ บอกว่าไม่ต้องสนใจหรอกให้กลับบ้านได้แล้ว ปล่อยเด็กเอาไว้ที่นี้แหละเหมือนครูเค้าจะดูให้ แต่ครูเค้าก็กลับบ้าน แล้วนักศึกษาก็ไม่สบายใจ ในใจของผู้ใช้หรือวิทยากรเองก็คิดว่าไม่ใช่ซิคุณเป็นครู ถ้าทุกอย่างที่ทำเป็นสิ่งที่ถูกที่ควรคุณต้องมีจุดยืน ก็เลยถามสมาชิกในห้องทุกคน มี 2 คน ที่บอกว่าจะแอบดูจนเด็กกลับโดยมีผู้ปกครองมารับ แล้วก็มียู่ 3 คน ที่บอกว่าจะขอเฝ้าเด็กคนนั้นเอง เรามองว่านี่เค้ามีจุดยืน นี่คือนี่ที่เราจะอภิปราย แต่เราไม่พูด แต่จะให้เค้าอธิบายเหตุผล แล้วก็มีย่อทั้งห้อง ประมาณ 8 คน บอกว่าต้องกลับเพราะว่า จะต้องอยู่กับครูคนนี้อีกภาคเรียนหนึ่ง อย่างนี้เราก็มองว่าเค้าสั่งให้เธอทำผิดเธอก็ทำผิดซิ ทำไมเธอไม่สามารถที่จะอธิบายเหตุผล เราก็ไม่อธิบายให้เค้าอธิบายเหตุผลกันเอง เราเพียงใช้คำถามชี้แนะ มันได้ผลคนที่บอกว่าจะกลับบ้านเปลี่ยนใจ (ตอนอภิปรายกันเสร็จ) ก็เลยถามว่าทำไมเปลี่ยนละ นักศึกษาตอบว่าได้คิดทบทวนให้รอบคอบด้วยเหตุผล เราก็คิดว่าใช้อย่างนี้เลย ทำให้นักศึกษามองว่าการอภิปราย ได้ใคร่ครวญ ช่วยกันคิด ทุกคนมีสิทธิ์คิด แต่เราต้องเลือกให้เหมาะสมที่สุด แล้วเลยบอกเค้าว่าหนูเลือกที่จะกลับหนูมีความสุขใหม่ ขนาดนักศึกษาบอกว่าไม่มีความสุข แต่ก็มีย่อตั้ง 8 คน ที่บอกว่าจะกลับ แต่เมื่อมาอภิปรายเค้าก็เปลี่ยนเพราะได้ใคร่ครวญเหตุผลได้คิด มันก็เป็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างอย่าเพิ่งด่วนตัดสินใจ เราต้องคิดใคร่ครวญให้รอบคอบด้วยเหตุผล เราต้องมีจุดยืน ตรงนี้เราก็มองว่านักศึกษาเค้าไม่เข้าใจคำว่าอภิปราย 4 ปีที่เค้าเรียนในห้องเค้ามีแต่ใช้อารมณ์ คือนักศึกษาห้องนี้เค้าจะมีการแบ่งกันเป็นกลุ่มๆ เค้าพูดกันแรงพอสมควร เพราะตัวผู้ใช้หรือวิทยากรเองเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาที่พอจะรู้ ก็พยายามจะหลอมรวมจิตใจเค้า แต่ก็ได้ผลนะงานกลุ่มในภาคเรียนที่ผ่านมา เค้าจัดสัมมนา เป็นกิจกรรมที่ทำให้เค้ารักกันมาส่วนหนึ่ง แต่มันก็เป็นงานที่ทำร่วมกัน เค้ามองว่าเค้าก็รู้สึกว่าเป็นเจ้าของงานแต่ว่ามันยังไม่เข้าถึงใจ แต่เมื่อมาเข้าอบรมในงานวิจัยนี้ ได้ฝึกอบรมตรงนี้ มันถึงใจมันจริงใจ มันไว้วางใจ แล้วคนที่ไม่เคยที่จะรู้จักกันเลย 4 ปี ก็รู้จักกันแล้วก็



จะไปฝึกสอนโรงเรียนเดียวกัน มีอยู่ 2 คนนะ ที่เค้าจะไปปฏิบัติการสอนที่อำเภอลำปลายมาศ ซึ่งมีโรงเรียนที่มีวิธีการปฏิบัติของเค้า คือจริง ๆ เรายังคิดนักศึกษาเนะ คนที่เราดูแล้วคนที่เราสอนเค้ามา ทั้ง 3 หมู่เรียน ที่น่าจะไปอยู่ได้แต่เค้าก็ไม่สมัครใจไป ไม่ไปก็ไม่เป็นไร มีเด็ก 2 คนที่สมัครใจไป แต่เราดูแล้วเราไม่แน่ใจ แต่เมื่อนักศึกษาเข้ามาอบรมในครั้งนี้นะเรามองว่าเค้าอยู่ได้ เพราะเค้าได้ฝึกใจ เค้าได้ผ่านกระบวนการจากกิจกรรมเหล่านี้ ทำให้เรามั่นใจ

บทสรุป เพราะฉะนั้นกระบวนการฟังอย่างลึกซึ้ง การมองโลกในแง่ดี การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ ที่ให้เค้าได้ลงมือกระทำ แล้วก็การเสริมพลัง เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้นักศึกษาได้พัฒนา เพราะว่าต้องมีการควบคุมตนเอง รู้ว่าจะแก้ปัญหาอย่างไร มีส่วนใดที่ต้องรับผิดชอบ และรู้ว่าถ้าปัญหานั้นยืดเยื้อก็สามารถที่จะทนต่ออุปสรรคนั้นได้

ผู้ใช้หรือวิทยากร “ขอเพิ่มเติมนิดหนึ่ง ตนเองจะเป็นคนที่ไม่ชอบรออะไรนานมาก ๆ ตอบช้า ทำไม่ไม่ตอบ ถ้าเป็นตอนที่อยู่ในห้องเรียนนะ ถ้านักศึกษาไม่ตอบเดี๋ยวครูตอบเองก็ได้ จะเป็นประมาณนั้น แต่ครั้งนี้ด้วยเงื่อนไขของผู้วิจัยจะต้องรับอย่างสมัครใจและจะต้องทำตามเงื่อนไขให้ได้มากที่สุด ก็จะฟัง มีการกวาดสายตามอง จากวันแรกด้วยการที่เราติดนิสัยนะ เอ้า! ครูขอให้แสดงความคิดเห็น เราก็เริ่มจากเข้มนาฬิกา รอบต่อไปอะไรนะเข้มนาฬิกา ตามเข้ม เมื่อเป็นวิทยากร จบกิจกรรมหนึ่งผู้ใช้หรือวิทยากรก็มาคิด มันไม่ใช่ซิ ตอนแรกเรามีความรู้สึกว่า เราไม่ต้องทำตามก็ได้เรากำหนดตั้งแต่เริ่มที่เราอภิปรายงานกัน คู่กันเสร็จ ผ่านไปประมาณสัก 2 ครั้ง ตอนนั้นเราไม่ต้องถามเลย นักศึกษาเค้าอาสาสมัครเอง แล้วก็เสียงระฆังที่เป็นสัญญาณว่าเริ่มได้แล้ว เค้าก็จะรู้ลำดับการพูดเค้าก็จะรู้ว่าใครก่อนก็ได้ แต่จะสังเกตดู คนที่ความคิดดี เค้าอยากพูดเป็นคนสุดท้าย เค้าคิดเองนะ เค้าอยากจะทำเต็มที่ เค้าอยากจะได้คำพูดคม ๆ ให้เพื่อนได้ไปจุกคิด ซึ่งความคิดที่ออกมาจะมีอยู่ 2 กลุ่ม กลุ่ม 1 ก็พูดเพียงแค่ว่ากิจกรรมนี้เป็นแบบนี้พูดได้เลยจากใจ แต่อีกกลุ่มหนึ่งจะไม่พูดถึงกิจกรรมจะสรุปออกมาเป็นแก่นความคิดเลยก็จะเป็นครั้ง ๆ แต่เมื่อถึงวันสุดท้ายรู้สึกว่าคุณคนจะได้อะไรกับเค้า เค้าก็จะยินดีที่จะปฏิบัติตาม”

คำถาม : เพราะฉะนั้นการพัฒนาทั้งจิตใจแล้วก็สมองก็ต้องไปด้วยกัน ลูกศิษย์จะมีความไว้วางใจในตัวผู้ใช้หรือวิทยากรซึ่งเป็นอาจารย์มากขึ้นหรือไม่

คำตอบ : โดยปกตินักศึกษาจะรักเราอยู่แล้วเพราะเราเป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ถึงจะไม่ 100 เปอร์เซ็นต์ แต่จากครั้งนี้เราคิดว่าเราเข้าไปนั่งในใจเค้า คิดว่าถ้าเค้ามีปัญหาเค้าต้องคิดถึงเรา อาจจะเป็นคนแรกหรือคนที่สองรองจากพ่อแม่เค้าอันนี้คือความรู้สึกของเรา เราเชื่อมั่นอย่างนั้น เพราะเค้าก็บอกว่าอาจารย์ยิ้มให้ทุกวัน อาจารย์ใจดี เอ๊ะ! ฉันทก็เป็นของฉันทแบบนี้ แล้วทำไมลูกศิษย์มองใจฉันทไม่ได้หรือ เพราะว่าโดยส่วนตัวถ้านักศึกษาทำงานไม่ดีจะถูกแก้ บางคนถูกแก้ 5 ครั้ง ซึ่งถือว่านักศึกษาไม่พอใจไม่เป็นไร เพราะถือว่างานทุกชิ้นต้องออกมาเนียบแต่ก็ได้ผลนะ ตัวผู้ใช้หรือวิทยากรเองจะฝึกนักศึกษาว่าตอนทำงานมา เขียนงานส่งการขีดเส้นความเรียบร้อยของงานต้องดี แล้วลูกศิษย์กลุ่มนี้เป็นที่ปรึกษาเค้าขีดเส้นได้ประมาณ 95 เปอร์เซ็นต์ เรายังมองว่านี่แหละเพราะเราอาจจะเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาของเค้าด้วยเข้าไปนั่งในใจเค้าหรือเปล่า เมื่อเราคิดที่จะเป็นต้นแบบอะไรให้กับเค้า เค้าก็จะยินดีที่จะปฏิบัติตาม

คำถาม : ผู้ใช้หรือวิทยากรมีอะไรที่ต้องการเสริมให้กับรูปแบบการฝึกอบรมนี้อีกบ้าง

คำตอบ : มองว่าเป็นงานที่ดีมาก ถ้าเป็นเล่มเฉยๆ แล้วก็ให้คนสนใจเอาไปศึกษาไปอ่าน นำเสียดายงานวิจัยนี้ อยากให้ผู้วิจัยจัดอบรม โดยจัดอบรมแล้วก็ประชาสัมพันธ์ จากกลุ่มเครือข่ายของผู้วิจัยก่อน คือ เราไม่แน่ใจว่าด้วยการเป็นอาจารย์ราชภัฏฯ คำก็จะงานเยอะมาก บางทีเรื่องเหล่านี้คำก็ไม่ให้ความสำคัญหรือคำอาจจะให้ความสำคัญก็ได้ เราอยากเชิญชวน แต่ขอด้วยความสมัครใจแล้วก็มาอบรม ก็จะเกิดประโยชน์ ไม่อยากให้งานวิจัยขึ้นหิ้งเพียงอย่างเดียว ถ้าผู้วิจัยอนุญาตก็พร้อมใช้ตั้งแต่ภาคเรียนหน้าเลย เพราะว่าจะเอาเข้าสูการเรียนภาคเรียนนี้ โดยจะนำไปใช้สอนในวิชาการศึกษาและการมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง ก็คิดว่าตัวเองงานนี้ กิจกรรมเหล่านี้ไปใช้กับนักศึกษา ซึ่งตอนนี่ที่จะนำไปใช้ก็คือเรื่องของการฟัง เพราะว่าตอนนี้เราไม่ฟังกันเลยสับสนวนววย เวลาสอนต้องบอกเจียบๆ นะ เจียบๆ หน่อย

กิจกรรมตรงนี้ก็ถ้าอยากปรับให้เผชิญปัญหาแล้ว อยากให้คิดกิจกรรมที่เค้าได้ไปช่วยเหลือสังคมด้วย คิดว่าจะยอดเยี่ยมเลย เพราะตอนนี้เค้าจะได้กับตัวเอง ได้กลับกลุ่มของเพื่อนเค้า คนที่เค้าเกี่ยวข้อง แต่ในการที่ได้ไปช่วยเหลือสังคมโดยไม่หวังผลหรือสิ่งตอบแทน จากกิจกรรมทั้ง 8 กิจกรรม ตัวเองคิดว่าตรงนี้นักศึกษายังไม่แสดงออกมา แต่ส่วนหนึ่งก็ได้ในสังคมของเค้าก่อน ถ้างานวิจัยหรือเฟสต่อไปที่จะทำตัวเองคิดว่านักศึกษาระดับอุดมศึกษาต้องมองถึงสังคมแล้ว

จากบทสนทนาระหว่างผู้วิจัยกับผู้ใช้อหรือวิทยากร ทั้ง 2 คน พบว่า ผู้ใช้มีความเข้าใจในการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาลงมว้ย เป็นอย่างดี สามารถดำเนินกิจกรรมได้อย่างสิ้นไหล แม้ในช่วงแรกอาจจะดูติดขัดบ้างแต่เมื่อผ่านการทำกิจกรรมซ้ำก็ทำให้ทำกิจกรรมได้สิ้นไหลขึ้น จากการสะท้อนความรู้สึกทำให้ทราบว่าผู้ใช้หรือวิทยากรทั้ง 2 คน เกิดการพัฒนาขึ้นในตนเอง ซึ่งการเรียนรู้พัฒนาตนเองเป็นกระแสแนวคิดหนึ่ง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา โดยอาจแบ่งเป็น 3 ลักษณะ ดังนี้ 1) แนวคิดเชิงศาสนา ความเชื่อ และศรัทธา มีการเรียนรู้ผ่านวิถีทางต่างๆ การปฏิบัติภาวนาสู่ญาณทัศนะและปัญญา การทำงาน การเคารพศรัทธาต่อครูของศิษย์ เป็นการถ่ายทอดความเข้าใจในการปฏิบัติ เช่น ช่วยสนับสนุนการเรียนรู้ของศิษย์ให้รวดเร็วและถูกต้องบนฐานของประสบการณ์ที่ครูได้สั่งสมมา นอกจากนี้ ความศรัทธาและความใกล้ชิดยังก่อให้เกิดการวางใจที่สมบูรณ์ ทำให้ผู้เรียนเปิดใจรับต่อการเรียนรู้ในระดับฝังลึกได้ดียิ่งขึ้น ดังจะเห็นได้จากการที่ผู้ใช้หรือวิทยากร ได้สะท้อนออกมาว่า “ได้ทำกิจกรรมพร้อมกับนักศึกษาด้วย บางทีสิ่งที่สะท้อนขึ้นมาหรือพูดขึ้นมา ผู้ใช้หรือวิทยากรก็มีโอกาสได้พูด ได้ทำให้เค้ารู้สึกว่ขนาดอาจารย์ยังกล้าเล่าให้ฟัง คำก็กล้าเล่าให้อาจารย์ฟัง ความรู้สึกแบบนี้คิดว่านักศึกษาเค้าจะไวใจเรามากขึ้น นี่คือการรู้สึกของผู้ใช้หรือวิทยากรจริงๆ การจัดกิจกรรมแบบนี้เค้าจะไวใจเรามากขึ้นมองเห็นถึงความรู้สึกที่เราพยายามสอนเค้า เราหวังดีกับเค้า เราต้องการให้เค้าเป็นคนดีจริง ด้วยความตั้งใจจริง เรียกว่าการฟังด้วยหัวใจอย่างลึกซึ้ง LOVE ซึ่งก็คือ คำว่า ลัฟว หรือ ความรัก มีประโยชน์ต่อเค้าด้วย นั่นแหละค่ะ เราได้ให้ความรักเค้าด้วย นี่คือนี่สิ่งที่ดีมาก เพราะดูว่าทุกวันนี้โดยส่วนใหญ่แล้วการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนก็สอนกันไป โดยไม่มีการมาถามไถ่ มาระบายความรู้สึก เหมือนกับว่าเราฟังนักศึกษา

มากขึ้น ใจสัมผัสกันมากขึ้น ถ้าเราจัดกิจกรรมแบบนี้นักศึกษาเค้าจะไวใจเรา แล้วเวลาที่เค้ามีอะไรเค้าก็จะไม่เดินออกจากตัวเราเค้าจะเข้ามาหาเรา นักศึกษาทุกวันนี้เหมือนเค้าจะถอยห่างไม่ค่อยมีใครอยากจะเข้ามาปรึกษาอาจารย์ในสาขา ไม่มีใครกล้าเข้ามาเพราะกลัว แต่ถ้าเราจัดกิจกรรมแบบนี้คิดว่านักศึกษาเหมือนอยากที่จะเข้ามาเรียนรู้กับอาจารย์มากขึ้น” “โดยปกตินักศึกษาจะรักเราอยู่แล้วเพราะเราเป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ถึงจะไม่ 100 เปอร์เซ็นต์ แต่จากครั้งนี้เราคิดว่าเราเข้าไปนั่งในใจเค้า คิดว่าถ้าเค้ามีปัญหาเค้าต้องคิดถึงเราอาจจะเป็นคนแรกหรือคนที่สองรองจากพ่อแม่เค้าอันนี้คือความรู้สึกของเรา เราเชื่อมั่นอย่างนั้นเพราะเค้าก็บอกว่าอาจารย์ยิ้มให้ทุกวัน อาจารย์ใจดี เอ๊ะ! ฉันก็เป็นของฉันแบบนี้ แล้วทำไมลูกศิษย์มองใจฉันไม่ได้หรือ เพราะว่าโดยส่วนตัวถ้านักศึกษาทำงานไม่ดีจะถูกแก้ บางคนถูกแก้ 5 ครั้ง ซึ่งถือว่านักศึกษาไม่พอใจไม่เป็นไร เพราะถือว่างานทุกชิ้นต้องออกมาเนียบแต่ก็ได้ผลนะ ตัวผู้ใช้หรือวิทยากรเองจะฝึกนักศึกษาว่าตอนทำงานมาเขียนงานส่งการขีดเส้นความเรียบร้อยของงานต้องดี แล้วลูกศิษย์กลุ่มนี้ที่เป็นที่ปรึกษาเค้าขีดเส้นได้ประมาณ 95 เปอร์เซ็นต์ เราก็มองว่านี่แหละเพราะเราอาจจะเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาของเค้าด้วยเข้าไปนั่งในใจเค้าหรือเปล่า เมื่อเราคิดที่จะเป็นต้นแบบอะไรให้กับเค้า เค้าก็จะยินดีที่จะปฏิบัติตาม”

2) แนวคิดเชิงมนุษยนิยม เป็นการเรียนรู้ที่เน้นการสืบค้นและพัฒนาศักยภาพภายใน มีวิถีทางที่สำคัญ ได้แก่ การเคารพธรรมชาติของผู้เรียน การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ เมื่อบุคคลได้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงในบริบทเฉพาะของตนก็จะเกิดการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาในด้านที่แท้จริงขึ้น

3) แนวคิดเชิงบูรณาการและความเป็นองค์รวม มีวิถีที่สำคัญ ได้แก่ การปฏิบัติบูรณาการอย่างเป็นองค์รวมในธรรมชาติ การเห็นเชื่อมโยง การคิดเชิงระบบ และเครือข่ายชุมชน การเรียนรู้พัฒนาด้านในคือ การเรียนรู้ที่ใคร่ครวญ และให้ความสำคัญต่อมิติเชิงชุมชน (สมสิทธิ์ อัสตรนธิ. 2552: 22-24)

สรุปอภิปรายผลในการประเมินผลและขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ผู้วิจัยพบว่า รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษามีประสิทธิภาพในการนำไปใช้เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาอย่างยิ่ง

## ข้อสังเกตที่ได้จากการวิจัย

ข้อสังเกตที่ได้จากการวิจัยที่พบ คือ

1. การไปเยี่ยมกำกับ ติดตาม และให้คำแนะนำปรึกษา (Mentoring) โดยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยการสังเกต สนทนาซักถาม และบันทึกข้อมูลในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาในแต่ละคนที่โรงเรียนต่างๆ ในกลุ่มทดลอง จำนวน 15 โรงเรียน นักศึกษามีความกังวลในการปฏิบัติการสอน เพราะผู้วิจัยได้ออกนิเทศพร้อมอาจารย์นิเทศก์ประจำสาขาวิชา แต่พอผู้วิจัยพูดคุยเป็นกันเอง ซักถาม ให้คำแนะนำและอยู่เป็นเวลานาน นักศึกษาคลายความกังวลลงและสอนอย่างปกติ ดังนั้นการติดตามผลของการทำวิจัยผู้วิจัยควรเข้าไปมีส่วนร่วมกับกิจกรรมในห้องเรียน ไปแบบเป็น

กัลยาณมิตร หรือให้บุคคลกรในโรงเรียนเป็นผู้สังเกตนักศึกษาแทน เพื่อให้ให้นักศึกษาไม่รู้สึกรู้ว่าถูกสังเกต

2. การถ่ายภาพบรรยากาศในการเก็บรวบรวมข้อมูลการติดตามผล และการบันทึกเสียงมีประโยชน์มากในการวิเคราะห์ผลหลังการฝึกอบรม สำหรับการติดตามผลในห้องเรียนเมื่อถ่ายภาพ เด็กๆ จะมาสนใจกล้องและเข้ามาเล่นใกล้ๆ ทำให้การทำกิจกรรมในห้องไม่ลื่นไหล ในการถ่ายภาพควรปิดแฟลช เพื่อให้ไม่รบกวนเด็กขณะที่เด็กกำลังทำกิจกรรม

### ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้พบประเด็นในการเสนอแนะเพื่อให้เกิดประโยชน์

1. การนำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี ไปใช้ควรมีการเตรียมตัววิทยากรด้วยการอบรมเชิงปฏิบัติการ หรือศึกษาจากวีดิทัศน์การฝึกอบรมที่ได้จากงานวิจัยก่อน เพื่อทำความเข้าใจแนวคิด กระบวนการ ขั้นตอน และประเด็นสำคัญของการใช้รูปแบบการฝึกอบรมให้เข้าใจอย่างแท้จริงก่อนนำไปใช้

2. การนำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี ไปใช้ควรมีการทำกับ ติดตาม ให้คำปรึกษาเป็นระยะอย่างสม่ำเสมอ และมีผู้เชี่ยวชาญที่มีความเข้าใจอย่างถ่องแท้ดำเนินการนิเทศติดตามผลการปฏิบัติการสอนของนักศึกษา

3. การนำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี ไปใช้ ผู้ใช้ควรปรับใช้เนื้อหา/ สาระที่เป็นสิ่งที่ใกล้ตัวนักศึกษา เหมาะกับสภาพแวดล้อม วัฒนธรรม บริบท และระดับของนักศึกษา

4. การนำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี ไปใช้ เพื่อให้เกิดความคงทนของพฤติกรรม ควรมีการทำซ้ำเป็นระยะสม่ำเสมอ

5. การนำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี ไปใช้ ผู้ใช้ควรระมัดระวังเกี่ยวกับวันสำคัญทางศาสนา วันสำคัญอื่นๆ และความพร้อมของนักศึกษาด้วย ดังตัวอย่างบทสะท้อนความคิดความรู้สึกของนักศึกษา ดังนี้

“ตอนแรกรู้สึกไม่ชอบเลยที่ต้องเข้ามาอบรม ทั้งเหนื่อย ทั้งกังวล เพราะเป็นช่วงที่หนูจะต้องเข้าไปรายงานตัวที่โรงเรียนด้วย และเป็นช่วงเทศกาลฮารีรายอ ทำให้หนูไม่สามารถกลับบ้านได้เนื่องจากติดอบรม และบ้านอยู่ไกล ทำให้หนูกลับไม่ทัน ทำให้หนูรู้สึกไม่ดีในตอนแรก พอพ้นช่วงเวลานั้น หนูก็ได้เข้าอบรมทุกวันก็รู้สึกดีขึ้น สนุกมากขึ้น และที่สำคัญอาจารย์ให้ความรู้แก่หนู

มาก หนูจะเอาความรู้จากตรงนี้ไปประยุกต์ใช้ในช่วงเวลาฝึกสอนและอนาคตต่อไป ขอขอบคุณอาจารย์มากค่ะ”

“ความทุกข์ในช่วงเวลาที่ต้องมาอบรมก็มีบ้างเพราะ ในช่วงนี้ไม่ค่อยมีเวลามากนัก เพราะโรงเรียนที่จะไปฝึกเปิดทำการสอนแล้ว และต้องเดินทางไปมาตลอดทำให้มีอุปสรรคบ้าง เช่น โดนฝนขณะเดินทาง มาสายบ้างเป็นบางวัน เพราะการเดินทางไกลและต้องใช้เวลา นอกจากนี้แล้ว บางวันก็รู้สึกเบื่อและเหนื่อยที่จะต้องมานั่งทุกวัน ต้องแสดงความคิดเห็นอยู่ตลอดเวลา แต่ทุกกิจกรรมที่จัดในช่วง 8 วันที่ผ่านมาได้เรียนรู้หลายอย่างไม่เคยพบ ความสุขในช่วงเวลาที่ผ่านมา ก็มีมากมายค่ะ การได้ฝึกทำกิจกรรมหลายอย่าง ได้นั่งสมาธิเพื่อฝึกให้จิตใจสงบ และความสุขอีกอย่างคือ รอยยิ้มของเพื่อนที่สื่อให้เห็นถึงมิตรภาพที่ไม่เคยจางหาย เสียงหัวเราะและเสียงบ่นต่างๆ แต่ก็ผ่านไปด้วยความภาคภูมิใจ ทำให้ได้เรียนรู้อะไรหลายอย่างในช่วงเวลาทั้ง 8 วัน ที่ได้ทำกิจกรรมร่วมกันและอยากให้มีกิจกรรมแบบนี้อีก และกิจกรรมทุกกิจกรรมที่ผ่านมาสามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันต่อไปได้ (ขอบคุณสำหรับอาจารย์ในการจัดกิจกรรมในครั้งนี้)”

“ความทุกข์ของการจัดกิจกรรมทั้ง 8 วันนี้ คือ ไม่ได้กลับไปรายอ เนื่องจากต้องอบรม และใช้เวลาอบรมมากเกินไป ความสุขที่ได้จากกิจกรรมทั้ง 8 วัน คือ การจัดกิจกรรมทั้ง 8 วัน สนุกที่ได้ความรู้หลาย ๆ อย่าง สามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้จริงในชีวิตการฝึกสอนหรือการเป็นครู กิจกรรมที่อบรมนี้สามารถนำไปใช้กับเด็กได้จริง ได้มีส่วนร่วมในการอบรมกับเพื่อน เพื่อนๆ ทุกคนมีความสามัคคีกัน ได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนๆ กิจกรรมทั้ง 8 วันนี้นำไปใช้กับเด็กได้ อาจารย์เป็นกันเอง อาจารย์ที่อบรมมีกิจกรรมที่สนุก และแปลกใหม่”

“แรกๆ ที่ได้รู้ว่ากลุ่มเรียนของดิฉันต้องเข้าร่วมอบรมทั้ง 8 วัน ลึกๆ แล้วก็ดีใจและเสียใจที่ได้รู้ว่าต้องเข้าร่วมอบรมเพราะการที่เราได้เข้าร่วมอบรมจะทำให้ได้ประสบการณ์ทั้งทางตรงและทางอ้อม ทำให้เราสามารถไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันต่อไปในอนาคตได้ แต่พอนึกถึงอีกที่ว่า ในช่วงการฝึกอบรมจะตรงกับวันที่ 24 ตุลาคม-2 พฤศจิกายน ซึ่งในวันที่ 26 พฤศจิกายน พวกดิฉันต้องทำพิธีรายอ ดิฉันก็เสียใจที่ไม่ได้กลับไปรายอ แต่ทางอาจารย์ที่มาฝึกอบรมก็เข้าใจอาจารย์บอกว่าให้นักศึกษาคู่กับอาจารย์ที่ดูแลเอง แต่ดิฉันไม่กล้าที่จะคุยกับอาจารย์และแล้วดิฉันก็ไม่ได้กลับไปรายอ ดิฉันก็เสียใจมากแต่ไม่เป็นไร แรกๆ ตอนที่รู้ว่าต้องฝึกอบรมดิฉันรู้สึกเบื่อมาก ดิฉันไม่ชอบการบรรยายที่ต้องใช้เวลานาน เพราะทำให้ดิฉันรู้สึกง่วง แต่พอมาทำกิจกรรมก็ทำให้ดิฉันรู้สึกสนุกสนานไปกับกิจกรรมที่ทางอาจารย์ได้จัดขึ้น สุดท้ายก็ขอขอบคุณอาจารย์ที่ได้สละเวลามาจัดกิจกรรมให้กับพวกดิฉัน ทำให้ดิฉันมีความรู้ ได้ประสบการณ์ใหม่ๆ ที่สามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน และการฝึกสอนต่อไป”

“จากเริ่มแรกที่เข้าร่วมกิจกรรมนี้รู้สึกว่อบรมอะไรนานจัง ตั้ง 8 วัน ก็คิดว่าแล้วจะต้องนำเบื่อ มาฟังบรรยายอย่างเดียวแน่นอน และทำให้เราเสียเวลาในการกลับบ้าน แต่เมื่อเข้ามาอบรมครั้งแรกขณะที่เข้ามาในห้องอบรมก็เห็นอาจารย์มองมาด้วยหน้าตายิ้มแย้ม และภายในห้องเงียบสงบ จัดบรรยากาศไว้ได้อย่างสวยงาม เมื่อเริ่มกิจกรรมในวันแรกก็นั่งสมาธิ ตอนนั้นรู้สึกว่ตนเองนั่งสมาธิไม่ได้เลย รู้สึกจะลืมหงายคนเดียว แต่เมื่ออบรมหลาย ๆ วันไป ทำให้ตัวของดิฉันเองมีสมาธิ

มากขึ้น และการอบรมครั้งนี้ก็ทำให้ไม่ผิดหวังที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมการฝึกอบรมนี้ เพราะทำให้ได้เรียนรู้อะไรหลายๆ อย่างที่ดิฉันยังไม่รู้และไปปรับปรุงใช้ในการออกฝึกสอนด้วย และอาจารย์ยังนำกิจกรรมต่างๆ มาให้ทำเพื่อฝึกให้ตัวเองรู้จักแก้ปัญหา ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ความคิดของเพื่อนๆ ด้วยกัน ได้เรียนรู้มุมมองต่างๆ ของเพื่อนที่เรายังไม่รู้ และกิจกรรมต่างๆ ที่อาจารย์นำมาฝึกก็สามารถที่จะนำไปใช้กับเด็กๆ ได้ด้วย สุดท้ายนี้ต้องขอขอบคุณอาจารย์ที่แนะนำสิ่งดีๆ ให้ตลอดขณะเข้ารับการฝึกอบรมนี้ (ขอบคุณค่ะ) แต่เสียใจนิดหน่อยที่ไม่ได้กลับไปในวัน 26 พฤศจิกายน แต่อาจารย์ตั้งใจที่จะอบรมหนูก็ให้ความร่วมมืออย่างเต็มที่ค่ะ”

“จากการที่ดิฉันได้มาร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ ตอนแรกเมื่อรู้ว่าต้องเข้าอบรมนั้น รู้สึกทุกข์ใจอย่างมากมาย ทุกข์ใจที่สุด เพราะ 1 ในวันอบรมนั้น เป็นวันสำคัญทางศาสนาอิสลามทั่วโลก คือ วันที่ 26 พฤศจิกายน ที่ผ่านมา เป็นครั้งแรกที่ดิฉันไม่ได้เข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนา ซึ่งวันนี้เป็นวันสำคัญของคนนับถือศาสนาอิสลาม เป็นวันที่ลูกมาเจอพ่อแม่ ญาติพี่น้องมาเจอกัน ขออภัยโทษซึ่งกันและกัน ดิฉันรู้สึกเสียใจที่พลาดโอกาสนี้ไป

สำหรับในส่วนของการทำกิจกรรมทั้ง 8 วัน ก็รู้สึกดี แตกต่างจากกิจกรรมที่เคยทำที่ผ่านๆ มา เป็นกิจกรรมที่สนุก ไม่ซ้ำกัน และกิจกรรมแต่ละอย่างก็สื่อความหมายที่แตกต่างกัน โดยภาพรวมนั้น ถ้าไม่ติดตรงที่ไม่ได้กลับไปประกอบพิธีกรรมทางศาสนา ดิฉันอยากบอกว่า ทั้ง 8 วันนี้สนุกมาก กิจกรรมก็สนุก เวลาก็เพียงแค่วันหนึ่ง 3 ชั่วโมงเอง หากอาจารย์จะทำกิจกรรมแบบนี้อีก ดิฉันอยากเสนอหนึ่งว่า ให้เช็ควันและเวลานิดหนึ่งว่า เป็นวันสำคัญทางศาสนาอื่นหรือไม่ เพราะแน่นอน ดิฉันเองก็เกิดความติดลบจากกิจกรรมนี้มาก เพราะกิจกรรมในครั้งนี้ทำให้ดิฉันไม่ได้กลับไปร่วมพิธีกรรมทางศาสนาพร้อมกับพ่อแม่และญาติพี่น้องที่รอคอยดิฉันกลับบ้าน”

“มีความประทับใจมากที่ได้เข้าร่วมอบรม 8 วัน ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ดีมาก เพราะทุกๆ กิจกรรมล้วนแต่เป็นประโยชน์ต่อดิฉันมาก สามารถนำไปใช้กับเด็กอนุบาลได้เป็นอย่างดี จะช่วยให้เด็กได้รับประสบการณ์ใหม่ ในการจัดกิจกรรมครั้งนี้ก็มีความทุกข์บ้าง เพราะช่วงอบรมดิฉันจะต้องไปช่วยงานโรงเรียน ซึ่งจะทำให้ดิฉันรู้สึกเหนื่อยที่ต้องขับรถไปโรงเรียน แล้วกลับมาอบรมต่อ บางครั้งไม่ทันจะกินข้าว เพราะเวลาไม่พอและมีความทุกข์มากปีที่ไม่ได้ไปร่วมทำกิจกรรมทางศาสนาเพราะตรงกับวันที่อบรม ทุกๆ ปี ดิฉันจะได้กลับบ้านแต่ปีนี้กลับไม่ได้ จึงทำให้ดิฉันมีความทุกข์มากที่สุดที่ไม่ได้ทำพิธีทางศาสนากับครอบครัว”

“ความรู้สึกที่ได้รับจากการฝึกอบรม การอบรมในครั้งนี้ใช้เวลาไปทั้งหมด 8 วัน โดยไม่นับวันเสาร์-อาทิตย์ สิ่งที่มีความสุข คือ ได้รับความรู้ใหม่ๆ จากอาจารย์ ได้เล่นกิจกรรมที่หลากหลาย ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้สามารถไปใช้ในอนาคต และได้ร่วมกิจกรรมกับเพื่อนๆ ก่อนที่ทุกคนจะไปปฏิบัติหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด สิ่งที่มีความทุกข์ คือ เมื่อวันศุกร์ที่ 26 ซึ่งตรงกับวัน “ฮารีรายอ” ของเด็กที่นับถือศาสนาอิสลาม ซึ่งไม่ได้กลับบ้าน ไม่ได้อยู่กับครอบครัวกับญาติพี่น้อง ทำให้ตนเองรู้สึกไม่พอใจ เพราะขณะเวลาเรียนหรือตอนที่ไปฝึกสอนกลับได้ แต่ทำไมแค่มาทำกิจกรรมจึงกลับไม่ได้ เพราะวันที่ฉลองคือ วันศุกร์ไม่ใช่วันเสาร์ ถึงกลับวันเสาร์ซึ่งมันก็ไม่มีความหมายอะไร เพราะต่างคนต่างก็แยกย้ายกลับบ้านของตนเอง จึงตัดสินใจไม่กลับดีกว่า “รู้สึกเสียใจเป็นอย่างมาก”

ส่วนด้านกิจกรรมที่อาจารย์จัด สนุกชอบทุกกิจกรรมเลยคะ เพราะเป็นความรู้ที่ใหม่ ๆ ถ้าเป็นไปได้ อยากใช้เวลาตรงนี้ให้นานอีกคะ”

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคด้านอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษา เช่น ด้านการเรียน ด้านการใช้ชีวิตในระหว่างเรียน ด้านสิ่งแวดล้อม เป็นต้น
2. ควรมีการขยายผลรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในรูปแบบอื่น เช่น การศึกษารูปแบบก่อนนำไปใช้ด้วยการดูจากสถิติ เพื่อส่งผลต่อการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมที่ขยายวงกว้างขึ้นและรวดเร็วขึ้น
3. ควรทำการศึกษาอย่างต่อเนื่องในการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนักศึกษา ที่ใช้ระยะเวลาอบรมที่นานขึ้น อบรมเป็นระยะๆ และมีการเก็บข้อมูลอย่างต่อเนื่อง (Time series) เพื่อติดตามการพัฒนาพฤติกรรม





## บรรณานุกรม

- กนกพร สองศรี. (2551). การศึกษาเชาว์อารมณ์ และความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษาในสาขาวิศวกรรมศาสตร์ ระดับปริญญาตรี ในเขตกรุงเทพมหานคร. ปริญญาโท กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- กนิษฐา หมั่นกิจการ. (2550). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความฉลาดทางอารมณ์และความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 1. ปริญญาโท กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- กรกรรณ สุพรรณวรรษา. (2544). การวิเคราะห์การมองโลกในแง่ดีและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนิสิตศึกษามหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- กรมสุขภาพจิต. (2544). คู่มือความฉลาดทางอารมณ์. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- กมล แสงทองศรีกมล. (2550). จัดจิตให้มีวินัย จัดใจให้อัจฉริยะ. กรุงเทพฯ: ฐานบุ๊คส์.
- เกษร ภูมิดี. (2546). การศึกษาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ของนักเรียนที่มีบุคลิกภาพและรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). มหาสารคาม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ถ่ายเอกสาร.
- ชัตติยา น้อยาทอง. (2551). การศึกษารูปแบบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่ส่งผลต่อความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคของนิสิตศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในเขตกรุงเทพมหานคร. ปริญญาโท กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี. (2549). หลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต (หลักสูตร 5 ปี) สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย หลักสูตรฉบับปรับปรุง พุทธศักราช 2549. สุราษฎร์ธานี: คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี.
- (2553). คู่มือการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู สำหรับนักศึกษาหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต 5 ปี รายวิชา 1005004 การปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา 1 Teaching practice 1 ประจำภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2553. สุราษฎร์ธานี: คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี.
- คณาจารย์คณะจิตวิทยา. (2552). สุขง่าย ๆ สร้างได้ด้วยตนเอง. กรุงเทพฯ: ศูนย์บริการวิชาการ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- จารุวรรณ ศิลปรัตน์. (2548). การพัฒนารูปแบบเสริมพลังการทำงานเพื่อพัฒนาศักยภาพการ  
เป็นนักวิจัยของครูอนุบาล. ปรินญาณีพันธ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ:  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จุฑามาศ ชื่นจิตร. (2550). ปัจจัยที่ส่งผลต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนิสิตระดับปริญญาตรี  
สาขาวิชานันทนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. สารนิพนธ์  
กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.  
ถ่ายเอกสาร.
- จุมพล พูลภัทรชีวิน. (2552). โครงการเพิ่มขีดความสามารถของคณะครุศาสตร์/ศึกษาศาสตร์  
สู่การเป็นสถาบันพัฒนาบุคลากรทางการศึกษาที่มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์:  
จิตตปัญญาศึกษาและการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัย  
ศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชัยวัฒน์ อัดพัฒนา. (2545). หลักพระพุทธศาสนา. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ชูศรี วงศ์รัตนะ และองอาจ นัยพัฒนา. (2551). แบบแผนการวิจัยเชิงทดลองและสถิติวิเคราะห์:  
แนวคิดพื้นฐานและวิธีการ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ณัฐนันท์ เนตรทิพย์. (2552). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก  
กับความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค AQ ของนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรุงเทพมหานคร. ปรินญาณีพันธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติ  
ทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ณัฐพรหม อินทยุศ. (2553). จิตวิทยาการศึกษา. เพชรบูรณ์: สถาบันการศึกษา วิทยาเขต  
เพชรบูรณ์.
- ดวงเดือน พันธมนาวิน. (2548). เอกสารเผยแพร่ในการสัมมนาทางวิชาการ เรื่อง “ผลิตผลวิจัย  
ระบบพฤติกรรมไทย เร่งไขปัญหา ร่วมพัฒนาเยาวชน” ครั้งที่ 2 (ในส่วนบุคคลและ  
ระหว่างวันที่ 2-3 สิงหาคม 2548 ณ โรงแรมจอมเทียน ปาล์ม บีช พัทยา จังหวัด  
ชลบุรี. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- (2548). การประชุมวิชาการ การวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์เพื่อพัฒนาบุคคลและ  
สังคม. ระหว่างวันที่ 25-26 สิงหาคม 2548 ณ ห้องประชุมศาสตราจารย์ ดร.สุุดใจ  
เหล่าสุนทร สำนักหอสมุดกลาง มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สุขุมวิท 23  
กรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- (2548). 50 ปี สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ “แลหลังมุ่งหวังสู่อนาคต” ประวัติน  
ผลงาน บทความวิชาการ. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัย  
ศรีนครินทรวิโรฒ.

- ดุจเดือน พันธุนาวัน. (2551). การสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับคุณธรรม จริยธรรม ในประเทศไทยและต่างประเทศ. กรุงเทพฯ: พริกหวานกราฟฟิค.
- ดุจเดือน พันธุนาวัน; และอัมพร ม้าคนอง. (2547). ปัจจัยเชิงเหตุและผลของพฤติกรรมการพัฒนาการเรียนของครูคณิตศาสตร์ในระดับมัธยมศึกษา. ทุนอุดหนุนการวิจัยโครงการวิจัยแม่บท: การวิจัยและพัฒนาระบบพฤติกรรมไทย สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- ชนวันต์ ศรีอมรรัตนกุล. (2550). ผลของโปรแกรมการเพิ่มพลังอำนาจต่อพฤติกรรมการปฏิบัติตนเพื่อลดความรุนแรงของโรคในผู้ป่วยโรคข้อเข่าเสื่อม. ปริญญาานิพนธ์ วท.ด. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์; และฐิติมา วัฒนโสภาสิริ. (2550). รายงานการวิจัยการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเชาว์ในการแก้ปัญหา (AQ) เชาว์อารมณ์ (EQ) จริยธรรม ฐุรกิจและความเครียดของผู้ประกอบการในธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมในกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์; และคนอื่นๆ. (2552). รายงานการวิจัย บทบาทของแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงที่มีต่อภาวะจิตลักษณะของบุคลากรในองค์การที่บริหารจัดการโดยใช้แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง. กรุงเทพฯ: สถาบันทรัพยากรมนุษย์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นพเก้า ณ พัทลุง. (2553, มกราคม-มิถุนายน). การพัฒนารูปแบบการบริหารจัดการและการจัดประสบการณ์วิชาชีพครูในสถาบันอุดมศึกษาของไทย. วารสารหลักสูตรและการสอน ทักษิณ. 5(1): 100.
- นพดล โชติกพานิชย์. (2549). การศึกษาและพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นภเนตร ธรรมบวร. (2542). การวิเคราะห์เรื่องราว: การจัดการเรียนการสอนระดับปฐมวัย. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นฤมล เนียมหอม. (2549). การพัฒนากระบวนการส่งเสริมพฤติกรรมของครูในการสร้างวินัยในตนเองให้แก่เด็กปฐมวัย โดยใช้แนวคิดการสะท้อนความคิดและการเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใน. วิทยานิพนธ์ คด. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- นิตยา เพ็ญศิริณา. (2542). การสร้างพลังฯ. สารานุกรมศึกษาศาสตร์ฉบับเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในวโรกาสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- นิรันดร์ จุลทรัพย์. (2544). **กลุ่มสัมพันธ์สำหรับการฝึกอบรม**. พิมพ์ครั้งที่ 4. สงขลา: งานส่งเสริมการผลิตตำรา มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- เนตรนภา ชื่นสุข. (2547). **การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมสิ่งแวดล้อมศึกษา เรื่อง การอนุรักษ์ป่าชายเลน สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6**. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (การมัธยมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- บุญสิทธิ์ ไชยชนะ. (2552). **ผลการใช้โปรแกรมส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองด้านบทบาทครูวิจัยและสมรรถนะการวิจัยในชั้นเรียนที่มีต่อนักศึกษาครู ในชั้นการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูแบบเต็มรูปแบบ**. ปรินทิพนิพนธ์ วท.ด. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- บุษบง ตันติวงศ์. (2552). **การศึกษาวอลดอร์ฟ: ปรัชญา หลักสูตรและการสอน**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประเวศ วะสี. (2541). **คุยกันเรื่องความคิด**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: มูลนิธิโกมลคีมทอง.
- (2547). **การเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใน**. ใน ประเวศ วะสี (บรรณาธิการ), **ธรรมชาติของสรรพสิ่ง: การเข้าถึงความจริงทั้งหมด**. กรุงเทพฯ: โอ. เอส. พริ้นติ้ง เฮ้าส์.
- (2550). **ระบบการเรียนรู้ใหม่ไปให้พ้นวิกฤติแห่งยุคสมัย**. กรุงเทพฯ: โอ. เอส. พริ้นติ้ง เฮ้าส์.
- ปิยะพงษ์ ไสยโสภณ. (2550). **การพัฒนาแบบการจัดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม หมวดวิชาพัฒนาทักษะชีวิต 1 ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับนักศึกษาการศึกษานอกโรงเรียนในทัศนสถานวัยหนุ่มกลาง**. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ด. (การศึกษาผู้ใหญ่). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปิยะวดี ลีพะบำรุง. (2547). **การพัฒนาการมองโลกในแง่ดีด้วยโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**. ปรินทิพนิพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พนารัตน์ จรุงวิรุฬ. (2549). **การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเชาวน์ปัญญากับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคและเชาวน์อารมณ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนคาทอลิก เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร**. ปรินทิพนิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2540). **วิธีวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์**. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ: สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พระเทพเวที (ป.อ.ปยุตโต). (2543). **พุทธธรรม**. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2541). **การพัฒนาที่ยั่งยืน**. กรุงเทพฯ: ธนรัช.

- พระมหาสมคิด โครธา. (2547). การใช้อิทธิบาท 4 ในการเรียนของพระนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พิสนุ ฟองศรี. (2549). การประเมินทางการศึกษา: แนวคิดสู่การปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: เทียมฝาการพิมพ์พุทธทาสภิกขุ. (2538). บรมธรรมกับการศึกษาในโลกปัจจุบันในปรัชญาการศึกษาของไทย เล่มที่ 1. ไพฑูรย์ สินลารัตน์ บรรณาธิการ. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิชย์.
- ภิญญาพัชญ์ ปลายัดทอง. (2551). การพัฒนารูปแบบการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนักเรียนระดับช่วงชั้นที่ 2. ปรินิพนธ์ กศ.ด. (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. (2550). ประมวลสาระชุดวิชาพื้นฐานวิชาชีพครู: **Foundation of Teaching Profession/ สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช หน่วยที่ 13-15.** นนทบุรี. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ยงยุทธ เกษสาคร. (2543). การพัฒนาบุคคลและการฝึกอบรม. กรุงเทพฯ: วีเจ พรินต์ติ้ง.
- ยุภาดี ปณะราช. (2551). การพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครูมหาวิทยาลัยราชภัฏ. ปรินิพนธ์ วท.ด. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รัชนิดา สบายวรรณ. (2547). การสร้างแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ล้วน สายยศ; และ อังคณา สายยศ. (2538). เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- ว.วชิรเมธีภิกขุ. (2545). “เห็นสุขในทุกข์ เห็นโอกาสในวิกฤติ”. เนชั่นสุดสัปดาห์. สืบค้นเมื่อ 8 พฤษภาคม 2554, จาก <http://www.BKKnews.com/weekend/20011105/web16.shtml>.
- วรางคณา รัชตะวรรณ. (2554). การศึกษาและพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนวัยรุ่น โดยการให้คำปรึกษากลุ่ม. ปรินิพนธ์ กศ.ด. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วันเพ็ญ ยอดคง. (2550). ความสัมพันธ์ระหว่างความถนัดเฉพาะวิชาชีพพยาบาล เชาว์ อารมณฺ์ ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค จริยธรรมในวิชาชีพพยาบาล กับ ความสามารถในการแก้ปัญหาทางการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาล. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- วันเพ็ญ วิวิชิตริ. (2550). การสร้างโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถในการ  
**เผชิญอุปสรรคในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ**. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว).  
 กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วันเพ็ญ สมภพรุ่งโรจน์. (2547). การศึกษาและพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคใน  
**การปฏิบัติงานของพนักงาน โดยใช้การฝึกอบรมแบบเพื่อนช่วยเพื่อน**. ปริญญา  
 นิพนธ์ กศ.ด. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.  
 ถ่ายเอกสาร.
- วาโร เพ็งสวัสดิ์. (2551). วิธีวิทยาการวิจัย. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- วิภาวรรณ ลิขิตเลิศล้ำ. (2551). ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ปัจจัย  
**สภาพแวดล้อมทางสังคม และปัจจัยลักษณะทางชีวสังคมที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพ  
 ชีวิตของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**. วิทยานิพนธ์ วท.ม.  
 (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.  
 ถ่ายเอกสาร.
- วิทยา นาควัชระ. (2544). วิธีเลี้ยงลูกให้ เก่ง ดี และมีสุข: (IQ EQ MQ AQ). กรุงเทพฯ:  
 สำนักพิมพ์ GOODBOOK (ในเครือสถาบันพัฒนาตนเองและนักบริหาร).
- วินัส ภัคตินรา. (2546). ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะทางบุคลิกภาพกับเชาวน์อารมณ์  
**(EQ) และความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ)**. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.  
 (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร.
- วีระวัฒน์ บันนิตามัย. (2551). **เชาวน์อารมณ์ (Emotional Quotient- AQ) ดัชนีเพื่อความสุขและ  
 ความสำเร็จของชีวิต**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศศิธร แสงใส. (2550). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะบางประการกับ  
**ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (AQ) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในเขต  
 พื้นที่การศึกษาสมุทรปราการ เขต 1**. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา).  
 กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ศศิลักษณ์ ขยันกิจ. (2548). การพัฒนากระบวนการให้การศึกษาสำหรับผู้ปกครองของเด็ก  
**ปฐมวัยที่มีความต้องการพิเศษโดยใช้แนวคิดการศึกษาบำบัดและการเรียนรู้เพื่อ  
 การเปลี่ยนแปลง**. วิทยานิพนธ์ คด. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ศันสนีย์ ฉัตรคุปต์. (2545). เทคนิคสร้าง IQ EQ MQ AQ: 3Q เพื่อความสำเร็จ. กรุงเทพฯ:  
 สถาบันสร้างสรรค์ศักยภาพสมองศรีเอทีพีเบรน.
- สมคิด บางโม. (2539). เทคนิคการฝึกอบรมและการประชุม. กรุงเทพฯ: วิวัฒน์.
- สมศักดิ์ กิจธนวัฒน์. (2547). การพัฒนาโปรแกรม 21 วันสู่การเห็นคุณค่าในตัวเองสำหรับ  
**วัยรุ่น**. อุดรธานี. คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี.

- สมสิทธิ์ อัสตรนิธิ. (2552). **จิตตปัญญาศึกษา คืออะไร**. นครปฐม: ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สายฤดี วรกิจโสภา; และคณะ. (2549). **การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเยาวชนเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจต่อการมีพฤติกรรมเสี่ยง**. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.).
- สิริมา ภิญโญนนตพงษ์. (2549, เมษายน). A.Q.ในเด็กปฐมวัย. **วารสารการศึกษาปฐมวัย**. 10(2) 5-6.
- สุจินดา ขจรรุ่งศิลป์. (2550). **เอกสารประกอบการประชุมปฏิบัติการ เรื่อง “การศึกษาปฐมวัย ร้อยดวงใจ ถวายในหลวง”**. โครงการประชุมสัมมนาปฏิบัติการพัฒนาสภาพแวดล้อมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย ระหว่างวันที่ 17-19 ตุลาคม 2550 ณ ห้องศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ: สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุพรรณ จันทมาศ. (2551). **การศึกษาความสามารถในการเผชิญปัญหาด้านการเรียนโดยอาศัยหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ที่มีการตระหนักรู้ตนเอง เพศและระดับชั้นเรียนต่างกัน**. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุภา อภิญญาภิบาล. (2550). **ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยบางประการกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุภัทรา คงเรือง. (2549). **การเรียนรู้ของครูและเด็กวัยอนุบาล: กรณีศึกษาโรงเรียนวิถีพุทธ**. วิทยานิพนธ์ คด. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุภาวดี จันท์เพ็ญ. (2541). **ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบาย ลำดับการเลือก และความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง กับผลการเรียนของนิสิตชั้นปีที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาสังคม). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- สุมาลี พัวชู. (2547). **การศึกษาพัฒนาการความสามารถในการคิดวิเคราะห์และการมองโลกในแง่ดี ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาช่วงชั้นที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษา กรุงเทพมหานคร เขต 3**. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุรางค์ ไคว้ตระกูล. (2541). **จิตวิทยาการศึกษา**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- สุริย์พร ไชยฤกษ์. (2550). การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของ  
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้น  
พื้นฐาน กรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์พหุระดับ. ปริญญาทิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัย  
และสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุวิมล ติรกาพันธ์. (2550). การสร้างเครื่องมือวัดตัวแปรในการวิจัยทางสังคมศาสตร์ : แนวทางสู่  
การปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุวิมล ว่องวานิช. (2550). การวิจัยประเมินความต้องการจำเป็น = **Needs assessment  
research**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สำนักงานเลขาธิการคุรุสภา. (2549). คู่มือการประกอบวิชาชีพทางการศึกษา. กรุงเทพฯ: คุรุสภา  
ลาดพร้าว.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2552). การศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะของคน  
ไทยที่พึงประสงค์: ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค. กรุงเทพฯ: พริกหวาน  
กราฟฟิค.
- (2552). ข้อเสนอการปฏิรูปการศึกษาในทศวรรษที่สอง (พ.ศ.2552-2561). กรุงเทพฯ:  
พริกหวานกราฟฟิค.
- สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. (2550). รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช  
2550. กรุงเทพฯ: สำนักการพิมพ์ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร.
- สำนักงานรับรองมาตรฐานและประเมินคุณภาพการศึกษา (องค์การมหาชน). (2547). พระราชบัญญัติ  
การศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พุทธศักราช 2545.  
กรุงเทพฯ: พริกหวานกราฟฟิค.
- สำนักราชเลขาธิการ. (2553). พระราชโองการ. ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรแก่ผู้สำเร็จการศึกษา  
จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย วันพฤหัสบดีที่ 8 กรกฎาคม 2553 ณ หอประชุมจุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย.
- สตอลทซ์, พอล จี. (2548). **AQ อึดเกินพิกัด**. แปลโดย ชีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์. กรุงเทพฯ: เอ็กซ์เปอร์เน็ท.
- (2551). **AQ พลั้งแห่งความสำเร็จ = Adversity quotient: turning obstacles into  
opportunities**. แปลโดย ชีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์. กรุงเทพฯ: บิสคิด (ไนเคอร์เอ็กซ์เปอร์เน็ทบุ๊คส์).
- หุทัย อนุสรราชกิจ. (2549). การพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดการศึกษา  
เต็กร้อยอย่างใคร่ครวญเพื่อปรับเปลี่ยนมุมมองและการปฏิบัติของครูการศึกษาปฐมวัย.  
วิทยานิพนธ์ คด.(หลักสูตรและการสอน). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.  
ถ่ายเอกสาร.



- อนันต์ นวลใหม่. (2549). การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) และความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฝ่าอุปสรรค (AQ) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดอ่างทอง. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อรพรรณ พรสีมา. (2530). เอกสารประกอบการสอนวิชาเทคโนโลยี 437 บทเรียนด้วยตนเอง. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อารี สันตหจวี. (2550). เอกสารประกอบการประชุมปฏิบัติการ เรื่อง “การศึกษาปฐมวัยร้อยดวงใจถวายในหลวง”. โครงการประชุมสัมมนาปฏิบัติการพัฒนาสภาพแวดล้อมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย ระหว่างวันที่ 17- 19 ตุลาคม 2550 ณ ห้องศาสตราจารย์ ดร.สาโรช บัวศรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ: สาขาวิชาการศึกษานปฐมวัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อาชัญญา รัตนอุบล. (2547, 3 มีนาคม-มิถุนายน). เพื่อนร่วมทางการเรียนรู้กับการศึกษาตลอดชีวิต. วารสารครุศาสตร์. 28(3): 38-39.
- อ้อมเดือน สดมณี. (2536). ผลของการฝึกอบรมทางพุทธพฤติกรรมศาสตร์ต่อจิตลักษณะและประสิทธิผลของครู. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ด. (พัฒนศึกษาศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- Almeida, A. (2009). **Development of a programme for enhancing the adversity quotient® of junior college students.** Dissertation, M.Ed. S.N.D.T. Woman's University Mumbai. Retrieved August 10, 2012, from [http:// www.peaklearning.com/documents/PEAK\\_GRI\\_almeida.pdf](http://www.peaklearning.com/documents/PEAK_GRI_almeida.pdf)
- Bailey, K. M., Curtis, A.; & Nunan, D. (2001). **Pursuing professional development: The self as source.** Canada: Thomson Learning.
- Bandura, A. (1977). “Self- Efficacy: Toward A Unifying Theory of Behavioral Change”. **Psychological Review.** 84(2): 191-215.
- (1986). **Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory.** Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.
- Bergsgaard, Mike; & Ellis, Monica. (2002). Inward: The Journey toward authenticity through self-observing. **Journal of Educational Thought.** 36(1): 53-68.
- Brown, G.H.; & Harris, T.J. (1978). **Social origins of depression.** London: Wristlock.
- Clark, C. M. (2001). Good conversation. In Clark, C. M. (ed.). **Talking shop: Authentic conversation and teacher learning,** pp.172-182. New York: Teacher College.

- Dahl, K. L. (1992). Introduction: old habits, new conversation. In Dahl, K. L. (ed.), **Teacher as writer: Entering the professional conversation**, pp. 1-6. Illinois: National Council of Teachers of English.
- Dewey, J. (1993). **How we think**. Massachusetts: D. C. Heath and Company.
- Gibson, C. H. (1991). A Concept Analysis of empowerment. **Journal of Advance Nursing**. (16): 354-361.
- Goleman, D. (1995). **Emotional intelligence: why it can mater more than IQ**. New York: Bantam. Books.
- Henniger, M. L. (2004). **The teaching experience: An introduction to reflective practice**. New Jersey: Pearson Education.
- Hoskisson, K.; & Tompkins, G. E. (1987). **Language arts: Content and teaching strategies**. Ohio: Merrill Publishing.
- Krathwohl, D. R., Bloom, B. S.; & Masia, B. B. (1964). **Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals, Handbook II: Affective domain**. New York: David McKay.
- Kruse, K. (2004). **Introduction to Instructional Design and the ADDIE Model**. Retrieved October 6, 2004, from <http://www.E-learningguru.com>
- Lashley, C. (1997). **Empowering Service Excellence: Beyond the Quick Fix**. London. Cassell.
- Loughran, J. J. (1996). **Developing reflective practice: Learning about teaching and learning through modeling**. Great Britain: Biddies.
- MacCleland, D. C. (1987). **Human Motivation**. Cambridge University Press.
- McKay, S. L. (2002). **The reflective teacher: A guide to classroom research**. Singapore: SEAMEO Regional Language Centre.
- Mezirow, J. (1991). **Transformative dimensions of adult learning**. San Francisco: Jossey-Bass.
- (1997). Transformative learning: theory to practice. **New Direction for Adult and Continuing Education**. (74): 5-12.
- Page, N.; & Czuba, C. E. (1999. October). **Empowerment: What Is It?**. Retrieved February 23, 2003, from <http://www.Joe.org/joe/1999 october/comm1.html>
- Peters, J. M. (1991) Strategies for reflective practice. In Brockett, R. G. (ed.), **Professional development for educators of adults**, pp. 89-96. San Francisco: Jossey-Bass.

- Rinehart, J. S.; et al. (1998, December). Teacher Empowerment and Principle Leadership: Understanding the Influence Process. **Educational Administration**. Quarterly (34): 630-694.
- Rotter, B. (1966). **The Development and Application of Social Learning Theory**. New York: Prager.
- Seligman, M. E. P. (1991). **Learning optimism**. New York: Knopf.
- (2006). **Learned Optimism: How to change your mind and your life**. New York: Pocket Books.
- Short, P.; & Geer, J. (1997). **Leadership in Empowered Schools**. Themes from Innovation Efforts. New Jersey: Prentice Hall.
- Solloway, S. G. (1999). **Teachers as contemplative practitioners: presence, meditation, and mindfulness as a classroom practice**. Dissertation, Ph.D. Oklahoma State University.
- Stoltz, P. G. (1997). **Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities**, United States. John Wiley & Sons, Inc.
- (2000). **Adversity Quotient @ work: make everyday challenges the key to your success-putting the principles of AQ into action**. New York: Harper Collins Publishers Inc.
- Tebbitt. (1993, January). Demystifying organization empowerment. **Journal of Nursing Administration**. (23): 18-23.
- Wallis, K. C.; & Poulton, J. L. (2001). **Internalization: The origins and construction of internal reality**. Buckingham: Open University Press.



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

- คู่มือการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค  
ในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

คู่มือการใช้รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญ  
อุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย



มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
พุทธศักราช 2555

## คำนำ

เอกสารประกอบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการทำปฏิญญาพันธกิจเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย”

ในสภาวะสังคมปัจจุบันที่เต็มไปด้วยวิกฤติต่าง ๆ การที่บุคคลจะสามารถอยู่รอดอย่างผู้ประสบความสำเร็จได้ บุคคลนั้นต้องมีความอดทน ความเป็นนักสู้ และเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาของชีวิตแต่ละคนจะมีรูปแบบการตอบสนองต่อปัญหาที่แตกต่างกัน บุคคลที่สามารถจัดการกับความทุกข์ได้อย่างมีประสิทธิภาพจะประสบความสำเร็จในชีวิตและการทำงาน การที่บุคคลจะประสบความสำเร็จในชีวิตและการทำงานได้นั้นจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เป้าหมายของการพัฒนาบุคคล คือ การปลูกฝังให้เป็นผู้ที่มีความสุข เก่ง และดี ลงไปสู่ระดับจิตใจ โดยความสุขเป็นพื้นฐานของชีวิตในการพัฒนาคนให้มีความเก่งมากขึ้น อยากทำความดีมากขึ้น สามารถที่จะอดทนต่อปัญหาเพื่อเอาชนะอุปสรรคได้มากขึ้น และการจะเสริมสร้างให้มีความเก่ง ดี มีสุข อยู่ยงนานได้นั้น จำเป็นต้องมี เอคิว (AQ) หรือความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

กรอบการดำเนินงานฝึกอบรมนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยในครั้งนี้ ประกอบด้วย การฝึกอบรมที่ผ่านการลงมือปฏิบัติ (hand) ผ่านการคิด (head) และความรู้สึกที่ลงสู่ใจ (heart) ที่จะช่วยให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ในการพัฒนาความสามารถด้านการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนหรือทำสิ่งต่างๆ จนสำเร็จ การฝึกอบรมนี้ดำเนินการโดยใช้รูปแบบฝึกอบรมที่มีความเหมาะสมซึ่งพัฒนาขึ้นจากหลักการสำคัญของแนวคิด ทฤษฎีต่างๆ โดยมีกระบวนการฝึกอบรม 4 ขั้นตอน คือ ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L) ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O) ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V) และ ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E)

ดังนั้นการจัดทำคู่มือเอกสารการฝึกอบรมฉบับนี้ จึงมีจุดมุ่งหมายเพื่อสร้างความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับการพัฒนา รูปแบบการฝึกอบรม กระบวนการหรือขั้นตอนการฝึกอบรม สารและแนวทางปฏิบัติการฝึกอบรม เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษา เพื่อให้ผู้อบรมหรือวิทยากรนำไปใช้ให้บรรลุเป้าหมายก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืนต่อไป

จินดา น้าเจริญ

นิสิตปริญญาเอกสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
ตอนที่ 1 การฝึกอบรมเรื่อง “การเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน”.....	1
- คำชี้แจง.....	1
- ความมุ่งหมายของการฝึกอบรม.....	1
- กลุ่มเป้าหมาย.....	1
- บทบาทของผู้อบรมหรือวิทยากร.....	1
- บทบาทของผู้เข้ารับการอบรม.....	2
- สาระการฝึกอบรม.....	2
- ระยะเวลาการฝึกอบรม.....	3
- ตารางการฝึกอบรม.....	4
- ขั้นตอนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม.....	5
- สื่อและอุปกรณ์.....	7
- การจัดห้องฝึกอบรม.....	7
ตอนที่ 2 แผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม.....	8
- หน่วยที่ 1 ภาวะวิกฤติ.....	10
- หน่วยที่ 2 เมื่อฉันเป็นเด็ก.....	15
- หน่วยที่ 3 เผชิญสถานการณ์.....	20
- หน่วยที่ 4 ตั้งสติให้มัน.....	26
- หน่วยที่ 5 ชีวิตที่แท้...ต้องมีอุปสรรค.....	30
- หน่วยที่ 6 ผิดเป็นครู...เรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลง.....	35
- หน่วยที่ 7 ช่วยผู้อื่นและช่วยตนให้พ้นอุปสรรค.....	41
- หน่วยที่ 8 อดทน เพียรพยายาม.....	47



## ตอนที่ 1

### การฝึกอบรม

#### เรื่อง “การเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน”

#### คำชี้แจง

นักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาการศึกษาปฐมวัย เป็นผู้ที่ต้องปฏิบัติงานกับเด็กอายุระหว่าง 3-5 ปี ซึ่งโดยธรรมชาติของเด็กปฐมวัยนี้ เด็กเปรียบเสมือนผ้าขาวที่เป็นไปตามสิ่งใกล้ตัวที่เด็กสัมผัส ทั้งนี้ สภาพแวดล้อมการเรียนรู้ของเด็กจะหล่อหลอมเด็กให้เรียนรู้อย่างเป็นไปตามสภาพแวดล้อมที่เด็กเจริญเติบโต สภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่เปี่ยมด้วยวิถีการปฏิบัติที่ดีย่อมเป็นแบบอย่างสำหรับเด็ก สำหรับการพัฒนานักศึกษาให้มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนนั้น ใน การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคซึ่งมี อยู่แล้วในตัวนักศึกษาให้ได้เห็นความสำคัญยิ่งขึ้น โดยใช้วิธีการฝึกอบรมผ่านการปฏิบัติ (hand) ผ่านการคิด (head) และความรู้สึกที่ลงสู่ใจ (heart) ที่ช่วยให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ในการพัฒนา ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนหรือทำสิ่งต่างๆ จนสำเร็จ การฝึกอบรมนี้ ดำเนินการโดยใช้รูปแบบฝึกอบรมที่มีความเหมาะสมซึ่งพัฒนาขึ้นจากหลักการสำคัญของแนวคิด ทฤษฎีต่างๆ โดยมีกระบวนการฝึกอบรม 4 ขั้นตอน คือ ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L) ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O) ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V) และ ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E)

#### ความมุ่งหมายของการฝึกอบรม

เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาการศึกษาปฐมวัย

#### กลุ่มเป้าหมาย

นักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาการศึกษาปฐมวัย

#### บทบาทของผู้อบรมหรือวิทยากร

การนำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนไปใช้ให้บรรลุเป้าหมาย ผู้อบรมหรือวิทยากรควรปฏิบัติ ดังนี้

1. รูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนนี้ใช้สำหรับการฝึกอบรมให้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาการศึกษาปฐมวัย

2. ผู้อบรมหรือวิทยากรต้องเปลี่ยนบทบาทจากผู้บอก แนะนำ ชี้แนะ เป็นผู้พาทำ สนับสนุน กระตุ้นให้คิด ยอมรับให้คิดนอกกรอบ คอยให้กำลังใจ อดทน ไม่แสดงความเบื่อหน่ายและมีความมุ่งมั่นในการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคสม่ำเสมอ

3. ศึกษารายละเอียดประกอบความสามารถในการเผชิญอุปสรรคให้เข้าใจ อย่างถ่องแท้

4. ศึกษาและทำความเข้าใจกับขั้นตอนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมให้ชัดเจน

5. จัดบรรยากาศการฝึกอบรมและสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการส่งเสริมความสามารถในการเผชิญอุปสรรคทั้งรายบุคคลและรายกลุ่ม

6. สื่อที่ใช้ประกอบการฝึกอบรมควรหลากหลายเพื่อให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ และได้รับประสบการณ์มากที่สุด

7. ผู้อบรมหรือวิทยากรต้องบันทึกผลของการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมทุกครั้งเพื่อประกอบการฝึกอบรมในครั้งต่อไป

8. การประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคจะประเมินจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน และประเมินจากสภาพจริงโดยผู้อบรมหรือวิทยากร สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการปฏิบัติการกิจกรรมการฝึกอบรมของนักศึกษา จากการตอบคำถาม การเล่าเรื่องราว การนำเสนอผลงานและการสะท้อนความคิด ด้วยการจดบันทึก แล้วนำมาวิเคราะห์ตามองค์ประกอบความสามารถในการเผชิญอุปสรรคที่ละประเด็น

### บทบาทของผู้เข้ารับการอบรม

การนำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนไปใช้ให้เกิดประสิทธิผลสูงสุดตามเป้าหมายนั้น ผู้เข้ารับการอบรมควรมีบทบาทดังนี้

1. เข้าร่วมการอบรมตรงตามเวลาที่กำหนด และครบทุกครั้ง

2. ให้ความร่วมมือในการปฏิบัติการแบบรายบุคคลและรายกลุ่มอย่างตั้งใจ

3. ร่วมคิด สนทนา อภิปราย สะท้อนความคิด หรือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันเกี่ยวกับข้อคำถาม สถานการณ์ การสรุปความรู้ด้วยตนเอง

### สาระการฝึกอบรม

การฝึกอบรมประกอบด้วยเนื้อหา/ สาระ ที่ใช้สถานการณ์หรือเรื่องราวที่เป็นปัญหาเป็นสิ่งที่ใกล้ตัวนักศึกษาในขณะปฏิบัติการสอน ได้แก่ เรื่องราวเกี่ยวกับเด็ก ผู้ปกครอง ครูพี่เลี้ยง และสภาพทางสังคม จำนวน 8 หน่วย ได้แก่

- หน่วยที่ 1 ภาวะวิกฤติ

- หน่วยที่ 2 เมื่อฉันเป็นเด็ก

- หน่วยที่ 3 เผชิญสถานการณ์

- หน่วยที่ 4 ตั้งสติให้มั่น

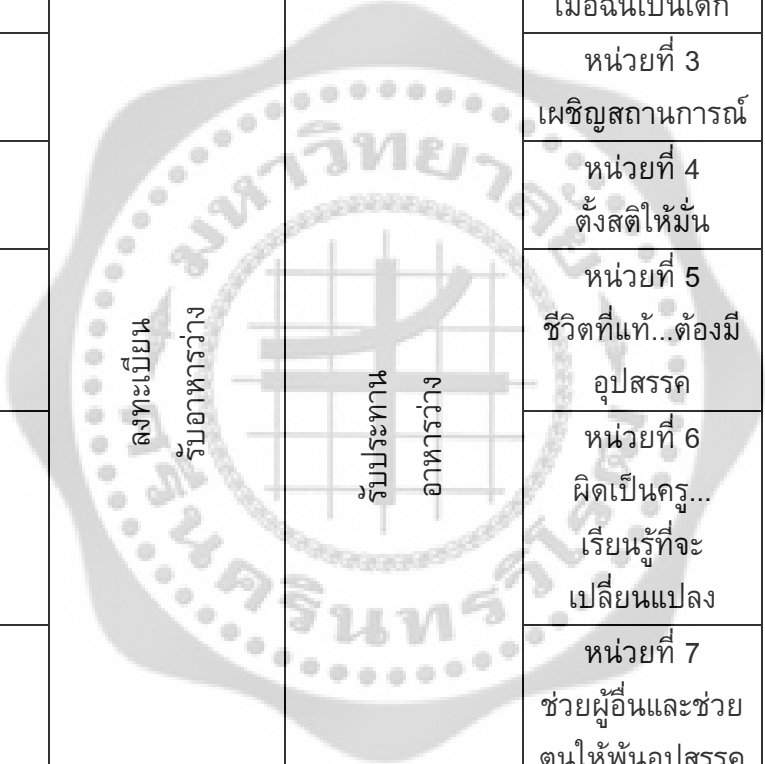
- หน่วยที่ 5 ชีวิตที่แท้...ต้องมีอุปสรรค
- หน่วยที่ 6 ผิดเป็นครู...เรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลง
- หน่วยที่ 7 ช่วยผู้อื่นและช่วยตนให้พ้นอุปสรรค
- หน่วยที่ 8 อุดทน เพียรพยายาม

### ระยะเวลาการฝึกอบรม

ดำเนินการฝึกอบรมในห้องฝึกอบรม เป็นระยะเวลา 8 วันๆ ละ 3 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 24 ชั่วโมง มีการประเมินก่อนการฝึกอบรมด้วยแบบวัดจิตลักษณะที่เป็นจิตลักษณะเดิมของผู้เข้ารับการอบรม และแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน หลังจากเสร็จสิ้นการอบรมทันทีที่ผู้เข้ารับการอบรมจะทำแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน ซึ่งเป็นฉบับเดียวกับก่อนการฝึกอบรม หลังจากการฝึกอบรมเสร็จสิ้นผู้วิจัยจะดำเนินการกำกับติดตาม และให้คำปรึกษาในขณะที่นักศึกษาออกฝึกประสบการณ์ในสถานศึกษา เมื่อครบ 1 เดือน จะทำการวัดผลด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนซ้ำอีกครั้ง



**ตารางการฝึกอบรม เรื่อง “การเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการ  
ปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย”**

เวลา วันที่ ของการฝึกอบรม	12.00น.-12.30 น.	12.30น.-13.00 น.	13.00น.-16.00 น.	16.00น.-16.30 น.
1	 ลงทะเบียน รับอาหารว่าง	ประเมินผล ก่อนฝึกอบรม	หน่วยที่ 1 ภาวะวิกฤติ	;
2		รับประทานอาหารว่าง	หน่วยที่ 2 เมื่อฉันเป็นเด็ก	
3			หน่วยที่ 3 เผชิญสถานการณ์	
4			หน่วยที่ 4 ตั้งสติให้มั่น	
5			หน่วยที่ 5 ชีวิตที่แท้...ต้องมี อุปสรรค	
6			หน่วยที่ 6 ผิดเป็นครู... เรียนรู้ที่จะ เปลี่ยนแปลง	
7			หน่วยที่ 7 ช่วยผู้อื่นและช่วย ตนให้พ้นอุปสรรค	
8			หน่วยที่ 8 อดทน เพียรพยายาม	

- หมายเหตุ: 1. กิจกรรมการฝึกอบรมที่ระบุในตารางนี้ อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม  
2. ทำการกำกับ ติดตาม และให้คำปรึกษาหลังเสร็จสิ้นการอบรมเป็นเวลา 1 เดือน  
3. ทำการประเมินผลซ้ำอีก 1 ครั้ง

## ขั้นตอนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม

การนำรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนไปใช้ มีลำดับขั้นตอนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม 3 ขั้นตอน คือ ก่อนการฝึกอบรม ระหว่างการฝึกอบรม และหลังการฝึกอบรม ดังนี้

1. การเตรียมความพร้อมก่อนการฝึกอบรม ผู้อบรมหรือวิทยากรจัดเตรียมความพร้อมด้านสถานที่ สิ่งแวดล้อม เอกสาร สื่อ วัสดุอุปกรณ์ต่างๆ ที่ใช้ในการฝึกอบรม

2. การฝึกอบรม ประกอบด้วยขั้นตอนดังนี้

2.1 กิจกรรมก่อนการฝึกอบรม ผู้อบรมหรือวิทยากรดำเนินการวัดและประเมินผลผู้เข้ารับการอบรมด้วยแบบวัดที่กำหนดไว้ ดังนี้

1. แบบวัดจิตลักษณะ 3 ด้าน คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่ออำนาจในตน และการมองโลกในแง่ดี ข้อความของแบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบบ bipolar 6 ระดับ ซึ่งเป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ผลคะแนนที่เก็บรวบรวมได้จะเป็นข้อบ่งชี้การมีจิตลักษณะของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

2. แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนชนิด ข้อความที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบบ bipolar 6 ระดับ

3. แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนชนิด สถานการณ์

2.2 กิจกรรมการฝึกอบรม ผู้อบรมหรือวิทยากรดำเนินการฝึกอบรมกับผู้เข้ารับการอบรมตามลำดับกิจกรรมที่กำหนดไว้ โดยมีกระบวนการหรือขั้นตอนดำเนินกิจกรรมการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L) เป็นขั้นเริ่มต้นของกระบวนการฝึกอบรม โดยให้ผู้เข้ารับการอบรมได้ตระหนักถึงปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในการทำงานระหว่างออกไปปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา เป็นวิธีฝึกการฟังตนเอง ฟังผู้อื่นและสิ่งรอบตัว ด้วยความตั้งใจ สัมผัสได้ถึงรายละเอียดของสิ่งที่ฟังด้วยจิตที่ตั้งมั่น รวมทั้งการรับรู้อื่นๆ ด้วย เช่น การมอง การอ่าน การสัมผัส ฯลฯ วิธีการฝึกเริ่มต้นด้วยคำถามสู่การเล่าเรื่องจากสมาชิกที่เข้ารับการฝึกอบรมทุกคน ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงาน แนวคิดการสะท้อนความคิด แนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค และการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง

ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการอบรมเกิดความคิด ความคาดหวังด้วยตนเอง และจากกลุ่มเพื่อน ในการปรับตัวเมื่อเผชิญสถานการณ์ที่ทำให้ท้อหรือปัญหาในการทำงาน และจะยังคงพยายามเอาชนะอุปสรรคต่างๆ เมื่อรับรู้ว่ามีผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจะประสบความสำเร็จและเป็นสิ่งที่มีคุณค่า โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยบูรณาการจากแนวคิดการมองโลกในแง่ดี การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง และแนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการอบรมได้เรียนรู้และลงมือปฏิบัติโดยการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ต่างๆ อย่างหลากหลาย มีเป้าหมายผ่านการเผชิญปัญหาหรือต้องแก้ปัญหา ทำให้เกิดประสบการณ์ตรง สามารถเห็นความเป็นตัวตนของตนเองที่แสดงออกผ่านกิจกรรมนั้นๆ ซึ่งในขั้นนี้จะเป็นการนำกิจกรรมการเรียนรู้ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงจากภายในตามแนวคิดทฤษฎีจิตศึกษา หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงาน การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง และแนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคมาปรับใช้ในบริบทที่เหมาะสมกับผู้เข้ารับการอบรม

ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E) เป็นขั้นสุดท้ายของการฝึกอบรมคือ ขั้นที่ผู้เข้ารับการอบรมสร้างกระบวนการประเมินค่าด้วยวิธีการสะท้อนกลับจากตนเอง และจากผู้อื่น ที่ช่วยให้รู้สึกว่าคุณค่า มีความสามารถ มีความมั่นใจในตนเอง และสามารถตัดสินใจด้วยตนเองในการเผชิญอุปสรรคในการทำงานให้ประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวัง โดยบูรณาการจากแนวคิดการสะท้อนความคิด การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง การเสริมพลังการทำงาน และแนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

2.3 กิจกรรมประเมินหลังการฝึกอบรมทันที เมื่อกิจกรรมการฝึกอบรมในห้องฝึกอบรม เป็นเวลา 8 วัน สิ้นสุดลง ผู้อบรมหรือวิทยากรดำเนินการวัดและประเมินผลผู้เข้ารับการอบรม ด้วยแบบวัดที่กำหนด คือ

1. แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนชนิดข้อความที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบบ bipolar 6 ระดับ
2. แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนชนิดสถานการณ์

2.4 กิจกรรมการติดตามผลการฝึกอบรม ภายหลังจากการฝึกอบรมแล้ว 1 เดือน ผู้อบรมหรือวิทยากรติดตามผลความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน ด้วยแบบวัดที่กำหนดซึ่งเป็นชุดเดียวกับที่ใช้ในกิจกรรมก่อน- หลังการฝึกอบรม และติดตามผลการปฏิบัติตนของผู้เข้ารับการฝึกอบรมขณะอยู่ในห้องเรียนที่โรงเรียนซึ่งเป็นสภาพการณ์จริง โดยการกำกับติดตาม และให้คำแนะนำปรึกษา (Mentoring) เป็นระยะอย่างสม่ำเสมอ ด้วยการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม

3. การประเมินผลการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน มีการประเมินผลดังนี้

3.1 ประเมินผลจากการวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของผู้เข้ารับการอบรม โดยเปรียบเทียบผลคะแนนก่อนการฝึกอบรม หลังการฝึกอบรมทันทีและหลังการฝึกอบรม 1 เดือน ทั้งนี้ในการประเมินผล ผู้ประเมินควรทำความเข้าใจวิธีการใช้แบบวัดต่างๆ จากคู่มือ

3.2 ประเมินผลระหว่างการฝึกอบรม โดยสังเกตการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมของผู้เข้ารับการอบรม

3.3 ประเมินผลจากการติดตามผลความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของผู้เข้ารับการอบรม ภายหลังจากการฝึกอบรมแล้ว 1 เดือน ด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน และมีการกำกับ ติดตาม และให้คำแนะนำปรึกษา (Mentoring) เป็นระยะอย่างสม่ำเสมอ ด้วยการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม

### สื่อและอุปกรณ์

1. VCD
2. เพลงบรรเลง
3. แผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม
4. ใบกิจกรรม
5. กระดาษ Flip chart
6. กระดาษ A4
7. เครื่องเขียนต่างๆ
8. เครื่องฉายภาพดิจิทัล (LCD/ Projector)
9. เครื่องเสียง
10. กระดิ่งให้สัญญาณ
11. แผ่นพลาสติก
12. เชือก
13. เพลงบรรเลง พร้อมเครื่องเล่น
14. ภาพ Tangram (ภาพตัดต่อรูปทรงเรขาคณิต)
15. ภาพช้าง
16. ซองสีน้ำตาล
17. ลูกโป่งปอง
18. ตะกร้ากลมเล็ก ฯลฯ

### การจัดห้องฝึกอบรม

ห้องที่ใช้สำหรับการฝึกอบรม ควรเป็นห้องที่ผู้เข้ารับการอบรมสามารถเข้ากลุ่มย่อยและกลุ่มใหญ่ได้ มีพื้นที่สำหรับนั่งพื้น โต๊ะและเก้าอี้ที่ใช้สามารถเคลื่อนย้ายได้สะดวก

## ตอนที่ 2

### แผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม

แผนการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมฉบับนี้ ผู้วิจัยบูรณาการจากกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยกระบวนการจิตตปัญญาศึกษา หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงาน ทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง แนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของสตอลทซ์ แนวคิดการมองโลกในแง่ดี การสะท้อนความคิด การเสริมพลังการทำงาน และแนวคิดทฤษฎีต่างๆ ตามขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมดังนี้

ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L) เป็นขั้นเริ่มต้นของกระบวนการฝึกอบรม โดยให้ผู้เข้ารับการอบรมได้ตระหนักถึงปัญหาอุปสรรคต่างๆ ในการทำงานระหว่างออกไปปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา เป็นวิธีฝึกการฟังตนเอง ฟังผู้อื่นและสิ่งรอบตัว ด้วยความตั้งใจ สัมผัสได้ถึงรายละเอียดของสิ่งที่ฟังด้วยจิตที่ตั้งมั่น รวมทั้งการรับรู้อื่นๆ ด้วย เช่น การมอง การอ่าน การสัมผัส ฯลฯ วิธีการฝึกเริ่มต้นด้วยคำถามสู่การเล่าเรื่องจากสมาชิกที่เข้ารับการฝึกอบรมทุกคน ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงาน แนวคิดการสะท้อนความคิด แนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค และการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง

ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการอบรมเกิดความคิดความคาดหวังด้วยตนเอง และจากกลุ่มเพื่อน ในการปรับตัวเมื่อเผชิญสถานการณ์ที่ท้าทายหรือปัญหาในการทำงาน และจะยังคงพยายามเอาชนะอุปสรรคต่างๆ เมื่อรับรู้ว่ามีผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจะประสบความสำเร็จและเป็นสิ่งที่มีคุณค่า โดยในขั้นนี้ผู้วิจัยบูรณาการจากแนวคิดการมองโลกในแง่ดี การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง และแนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V) เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการอบรมได้เรียนรู้และลงมือปฏิบัติโดยการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ต่างๆ อย่างหลากหลาย มีเป้าหมาย ผ่านการเผชิญปัญหาหรือต้องแก้ปัญหา ทำให้เกิดประสบการณ์ตรง สามารถเห็นความเป็นตัวตนของตนเองที่แสดงออกผ่านกิจกรรมนั้นๆ ซึ่งในขั้นนี้จะเป็นการนำกิจกรรมการเรียนรู้ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงจากภายในตามแนวจิตตปัญญาศึกษา หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักการดำเนินงาน การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง และแนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคมาปรับใช้ในบริบทที่เหมาะสมกับผู้เข้ารับการอบรม

ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E) เป็นขั้นสุดท้ายของการฝึกอบรมคือ ขั้นที่ผู้เข้ารับการอบรมสร้างกระบวนการประเมินค่าด้วยวิธีการสะท้อนกลับจากตนเอง และจากผู้อื่น ที่ช่วยให้รู้สึกว่าคุณค่า มีความสามารถ มีความมั่นใจในตนเอง และสามารถตัดสินใจด้วยตนเองในการเผชิญอุปสรรคในการทำงานให้ประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวัง โดยบูรณาการจากแนวคิดการสะท้อนความคิด การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง การเสริมพลังการทำงาน และแนวคิดการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรค



การฝึกอบรมประกอบด้วยเนื้อหา/ สาระ ที่ใช้สถานการณ์หรือเรื่องราวที่เป็นปัญหาเป็นสิ่งที่ใกล้ตัวนักศึกษาในขณะปฏิบัติการสอน ได้แก่ เรื่องราวเกี่ยวกับเด็ก ผู้ปกครอง ครูพี่เลี้ยง และสภาพทางสังคม จำนวน 8 หน่วย ได้แก่

- หน่วยที่ 1 ภาวะวิกฤติ
- หน่วยที่ 2 เมื่อฉันเป็นเด็ก
- หน่วยที่ 3 เชนิณสถานการณ์
- หน่วยที่ 4 ตั้งสติให้มัน
- หน่วยที่ 5 ชีวิตที่แท้...ต้องมีอุปสรรค
- หน่วยที่ 6 ผิดเป็นครู...เรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลง
- หน่วยที่ 7 ช่วยผู้อื่นและช่วยตนให้พ้นอุปสรรค
- หน่วยที่ 8 อดทน เพียรพยายาม



## หน่วยที่ 1 ภาวะวิกฤติ

### ชื่อกิจกรรม : แม่ น้ำ สี เลือด

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้รับรู้ถึงความสามารถในการควบคุมตนเองให้สามารถข้ามผ่านเหตุการณ์ที่ยากลำบากหรืออุปสรรคไปได้ (C)
2. เพื่อให้แต่ละคนได้ตระหนักถึงวิธีการทำงานของตนเอง ซึ่งอาจเป็นอุปสรรคต่อความสำเร็จ และสัมพันธภาพในทีม (O2)
3. เพื่อฝึกการมองโลกในแง่ดี ทุกปัญหาสามารถแก้ไขได้ (R)
4. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้รับรู้ถึงความสามารถในการจัดการกับความยืดหยุ่นของปัญหา (E)
5. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้เรียนรู้และยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น

#### สาระสำคัญ/ เนื้อหา

การได้รับรู้ถึงความสามารถในการควบคุมตนเองให้สามารถข้ามผ่านเหตุการณ์ที่ยากลำบากหรืออุปสรรคไปได้ โดยแต่ละคนได้ตระหนักถึงวิธีการทำงานของตนเอง ซึ่งอาจเป็นอุปสรรคต่อความสำเร็จ และสัมพันธภาพในทีม

#### อุปกรณ์

1. Flip chart พร้อมปากกาเขียน
2. กระดาษ A4 เย็บมุม 3 แผ่น พร้อมปากกา
3. แผ่นพลาสติกเท่าขนาด A4 จำนวนครึ่งหนึ่งของผู้เข้าร่วมกิจกรรม
4. เชือก/ ริบบิ้น 2 เส้น ใช้กำหนดความกว้างของแม่ น้ำ สี เลือด
5. กระดิ่งใช้ให้สัญญาณ
6. เครื่องเสียง
7. เพลงบรรเลง
8. โต้ะเล็กสำหรับตั้งแจกันดอกไม้สด และอุปกรณ์จุดเทียน
9. กระดาษเขียนป้ายชื่อ
10. สีชอล์ก/ สีเทียน

#### การจัดห้อง

ควรจัดห้องแบบไม่เป็นทางการ นั่งล้อมวงกับพื้น/ นั่งเก้าอี้

#### ระยะเวลา

3 ชั่วโมง

#### ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

- เกริ่นนำทักทายด้วยการแนะนำตัววิทยากร

มีเสียงกระดิ่งเบาๆ ก่อนเริ่มกิจกรรม วิทยากรพูด “เราจะเริ่มกิจกรรมด้วยการใช้สัญญาณกระดิ่ง (วิทยากรเคาะเสียงกระดิ่ง) ไม่ว่าจะเป็นการเริ่มทำกิจกรรมหรือหยุดเราจะได้ยินเสียงนี้ ขอให้ทุกคนพยายามที่จะฟังให้ได้มากที่สุด”

### ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L)

1. วิทยากรเชิญให้สมาชิกนั่งสงบใจ ผ่อนคลาย สำนวญความรู้สึกของตนตั้งแต่เข้าจนกระทั่งปัจจุบัน แจกกระดาษ เชือก และสีสำหรับจัดทำป้ายชื่อ จากนั้นให้แนะนำตัวเองต่อกลุ่มโดยการบอกชื่อ และเล่าความรู้สึกของตนเองที่เพิ่งสำรวจเสร็จให้เพื่อนฟัง

2. วิทยากรอภิปรายชี้ประเด็นให้เห็นที่มาของพฤติกรรมและอารมณ์ความรู้สึกของแต่ละคนว่าเกิดได้จากสาเหตุเบื้องหลังที่แตกต่างกันออกไป การเข้าใจพฤติกรรมและอารมณ์ความรู้สึกของคนจึงต้องสำรวจจากความเป็นจริงด้วยการสื่อสารกัน ไม่ใช่ด่วนสรุปตามความเข้าใจของตนเอง

### ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O)

1. ให้ทุกคนวาดตะกร้าเปล่าลงในกระดาษ A4 หน้าละ 1 ใบ รวม 3 หน้า 3 ใบ โดยเปิดพื้นที่ว่างของตะกร้าไว้ จากนั้นให้เขียนข้อความลงในตะกร้า ดังนี้

ตะกร้าที่ 1 ให้ระบุว่านับตั้งแต่เราเริ่มเรียนในสาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษาได้เกิดการเปลี่ยนแปลงอะไรที่สำคัญที่สุดในชีวิตเรา (ให้ตอบอย่างจริงจังที่สุด)

ตะกร้าที่ 2 ให้ระบุว่าความสุขในการปฏิบัติการสอนของเราเกิดจากอะไรบ้าง เช่น เพื่อนร่วมงาน ลักษณะงาน ความสำเร็จ ครูพี่เลี้ยง อาจารย์นิเทศก์ ฯลฯ

ตะกร้าที่ 3 ให้ระบุว่าความสุขในการปฏิบัติการสอนที่เราคาดหวัง

2. เชิญทุกคนยืนขึ้น ถือสมุดที่มีข้อความในตะกร้าเดินไปหาคนที่เราอยากรู้จัก แล้วถามเขาว่าในตะกร้าใบที่ 1 ของเขามีข้อความอะไรให้จดข้อความของเขาพร้อมชื่อลงในตะกร้าของเราพร้อมกับบอกข้อความในตะกร้าของเราให้เขาทราบด้วย เสร็จแล้วก็เวียนไปหาเพื่อนคนใหม่ ทำเช่นเดิมอีกจนกว่าจะได้ยินเสียงกระดิ่งให้สัญญาณ ก็ให้เปลี่ยนเป็นข้อความในตะกร้าใบที่ 2 วนไปเรื่อยๆ พอได้ยินเสียงกระดิ่งให้สัญญาณ ก็เปลี่ยนเป็นแลกเปลี่ยนข้อความในตะกร้าใบที่ 3 จนได้ยินสัญญาณ

3. วิทยากรเชิญให้กลุ่มนั่งล้อมเป็นวงกลม แล้วถามว่าในแต่ละตะกร้ามีข้อความอะไรบ้าง ผู้ช่วยผู้วิจัยเขียนข้อความขึ้นบอร์ดที่ละตะกร้า จากนั้นวิทยากรเลือกข้อความที่น่าสนใจนำมาอภิปราย ให้ผู้เข้ารับการอบรมได้คิดทบทวนพิจารณาตนเองอีกครั้งและได้เรียนรู้จากประเด็นของคนอื่น ขณะเดียวกันวิทยากรก็ได้เรียนรู้และทราบข้อมูลเกี่ยวกับผู้เข้ารับการอบรม

### ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V)

1. วิทยากรกำหนดให้กลุ่มทำงานคือการข้ามแม่น้ำสี่เลือดพร้อมกันจากจุดเริ่มต้นจนถึงจุดสุดท้ายให้สำเร็จ โดยมีกติกา ดังนี้

- วิทยากรชี้แจงกติกาว่าแม่น้ำสีเลือดเป็นแม่น้ำที่สมมติขึ้น ส่วนหนึ่งส่วนของร่างกายของทุกคนต้องสัมผัสกันต่อเนื่องตั้งแต่เริ่มต้นจนพ้นเส้นชัย หากคนหนึ่งคนใดหลุดจากกัน ต้องเริ่มใหม่ทั้งหมด

- การข้ามแม่น้ำนี้จะปลอดภัยเมื่ออยู่บนก้อนหินเท่านั้นหากน้ำสีเลือดถูกร่างกายส่วนใด ส่วนนั้นจะพิการ ใช้ไม่ได้อีกต่อไป (เช่นปลายเท้าถูกน้ำสีเลือด ผู้ช่วยผู้วิจัยจะใช้เทปติดเป็นเครื่องหมายไว้ และคนนั้นจะต้องเดินโดยใช้เฉพาะสันเท้าตลอดไปห้ามใช้ปลายเท้าอีก เป็นต้น)

- เนื้อแม่น้ำมีเขื่อนซึ่งปล่อยน้ำเป็นเวลาทั้งนี้หากเขื่อนจะปล่อยน้ำจะมีสัญญาณเตือนว่าอีก 5 นาทีจะปล่อยน้ำ (ซึ่งหมายถึงว่าจะหมดเวลาข้ามแม่น้ำแล้ว)

- ก้อนหินที่ใช้ข้ามแม่น้ำ จะต้องมีคนยืนอยู่ตลอดเวลา มิฉะนั้นจะเข้จะคาบก้อนหินไป (ผู้ช่วยผู้วิจัยจะวางแผนพลาสติกซึ่งสมมติเป็นก้อนหินที่ใช้เหยียบข้ามแม่น้ำสีเลือดให้จำนวนครึ่งหนึ่งของจำนวนคนที่ร่วมเล่น โดยผู้ช่วยผู้วิจัยคนหนึ่งจะเล่นบทบาทเป็นจระเข้)

ในระหว่างการดำเนินกิจกรรม ขณะผู้เล่นวางแผนและข้ามแม่น้ำตามกติกา วิทยากรจะต้องเฝ้าสังเกตพฤติกรรมของกลุ่มอย่างใกล้ชิดตลอดเวลา เพื่อคอยสังเกตเมื่อผิดกติกา และบอกให้เริ่มต้นใหม่รวมทั้งคอยสังเกตพฤติกรรมกลุ่ม และพฤติกรรมของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่มด้วย

2. เมื่อจบกิจกรรมให้ผู้เข้ารับการอบรมนั่งล้อมวงเป็นกลุ่ม วิทยากรนำข้อสังเกตที่ได้มาเปิดประเด็นอภิปรายซักถามถึงความรู้สึกนึกคิดขณะทำกิจกรรม โดยใช้คำถามที่ช่วยสะกิดใจให้ตรวจสอบและวิเคราะห์ตนเองถึงสาเหตุแท้จริงของความรู้สึกและพฤติกรรมที่แสดงออกมาขณะทำกิจกรรม (เช่น รู้สึกอย่างไรที่ต่างคนต่างออกความเห็นถึงวิธีข้ามแม่น้ำสีเลือดโดยไม่มีใครฟังใคร รู้สึกอย่างไรเมื่อเกิดการผิดพลาดต้องเริ่มต้นใหม่ ฯลฯ)

3. วิทยากรสรุปให้เห็นถึงปัจจัยพื้นฐานในการทำงานด้วยพลังกลุ่ม เช่น การวางแผนงาน การประสานงาน การสื่อสาร การเคารพและรับฟังซึ่งกันและกัน การเปิดพื้นที่ให้เสียงส่วนน้อย การร่วมแรงร่วมใจ เสียสละ อดทน รอคอย และการแก้ปัญหา ฯลฯ

#### ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E)

1. วิทยากรกล่าวให้ผู้เข้ารับการอบรมนั่งอยู่กับตนเองเพื่อสงบใจ ผ่อนคลาย รู้สึกอยู่กับลมหายใจ

2. วิทยากรกล่าวให้ผู้เข้ารับการอบรมเริ่มนึกย้อนไปตั้งแต่เริ่มทำกิจกรรมว่า รู้สึกอย่างไร คิดอะไร ทำอะไรบ้าง และแต่ละขณะมีสิ่งใดผ่านเข้ามาในจิตใจหรือสมองของเราบ้าง เราได้เรียนรู้อะไร ได้รับผลกระทบอย่างไรจากแต่ละช่วงของกิจกรรม ปัญหาที่เกิดขึ้นเราสามารถควบคุมได้อย่างไร

3. ผู้เข้ารับการอบรมทุกคนแสดงความเห็นให้กลุ่มทราบว่าได้เรียนรู้อะไรที่ประทับใจ และจะนำกลับไปใช้ในการปฏิบัติการสอนของตนอย่างไร

### ทักษะที่จำเป็นของวิทยาการ

1. ความสามารถในการชักนำให้ผู้เข้ารับการอบรมฟัง และตอบคำถามด้วยใจที่สงบ เกิดการใคร่ครวญที่แท้จริง
2. ความสามารถในการฟัง จับประเด็น และวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเชื่อมโยงเข้ากับการเรียนรู้

(หมายเหตุ : กิจกรรมปรับจาก)

- ชุดความรู้การอบรมกระบวนการแนวคิดตปัญญาศึกษา. ศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาพลังแผ่นดินเชิงคุณธรรม (ศูนย์คุณธรรม) สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้ (องค์การมหาชน). พริกหวานกราฟฟิก. 2551.
- คู่มือจัดกิจกรรมค่ายพัฒนาสติปัญญาเด็กไทยกลุ่มวัยรุ่น: หลักสูตรการพัฒนาความฉลาด 4 ด้าน สำหรับวัยรุ่นไทย. โครงการพัฒนาสติปัญญาเด็กไทย กรมสุขภาพจิต สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์. 2550.
- คู่มือการฝึกอบรมเยาวชน ครูและคนทำงานด้านเยาวชนในมิติกระบวนการทัศนใหม่. สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. 2552.



### ป้ายชื่อ



### ตระกร้า 3 ใบ



### แม่ผ้าสีเลือด



## หน่วยที่ 2 เมื่อฉันเป็นเด็ก

### ชื่อกิจกรรม : สายน้ำชีวิต

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้รับรู้ถึงความสามารถในการควบคุมตนเองให้สามารถข้ามผ่านเหตุการณ์ที่ยากลำบากหรืออุปสรรคไปได้ (C)
2. เพื่อให้แต่ละคนได้ตระหนักถึงความภาคภูมิใจ และสิ่งที่ควรแก้ไข (O2)
3. เพื่อฝึกการมองโลกในแง่ดี ทุกปัญหาสามารถแก้ไขได้ (R)
4. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้รับรู้ถึงความสามารถในการจัดการกับความยืดหยุ่นของปัญหา (E)
5. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้ฝึกการทบทวนตนเองและฝึกการคิดย้อนกลับ

#### สาระสำคัญ/ เนื้อหา

การได้รับรู้ถึงความสามารถในการควบคุมตนเองให้สามารถข้ามผ่านเหตุการณ์ที่ยากลำบากหรืออุปสรรคไปได้ โดยแต่ละคนได้ตระหนักถึงความภาคภูมิใจ และสิ่งที่ควรแก้ไขในชีวิตได้ทบทวนตนเอง คิดย้อนกลับ เปิดใจตนเอง และยอมรับผู้อื่น

#### อุปกรณ์

- |                                |                     |
|--------------------------------|---------------------|
| 1. เพลงบรรเลง พร้อมเครื่องเล่น | 2. กระดาษ A4        |
| 3. ดินสอสี/ สีเทียน/ สีชอล์ก   | 4. กระดิ่งให้สัญญาณ |
| 5. สถานการณ์/ปัญหาเด็กอนุบาล   | 6. ลูกฝ้าย          |

#### การจัดห้อง

ควรถจัดห้องแบบไม่เป็นทางการ นั่งล้อมวงกับพื้น/ นั่งเก้าอี้

#### ระยะเวลา

3 ชั่วโมง

#### ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

- เกริ่นนำทักทายและทบทวนสิ่งที่ทำผ่านมา วิทยากรแจกลูกฝ้ายที่ม้วนเป็นก้อนกลม ผู้เข้ารับการอบรมสัมผัสลูกฝ้าย และบอกความรู้สึกที่ได้รับ วิทยากรพาม้วนเส้นฝ้ายให้เป็นลูกฝ้ายที่ม้วนด้วยตนเอง สัมผัสอีกครั้งว่ารู้สึกอย่างไร เมื่อคิดว่าจดจำลูกฝ้ายของตนเองได้เป็นอย่างดีแล้วให้แต่ละคนหลับตาลงช้าๆ ถือลูกฝ้ายด้วยมือขวา และเมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มก็ให้ส่งลูกฝ้ายไปให้เพื่อนทางขวาและรับลูกฝ้ายจากเพื่อนทางซ้ายมือไปเรื่อยๆ เมื่อรู้สึกว่าลูกฝ้ายที่ส่งมาเป็นของเราก็เก็บลูกฝ้ายนั้นไว้ จากนั้นค่อยๆ ลืมตาดู แต่ถ้าไม่ใช่ก็ให้หลับตา และส่งลูกฝ้ายต่อไป จนกว่าลูกฝ้ายจะกลับคืนสู่เจ้าของคนเดิม ทุกคนสัมผัสลูกฝ้ายอีกครั้งและให้บอกความรู้สึกหลังจากทำกิจกรรมที่ละคน โดยวิทยากรจะรอรับฟังจนครบทุกคน วิทยากรสรุปกิจกรรมว่าการทำกิจกรรมนี้สามารถนำไปใช้ในห้องเรียนอนุบาลได้ และยังเป็นการฝึกสมาธิ ฝึกการสัมผัสได้เป็นอย่างดี

### ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L)

1. วิทยากรเชิญให้สมาชิกนั่งในที่ที่สบาย ผ่อนคลาย หลับตาลง วิทยากรกล่าวนำให้สมาชิกปลดปล่อยใจให้เป็นอิสระพร้อมกับน้อมโสตประสาทให้สัมผัสเสียงดนตรีที่แผ่วเบา ดูใจ และความคิดของตนขณะปัจจุบัน ปล่อยให้ว่าง พร้อมทั้งจะบอกเรื่องราวความรู้สึกนึกคิดของตนเองออกมา โดยไม่ต้องสั่งให้คิดเพียงแต่ใครครวญ

1.1 มีเรื่องราวและเหตุการณ์อะไรบ้างที่มีอิทธิพล หรือส่งผลกับชีวิตเรา ทำให้หึกเห หรือช่วยหล่อหลอมเราทั้งในทางที่ดี และด้านที่เจ็บปวด เรื่องราวเหตุการณ์นั้นจะเกิดในวัยเด็ก วัยรุ่น หรือเมื่อไม่นานมานี้ก็ได้ แล้วให้ถ่ายทอดออกมาเป็นภาพ วิทยากรแจกกระดาษ A4 พร้อมกับสีเทียนสำหรับวาดภาพ

1.2 ให้ผู้เข้ารับการอบรมกลับมาสู่ชีวิตในปัจจุบันขณะ และลองทบทวนเรื่องราวที่เกิดขึ้นพร้อมกับจับคู่กับเพื่อนและเล่าให้เพื่อนฟัง โดยขอให้ผู้ฟังฟังอย่างตั้งใจ ฟังด้วยหัวใจ ด้วยความเคารพ ไม่แนะนำ ไม่ซักถาม หรือตอบโต้ และไม่นำเรื่องไปเล่าต่อ ใช้เวลาในการเล่าคนละ 5 นาที โดยจะมีเสียงกระดิ่งให้สัญญาณจึงผลัดกันเป็นผู้เล่าและผู้ฟัง

### ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O)

1. ให้ผู้เข้ารับการอบรมทุกคนอยู่กับตนเองโดยการนั่งสมาธิใครครวญเรื่องราวที่ได้รับฟังเพื่อความเข้าใจตัวตนของเพื่อน สังเกตเห็นความไว้วางใจที่เพื่อนมีให้เราโดยการเปิดเผยเรื่องราวตัวตนของเขา และสำรวจผลกระทบที่เกิดขึ้นในตัวเราจากการฟังเรื่องราวของเพื่อน และการเล่าเรื่องราวของตนเอง

2. ผู้เข้ารับการอบรมแบ่งกลุ่มๆ ละเท่าๆ กัน วิทยากรแจกเรื่องราว /สถานการณ์ที่เป็นปัญหาเกี่ยวข้องกับเด็กอนุบาล พร้อมกระดาษปรีฟ และปากกาเคมี ให้ผู้เข้ารับการอบรมแต่ละกลุ่ม

### ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V)

1. วิทยากรกำหนดให้แต่ละกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็นในการแก้ปัญหาที่พบในเด็กคนนั้น พร้อมทั้งสรุปวิธีในการแก้ไขปัญหาโดยเขียนเป็นแผนผัง (Mind Map)

2. เมื่อจบกิจกรรมให้ผู้เข้ารับการอบรมนั่งล้อมวงเป็นกลุ่มใหญ่ วิทยากรนำข้อสังเกตที่ได้มาเปิดประเด็นอภิปรายซักถามถึงความรู้สึกนึกคิด วิธีการแก้ปัญหา โดยใช้คำถามที่ช่วยสะกิดใจให้ตรวจสอบและวิเคราะห์ถึงสาเหตุที่แท้จริงของพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกมา

3. วิทยากรสรุปให้เห็นถึงปัจจัยพื้นฐานในการทำงานด้วยพลังกลุ่ม เช่น การวางแผนงาน การประสานงาน การสื่อสาร การเคารพและรับฟังซึ่งกันและกัน การเปิดพื้นที่ให้เสียงส่วนน้อย การร่วมแรงร่วมใจ เสียสละ อดทน รอคอย และการแก้ปัญหา ฯลฯ

### ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E)

1. วิทยากรกล่าวนำให้ผู้เข้ารับการอบรมนั่งอยู่กับตนเองเพื่อสงบใจ ผ่อนคลาย ระลึกอยู่กับลมหายใจ



2. วิทยากรกล่าวให้ผู้เข้ารับการอบรมเริ่มนึกย้อนไปตั้งแต่เริ่มทำกิจกรรมว่า รู้สึกอย่างไร คิดอะไร ทำอะไรบ้าง และแต่ละขณะมีสิ่งใดผ่านเข้ามาในจิตใจหรือสมองของเราบ้าง เราได้เรียนรู้อะไร ได้รับผลกระทบอย่างไรจากแต่ละช่วงของกิจกรรม ปัญหาที่เกิดขึ้นเราสามารถควบคุมได้อย่างไร

3. ผู้เข้ารับการอบรมทุกคนแสดงความเห็นให้กลุ่มทราบว่าได้เรียนรู้อะไรที่ประทับใจ และจะนำกลับไปใช้ในการปฏิบัติการสอนของตนอย่างไร

#### ทักษะที่จำเป็นของวิทยากร

- การใช้ถ้อยคำภาษาที่มีพลังโน้มน้าวให้ผ่อนคลายสบายใจ อายากเปิดเผยเรื่องราว



อุปกรณ์  
ลูกฟ้าย



สายน้ำชีวิต



## กรณีศึกษา



### ครูสั่งเพื่อนร.อนุบาล ให้ทุบหลังทำโทษเด็ก !!!

นักเรียนหญิงชั้นอนุบาลถูกคุณครูสั่งให้เพื่อนร่วมห้องทุบตีคนละ 10 ครั้ง จนทำให้ร่างกายได้รับความบอบช้ำอย่างหนัก ที่โรงเรียนอนุบาลแห่งหนึ่งในอำเภอซางเล่อ เมืองเหวยฟาง มณฑลซานตงของจีน

มารดาของเด็กหญิงชั้นอนุบาล วัย 6 ขวบ เล่าว่า เมื่อวันที่ 11 กรกฎาคมที่ผ่านมา นายหลิวสามีของเธอไปรับลูกสาวที่โรงเรียน ขณะที่เดินทางกลับบ้าน เล่อเล่อร้องไห้ไม่หยุดเนื่องจากเจ็บปวด เมื่อถึงบ้านจึงเปิดเสื้อของลูกสาวดูพบรอยช้ำขนาดใหญ่ สร้างความไม่พอใจให้กับนายหลิวเป็นอย่างมาก จึงแจ้งความกับตำรวจ ขณะที่เล่อเล่อ ก็ไม่กล้าไปโรงเรียนเช่นกัน

สอบถามที่ไปที่มาของรอยช้ำดังกล่าว เด็กหญิงเล่อเล่อ เล่าเหตุการณ์ให้ฟังว่า วันนั้นในคาบเรียนวิชาดนตรี คุณครูกำลังสอนเปียโน มีเพื่อนคนหนึ่งแกล้งเอายางลบของเธอไป เธอจะเอาคืนแต่เพื่อนไม่ยอมให้คืน คุณครูเห็นจึงทำโทษเล่อเล่อ เนื่องจากมีความผิดคุยกันในห้องเรียน โดยให้เพื่อนๆ ในห้องทุบตีเล่อเล่อคนละ 10 ครั้ง และทั้งห้องมีนักเรียนทั้งหมด 32 คน มีเพียง 2 คนที่ไม่ได้ทำ หลังจากที่ถูกส่งโรงพยาบาล ครูใหญ่และบรรดาคุณครูต่างก็มาเยี่ยม และบอกว่าจะจัดการเรื่องนี้ให้ แต่หลังจากนั้นพวกคุณครูก็ไม่มาเยี่ยมอีกเลย จนกระทั่งเล่อเล่อออกจากโรงพยาบาล เรื่องที่เกิดขึ้นเงียบหายไป ไม่มีความคืบหน้าแต่อย่างใด อีกทั้งเมื่อไปหาที่โรงเรียนทุกคนต่างหนีหน้า โทรศัพท์หาก็ไม่ติด ตนและสามีจึงเรียกร้องกับสำนักงานการศึกษาของอำเภอ เพื่อร้องเรียนการกระทำที่ไม่เหมาะสมดังกล่าว ครูผู้กระทำผิดได้ถูกไล่ออกจากโรงเรียนเรียบร้อยแล้ว ขณะเดียวกันเจ้าหน้าที่ตำรวจก็เร่งดำเนินคดีกับครुरายนี้ด้วยเช่นกัน

ข้อมูลโดย : [www.talkystory.com/](http://www.talkystory.com/) สืบค้นเมื่อวันที่ 9 สิงหาคม 2555

### หน่วยที่ 3 เจริญสถานการณ์

ชื่อกิจกรรม : ตัวต่อมหาสนุก

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้รับรู้ถึงความสามารถในการควบคุมตนเองให้สามารถข้ามผ่านเหตุการณ์ที่ยากลำบากหรืออุปสรรคไปได้ (C)
2. เพื่อให้แต่ละคนได้ตระหนักถึงความภาคภูมิใจ และสิ่งที่ควรแก้ไข (O2)
3. เพื่อฝึกการมองโลกในแง่ดี ทุกปัญหาสามารถแก้ไขได้ (R)
4. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้รับรู้ถึงความสามารถในการจัดการกับความยืดหยุ่นของปัญหา (E)
5. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้เข้าใจถึงอุปสรรคในการทำงาน ในเรื่องการสื่อสาร การประสานงาน และการมอบหมายงาน

สาระสำคัญ/ เนื้อหา

การทำงานของทุกองค์กรต้องอาศัยการสื่อสาร การประสานงาน การมอบหมายงานที่เหมาะสมกับศักยภาพของบุคคล มีความไว้วางใจ เชื่อใจกัน โดยมีกฎระเบียบที่ทุกคนยึดถือและปฏิบัติตาม

อุปกรณ์

- |                                |   |
|--------------------------------|---|
| 1. ตัวต่อต้นแบบ                | 2. ตัวต่อสำหรับแต่ละกลุ่มใส่ซองสีน้ำตาล |
| 3. เพลงบรรเลง พร้อมเครื่องเล่น | 4. ชีฟิ่งบั้น                           |
| 5. กระดาษ A4 ปากกา/ดินสอ       | 6. กระดิ่งให้สัญญาณ                     |

การจัดห้อง

ควรจัดห้องแบบไม่เป็นทางการ นั่งล้อมวงกับพื้น/ นั่งเก้าอี้

ระยะเวลา

3 ชั่วโมง

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

- สนทนาทักทาย จุดเทียนและกล่าวเปิดวันด้วยบทกวีของรุตอล์ฟ สไตเนอร์

**ขั้นที่ 1 การฟังอย่างลึกซึ้ง (Listening: L)**

1. วิทยากรเชิญให้สมาชิกนั่งในที่ที่สบาย ผ่อนคลาย หลับตาลง วิทยากรกล่าวนำให้สมาชิกปลดปล่อยใจให้เป็นอิสระพร้อมกับฟังเสียงดนตรีบรรเลงที่แผ่วเบา ระลึกอยู่กับความคิดของตนเองปัจจุบัน ปล่อยใจให้ว่าง วิทยากรเปิดเพลงบรรเลงเบาๆ ผู้เข้ารับการอบรมนั่งนิ่งๆ ประมาณ 5 นาที เมื่อเพลงเจียบ วิทยากรแจกชีฟิ่งสำหรับบั้นให้ผู้เข้ารับการอบรมคนละก้อน ให้แต่ละคนคิดวิธีที่จะทำให้ชีฟิ่งบั้นอ่อนตัว ทำเป็นก้อนกลมที่สุด จากนั้นทำเป็นแผ่นบางที่สุด เมื่อได้แผ่นที่บางใสลองให้ส่องดูว่ามองเห็นแสง วิทยากรก็ส่งแผ่นของตนเองไปให้ผู้เข้ารับการอบรมทางซ้าย

และให้แต่ละคนประกอบแผ่นซีดีติดกัน จนครบคนสุดท้าย ขณะทำก็ให้แต่ละคนเฝ้าสังเกตอารมณ์ความรู้สึก ใจของตนเองด้วย และเมื่อมาถึงคนสุดท้ายก็ให้นำมาวางไว้ที่โต๊ะ จากนั้นจึงจะเริ่มกิจกรรมการบอกเรื่องราวความรู้สึกนึกคิดของตนเองถึงสิ่งที่เกิดขึ้นในห้องเรียนที่มีครูพี่เลี้ยงคอยดูแล

1.1 มีเรื่องราวและเหตุการณ์อะไรบ้างที่ครูพี่เลี้ยงมีอิทธิพล หรือส่งผลกับชีวิตเรา ทำให้หักเห หรือช่วยหล่อหลอมเราทั้งในทางที่ดี และด้านที่เจ็บปวด เรื่องราวเหตุการณ์นั้น จะเกิดในห้องเรียนที่เรารับผิดชอบเมื่อไม่นานมานี้ก็ได้ แล้วให้เขียนถ่ายทอดออกมา วิทยากรแจกกระดาษA4 พร้อมอุปกรณ์

1.2 ให้ผู้เข้ารับการอบรมกลับมาสู่ชีวิตในปัจจุบันขณะ และลองทบทวนเรื่องราวที่เกิดขึ้นพร้อมกับเล่าให้เพื่อนฟัง โดยขอให้ผู้ฟังฟังอย่างตั้งใจ ฟังด้วยหัวใจ ด้วยความเคารพ ไม่แนะนำ ไม่ซักถาม หรือตอบโต้ และไม่นำเรื่องไปเล่าต่อ ให้ความเวลาในการเล่าคนละ 1 นาที

### ขั้นที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Optimism: O)

- ให้ผู้เข้ารับการอบรมทุกคนอยู่กับตนเองโดยการนั่งสมาธิใคร่ครวญเรื่องราวที่ได้รับฟังเพื่อความเข้าใจตัวตนของเพื่อน สังเกตเห็นความไว้วางใจที่เพื่อนมีให้เรา สำรวจผลกระทบที่เกิดขึ้นในตัวเราจากการฟังเรื่องราวของเพื่อน และการเล่าเรื่องราวของตนเอง

### ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าสู่การปฏิบัติ (Valuing: V)

1. วิทยากรชี้แจงกติกาและวิธีการทำกิจกรรมตัวต่อมหาสนุก  
2. แบ่งกลุ่มย่อย กลุ่มละเท่าๆ กัน ประมาณ 5-8 คน ให้ต่อตัวต่อตามต้นแบบ โดยมีกติกาดังนี้

- คนที่ 1 เป็นคนได้เห็นต้นแบบ แล้วมาอธิบายให้คนที่ 2 เข้าใจและเห็นภาพตามคำอธิบาย

- คนที่ 2 นำคำอธิบายไปบอกเล่าให้สมาชิกในกลุ่มฟัง

โดยคนที่ 1 เดินกลับไปดูต้นแบบได้และกลับไปตรวจสอบงานของกลุ่ม โดยห้ามพูดหรือใช้มือหรือใช้สัญญาณใดๆ ทำได้เพียงพยักหน้าหรือส่ายหน้าเท่านั้น ถ้าต้องการสื่อสารด้วยการพูดหรืออธิบายก็ให้ออกไปนอกห้องพร้อมกับคนที่ 2 และสามารถพูดหรืออธิบายได้ จากนั้นคนที่ 2 ก็กลับมาบอกเพื่อนในกลุ่มต่อได้

3. เมื่อจบกิจกรรมให้ผู้เข้ารับการอบรมนั่งล้อมวงเป็นกลุ่มใหญ่ วิทยากรนำข้อสังเกตที่ได้มาเปิดประเด็นอภิปรายซักถามถึงความรู้สึกนึกคิด วิธีการแก้ไขปัญหา โดยใช้คำถามชี้้นำให้แต่ละคนสำรวจความรู้สึกในขณะทำกิจกรรมว่าเป็นอย่างไร เช่น หงุดหงิด รำคาญ โกรธ โทษ คนอื่นอีกแล้ว เป็นต้น

4. วิทยากรสรุปให้เห็นถึงปัจจัยพื้นฐานในการทำงานด้วยพลังกลุ่ม เช่น การวางแผนงาน การประสานงาน การสื่อสาร การเคารพและรับฟังซึ่งกันและกัน การเปิดพื้นที่ให้เสียงส่วนน้อย การร่วมแรงร่วมใจ เสียสละ อดทน รอคอย และการแก้ปัญหา ฯลฯ

5. วิทยากรเล่าเรื่องราว/ สถานการณ์ที่เป็นปัญหาเกี่ยวข้องกับครูพี่เลี้ยงให้ผู้เข้ารับการอบรมฟังเพื่อเป็นการจุดประกายความคิดให้กลับไปปฏิบัติ (ใบกิจกรรมสถานการณ์)

#### ขั้นที่ 4 การประเมินค่าและการเสริมพลัง (Evaluation and Empowerment: E)

1. วิทยากรกล่าวให้ผู้เข้ารับการอบรมนั่งอยู่กับตนเองเพื่อสงบใจผ่อนคลายระลึกอยู่กับลมหายใจ

2. วิทยากรกล่าวให้ผู้เข้ารับการอบรมเริ่มนึกย้อนไปตั้งแต่เริ่มทำกิจกรรมว่า รู้สึกอย่างไร คิดอะไร ทำอะไรบ้าง และแต่ละขณะมีสิ่งใดผ่านเข้ามาในจิตใจหรือสมองของเราบ้าง เราได้เรียนรู้อะไร ได้รับผลกระทบอย่างไรจากแต่ละช่วงของกิจกรรม ปัญหาที่เกิดขึ้นเราสามารถควบคุมได้อย่างไร

3. ผู้เข้ารับการอบรมทุกคนแสดงความเห็นให้กลุ่มทราบว่าได้เรียนรู้อะไรที่ประทับใจ และจะนำกลับไปใช้ในการปฏิบัติการสอนของตนอย่างไร

#### ทักษะที่จำเป็นของวิทยากร

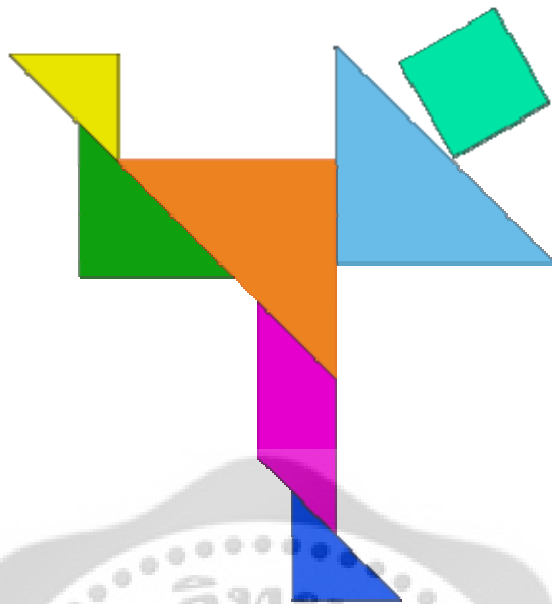
1. การใช้ถ้อยคำภาษาที่มีพลังโน้มน้าวให้ผ่อนคลายสบายใจ อยากเปิดเผยเรื่องราว
2. สามารถสังเกตและเชื่อมโยงพฤติกรรมที่เห็นระหว่างการทำกิจกรรมไปสู่การเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองของผู้เข้ารับการอบรมแต่ละคนได้

### ขี้ผึ้งปั้น

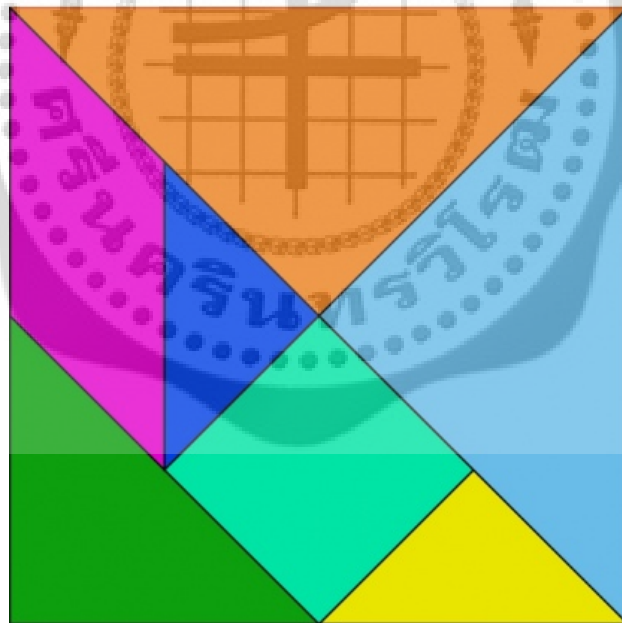


### ตัวต่อมหาสนุก





ภาพต้นแบบ



ชิ้นส่วนสำหรับแจกแต่ละกลุ่ม



## ใบกิจกรรม บทกวีของรุตอล์ฟ สไตเนอร์

กล่าวเปิด (เช้า)

ขอความเข้มแข็ง  
ไหลรินสู่เจตจำนงของฉัน  
ขอความอบอุ่น  
แผ่ซ่านสู่ความรู้สึกของฉัน  
ขอแสงสว่าง  
สาดส่องสู่ความคิดของฉัน  
ดังนั้น ฉันจะได้หล่อเลี้ยงเด็กทั้งหลาย  
ด้วยเป้าหมายที่กระจ่างชัด  
เอาใจใส่พวกเขา ด้วยหัวใจที่เปี่ยมรัก  
และนำปัญญาญาณ  
มาสู่สรรพสิ่ง

กล่าวปิด(เย็น)

แสงสว่างจากโลกกว้างอันไพศาล  
ทำงานอยู่ภายในฉันอย่างมีชีวิตชีวา  
ได้แปรเปลี่ยนเป็นแสงแห่งดวงจิต  
ที่บัดนี้ส่องสว่างเข้าสู่ห้วงลึกแห่งจิตวิญญาณ  
อันนำมาซึ่งผล  
ที่มาจากโลกแห่งจิตวิญญาณ  
ในห้วงแห่งกาลเวลาให้สุขงอม  
เป็นตัวตนที่แท้จริงของมนุษย์

ปฏิบัติกันแห่งดวงจิต  
(รุตอล์ฟ สไตเนอร์)

## ภาพบรรยากาศในการฝึกอบรม

### กลุ่มทดลอง



### กลุ่มขยายผล 1



กลุ่มขยายผล 2



- 
- ภาคผนวก ข
- คู่มือการใช้แบบวัดจิตลักษณะ
  - คู่มือแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน

## คู่มือการใช้แบบวัดจิตลักษณะ

พัฒนาโดย

นางสาวจินดา หน้าเจริญ

นิสิตระดับปริญญาเอก สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย



มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

พุทธศักราช 2555

## คำนำ

คู่มือการใช้แบบวัดจิตลักษณะฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการทำปฏิญญาพันธกิจเรื่อง “การพัฒนาแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาการศึกษาปฐมวัย” ซึ่งจัดทำขึ้นสำหรับใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และสร้างความเข้าใจพื้นฐานให้กับผู้สนใจที่มีความต้องการนำแบบวัดจิตลักษณะไปใช้ โดยภายในเล่มประกอบด้วย คำแนะนำการใช้และแบบวัดจิตลักษณะ 3 ด้าน ที่เป็นจิตลักษณะเดิมและมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญอุปสรรค คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความเชื่ออำนาจในตน และการมองโลกในแง่ดี ผลคะแนนที่เก็บรวบรวมได้จะเป็นข้อบ่งชี้การมีจิตลักษณะของนักศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาการศึกษาปฐมวัย

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า คู่มือฉบับนี้จะสร้างความเข้าใจและใช้เป็นแนวทางในการเก็บรวบรวมข้อมูลให้กับผู้สนใจ หน่วยงานทางการศึกษา ผู้บริหาร หรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาการศึกษาปฐมวัยต่อไป

จินดา หน้าเจริญ  
ผู้วิจัย

## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำแนะนำการใช้ .....	1
- วัตถุประสงค์.....	1
- ลักษณะทั่วไปของแบบวัด.....	1
- วิธีการใช้แบบวัด.....	1
- การตรวจให้คะแนน.....	1
- คำแนะนำวิธีการตอบแบบวัด.....	2
คำชี้แจงแบบวัดเพื่อการวิจัย.....	3
ตอนที่ 1 แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (ความมุ่งมั่นของฉัน).....	4
ตอนที่ 2 แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน (ความเชื่อมั่นในตัวเอง).....	6
ตอนที่ 3 แบบวัดการมองโลกในแง่ดี (ความคิดเชิงบวกของฉันต่อสิ่งต่างๆ).....	8



## คำแนะนำการใช้แบบวัดจิตลักษณะ

### วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้ใช้แบบวัดมีความเข้าใจวิธีการวัดและประเมินผลจิตลักษณะ

### ลักษณะทั่วไปของแบบวัด

แบบวัดจิตลักษณะประกอบด้วย แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน และแบบวัดการมองโลกในแง่ดี แบบวัดแต่ละฉบับมีลักษณะของแบบวัดดังนี้

1. แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ลักษณะของแบบวัดเป็นข้อความและมาตราประเมินค่า 6 ระดับ เริ่มจากจริงที่สุดถึงไม่จริงที่สุด มีทั้งข้อความทางบวกและทางลบ

2. แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน ลักษณะของแบบวัดเป็นข้อความและมาตราประเมินค่า 6 ระดับ เริ่มจากจริงที่สุดถึงไม่จริงที่สุด มีทั้งข้อความทางบวกและทางลบ

3. แบบวัดการมองโลกในแง่ดี ลักษณะของแบบวัดเป็นข้อความและมาตราประเมินค่า 6 ระดับ เริ่มจากจริงที่สุดถึงไม่จริงที่สุด มีทั้งข้อความทางบวกและทางลบ

### วิธีการใช้แบบวัด

แบบวัดจิตลักษณะมีวิธีการใช้แบบวัด ดังนี้

1. ผู้ใช้แบบวัดควรศึกษาคู่มือการใช้แบบวัดจิตลักษณะ เพื่อให้เข้าใจกระบวนการในการดำเนินการทั้งหมด

2. จัดเตรียมสถานที่ เอกสาร อุปกรณ์ที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลให้พร้อม

3. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

3.1 อธิบายวิธีการตอบแบบวัด และแจ้งกำหนดเวลาที่ใช้ในการตอบแบบวัด

3.2 ให้นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยตอบแบบวัด โดยในการตอบแบบวัดนั้นให้นักศึกษาแต่ละคนมีอิสระในการตอบแบบวัด ไม่มีการปรึกษากัน เนื่องจากคำตอบแต่ละข้อไม่มีใครถูกใครผิด แต่ละคนจะมีคำตอบที่แตกต่างกันไป

4. เก็บรวบรวมแบบวัดจิตลักษณะที่ตอบเรียบร้อยแล้ว เพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

5. เมื่อติดตามผลภายหลังการฝึกอบรม 1 เดือน ผู้วิจัยหรือผู้สังเกตบันทึกข้อมูลสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน เพื่อใช้เป็นข้อมูลเชิงคุณภาพ

### การตรวจให้คะแนน

แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แบบวัดความเชื่ออำนาจในตน และแบบวัดการมองโลกในแง่ดี ให้คะแนนแบบวัดตามข้อคำถาม ดังนี้ ข้อความทางบวก จะให้คะแนนไม่จริงที่สุด เท่ากับ 1 คะแนน จนถึง จริงที่สุด เท่ากับ 6 คะแนน ตามลำดับ ถ้าข้อความทางลบจะให้คะแนนกลับกัน ดังนี้

ตัวอย่าง ข้อความทางบวก (+)

1. นักศึกษารู้ปัญหาของนักเรียนในห้อง และพร้อมจะช่วยเหลือ

....6.....      ....5.....      ....4.....      ....3.....      ....2.....      ....1.....

จริงที่สุด      จริง      ค่อนข้างจริง      ค่อนข้างไม่จริง      ไม่จริง      ไม่จริงที่สุด



ตัวอย่าง ข้อความทางลบ (-)

2. นักศึกษาเบื่อหน่ายไม่ยอมรับรู้ปัญหาของนักเรียนในห้อง

....1.....      .....2.....      ....3.....      .....4.....      .....5.....      .....6.....  
 จริงที่สุด      จริง      ค่อนข้างจริง      ค่อนข้างไม่จริง      ไม่จริง      ไม่จริงที่สุด

คำแนะนำวิธีการตอบแบบวัด

การตอบแบบวัดแต่ละฉบับ ผู้ตอบโปรดอ่านและปฏิบัติตามคำชี้แจงในแต่ละฉบับ สำหรับแบบวัดที่มีลักษณะเป็นมาตราประเมินค่า 6 ระดับ เริ่มจากจริงที่สุดถึงไม่จริงที่สุด มีคำแนะนำวิธีการตอบแบบวัด ดังนี้

1. แบบวัดนี้มีจุดมุ่งหมายที่จะสำรวจความเชื่อ ความรู้สึกโดยทั่วๆ ไปของนักศึกษา ขอให้นักศึกษาตอบตามความรู้สึก คำตอบของนักศึกษาจะถือเป็นความลับ และจะไม่มีส่วนเกี่ยวข้องกับผลการเรียนของนักศึกษาแต่อย่างใด

2. ขอให้นักศึกษาอ่านข้อความอย่างช้าๆ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นๆ ตรงกับความรู้สึกของนักศึกษาหรือไม่ แล้วเลือกตอบโดยขีดเครื่องหมาย X ลงในช่อง.....เหนือข้อความนั้นเพียงข้อเดียว

จริงที่สุด หมายถึง ภายในสถานการณ์ 10 ครั้ง โอกาสความน่าจะเป็นจะเกิด

เหตุการณ์ดังกล่าว 9-10 ครั้ง

จริง หมายถึง ภายในสถานการณ์ 10 ครั้ง โอกาสความน่าจะเป็นจะเกิด

เหตุการณ์ดังกล่าว 7-8 ครั้ง

ค่อนข้างจริง หมายถึง ภายในสถานการณ์ 10 ครั้ง โอกาสความน่าจะเป็นจะเกิด

เหตุการณ์ดังกล่าว 5-6 ครั้ง

ค่อนข้างไม่จริง หมายถึง ภายในสถานการณ์ 10 ครั้ง โอกาสความน่าจะเป็นจะเกิด

เหตุการณ์ดังกล่าว 3-4 ครั้ง

ไม่จริง หมายถึง ภายในสถานการณ์ 10 ครั้ง โอกาสความน่าจะเป็นจะเกิด

เหตุการณ์ดังกล่าว 1-2 ครั้ง

ไม่จริงที่สุด หมายถึง ภายในสถานการณ์ 10 ครั้ง โอกาสความน่าจะเป็นจะเกิด

เหตุการณ์ดังกล่าว 0 ครั้ง

ตัวอย่างเช่น

1. นักศึกษารู้ปัญหาของนักเรียนในห้อง และพร้อมจะช่วยเหลือ

\_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_      \_\_\_\_\_          x      
 จริงที่สุด      จริง      ค่อนข้างจริง      ค่อนข้างไม่จริง      ไม่จริง      ไม่จริงที่สุด

ลำดับที่.....

## แบบวัดความคิดเห็น การปฏิบัติตนและความรู้สึกของนักศึกษา

### คำชี้แจง

แบบวัดชุดนี้ มีทั้งหมด 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ความมุ่งมั่นของฉัน

ตอนที่ 2 ความเชื่อมั่นในตัวเอง

ตอนที่ 3 ความคิดเชิงบวกของฉันต่อสิ่งต่างๆ

### คำแนะนำวิธีตอบ

1. ขอให้นักศึกษาอ่านข้อความอย่างช้าๆ แล้วพิจารณาว่าข้อความนั้นๆ ตรงกับความรู้สึกของนักศึกษาหรือไม่ แล้วเลือกตอบโดยขีดเครื่องหมาย X ลงในช่อง.....เหนือข้อความนั้น เพียงข้อเดียว

จริงที่สุด หมายถึง สถานการณ์ 10 ครั้ง โอกาสจะเกิดเหตุการณ์ 9-10 ครั้ง

จริง หมายถึง สถานการณ์ 10 ครั้ง โอกาสจะเกิดเหตุการณ์ 7-8 ครั้ง

ค่อนข้างจริง หมายถึง สถานการณ์ 10 ครั้ง โอกาสจะเกิดเหตุการณ์ 5-6 ครั้ง

ค่อนข้างไม่จริง หมายถึง สถานการณ์ 10 ครั้ง โอกาสจะเกิดเหตุการณ์ 3-4 ครั้ง

ไม่จริง หมายถึง สถานการณ์ 10 ครั้ง โอกาสจะเกิดเหตุการณ์ 1-2 ครั้ง

ไม่จริงที่สุด หมายถึง สถานการณ์ 10 ครั้ง โอกาสจะเกิดเหตุการณ์ 0 ครั้ง

2. แบบวัดมีทั้งหมด 3 ตอน กรุณาตอบให้ครบทุกตอนทุกข้อ

### ตัวอย่างเช่น

O. ฉันรู้ปัญหาของนักเรียนในห้อง และพร้อมจะช่วยเหลือ

<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>	<u>          </u>
จริงที่สุด	จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงที่สุด

จากตัวอย่าง ผู้ตอบเห็นว่าข้อความ “ฉันรู้ปัญหาของนักเรียนในห้อง และพร้อมจะช่วยเหลือ” เป็นสิ่งที่ “ไม่จริงที่สุด” สำหรับตน

ขอขอบคุณนักศึกษาที่ได้ให้ความร่วมมือในการตอบแบบวัดชุดนี้มา ณ โอกาสนี้

นิสิตปริญญาเอกสาขาการศึกษาปฐมวัย

## ตอนที่ 1 ความมุ่งมั่นของฉัน (แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์)

คำชี้แจง กรุณาตอบโดยขีดเครื่องหมาย X ที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านและตอบให้ครบทุกข้อ

1. ฉันทำงานเสร็จตามแผนที่ได้กำหนดไว้เสมอ (+)

.....	.....	.....	.....	.....	.....
จริงที่สุด	จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงที่สุด

2. ฉันชอบทำงานที่ไม่ยุ่งยาก เพราะจะได้ทำเสร็จเร็วๆ (-)

.....	.....	.....	.....	.....	.....
จริงที่สุด	จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงที่สุด

## ตอนที่ 2 ความเชื่อมั่นในตัวเอง (ความเชื่ออำนาจในตน)

คำชี้แจง กรุณาตอบโดยขีดเครื่องหมาย X ที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านและตอบให้ครบทุกข้อ

1. ปัญหาอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับฉันในขณะที่ฝึกสอนเป็นผลมาจากกรรมเก่า (-)

.....	.....	.....	.....	.....	.....
จริงที่สุด	จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงที่สุด

2. การที่ฉันเรียนได้เกรดสูงเพราะความตั้งใจในการเรียน การทำงาน และขยันอ่านหนังสือ (+)

.....	.....	.....	.....	.....	.....
จริงที่สุด	จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงที่สุด

## ตอนที่ 3 ความคิดเชิงบวกของฉันต่อสิ่งต่าง ๆ (การมองโลกในแง่ดี)

คำชี้แจง กรุณาตอบโดยขีดเครื่องหมาย X ที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านและตอบให้ครบทุกข้อ

1. ฉันได้รับคำชมจากอาจารย์ เพราะฉันตั้งใจสอน (+)

.....	.....	.....	.....	.....	.....
จริงที่สุด	จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงที่สุด

2. ฉันไปโรงเรียนแต่เช้า เพราะงานการสอนยุ่งมาก (-)

.....	.....	.....	.....	.....	.....
จริงที่สุด	จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงที่สุด

# คู่มือแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน

พัฒนาโดย

นางสาวจินดา หน้าเจริญ

นิสิตระดับปริญญาเอก สาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาเอก



มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

พุทธศักราช 2555

## คำนำ

คู่มือแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการทำปฏิญญาพันธกิจเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย” ซึ่งจัดทำขึ้นสำหรับใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และสร้างความเข้าใจพื้นฐานให้กับผู้สนใจที่มีความต้องการนำแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนไปใช้ โดยภายในเล่มประกอบด้วย คำแนะนำการใช้และแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน ดังนี้ แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนชนิดข้อความที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบบ bipolar 6 ระดับ และแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคชนิดสถานการณ์ ผลคะแนนที่เก็บรวบรวมได้จะเป็นข้อบ่งชี้การมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า คู่มือฉบับนี้จะสร้างความเข้าใจและใช้เป็นแนวทางในการเก็บรวบรวมข้อมูลให้กับผู้สนใจ หน่วยงานทางการศึกษา ผู้บริหาร หรือผู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยต่อไป

จินดา หน้าเจริญ  
ผู้วิจัย

## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำแนะนำการใช้ .....	1
- วัตถุประสงค์.....	1
- ลักษณะทั่วไปของแบบวัด.....	1
- วิธีการใช้แบบวัด.....	1
- เกณฑ์การให้คะแนน.....	2
- การแปลความหมายของคะแนน.....	2
- คำแนะนำวิธีการตอบแบบวัด.....	3
คำชี้แจงแบบวัดเพื่อการวิจัย.....	5
ตอนที่ 1 แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนชนิด ข้อความที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบบ bipolar 6 ระดับ.....	6
ตอนที่ 2 แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคชนิดสถานการณ์.....	15

## คำแนะนำการใช้แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน

### วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้ใช้แบบวัดมีความเข้าใจวิธีการวัดและประเมินผลความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน

### ลักษณะทั่วไปของแบบวัด

แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนประกอบด้วย แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนชนิดข้อความ และแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคชนิดสถานการณ์ แบบวัดแต่ละฉบับมีลักษณะ ดังนี้

1. แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนชนิดข้อความที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบบ bipolar 6 ระดับ
2. แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคชนิดสถานการณ์ เป็นแบบวัดที่มีตัวเลือก 3 ตัวเลือก

ซึ่งแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคทั้ง 2 ฉบับ จะวัดใน 4 ด้าน คือ

1. องค์ประกอบด้านการรับรู้ถึงความคิดและความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อมีการเปลี่ยนแปลง มีการตอบสนองต่อเหตุการณ์หรืออุปสรรคที่เกิดขึ้นตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ (Control)
2. องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์ถึงต้นเหตุของปัญหาหรืออุปสรรคว่ามีต้นเหตุมาจากตนเองหรือปัจจัยภายนอกและแสดงออกโดยการค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหาหรืออุปสรรคนั้น (Origin and Ownership)
3. องค์ประกอบด้านการจำกัดขอบเขตของปัญหาด้วยการยอมรับกับอุปสรรคตามความเป็นจริง (Reach)
4. องค์ประกอบด้านความทนทานต่อความยืดเยื้อของอุปสรรคที่เกิดขึ้น โดยการรับรู้ที่อุปสรรคนั้นเกิดขึ้นเพียงชั่วระยะเวลาหนึ่งและสามารถแก้ไขได้ (Endurance)

### วิธีการใช้แบบวัด

แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน มีวิธีการใช้แบบวัด ดังนี้

1. ผู้ใช้แบบวัดควรศึกษาคู่มือการใช้แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน เพื่อให้เข้าใจกระบวนการในการดำเนินการทั้งหมด
2. จัดเตรียมสถานที่ เอกสาร อุปกรณ์ที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลให้พร้อม
3. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้
  - 3.1 อธิบายวิธีการตอบแบบวัด และแจ้งกำหนดเวลาที่ใช้ในการตอบแบบวัด

3.2 ให้นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยตอบแบบวัด โดยในการตอบแบบวัดนี้ให้นักศึกษาแต่ละคนมีอิสระในการตอบแบบวัด ไม่มีการปรึกษากัน เนื่องจากคำตอบแต่ละข้อไม่มีใครถูกใครผิด แต่ละคนจะมีคำตอบที่ต่างกันไป

4. เก็บรวบรวมแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนที่ตอบเรียบร้อยแล้ว เพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

5. เมื่อติดตามผลภายหลังการฝึกอบรม 1 เดือน ผู้วิจัยหรือผู้สังเกตบันทึกข้อมูลสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน เพื่อใช้เป็นข้อมูลเชิงคุณภาพ

### เกณฑ์การให้คะแนน

ฉบับข้อความที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบบ bipolar 6 ระดับ

ให้คะแนนตามตัวเลขที่ผู้ตอบได้ทำการเลือก คือ

ผู้ตอบเลือกช่องเลข	6	ให้คะแนน	6 คะแนน
ผู้ตอบเลือกช่องเลข	5	ให้คะแนน	5 คะแนน
ผู้ตอบเลือกช่องเลข	4	ให้คะแนน	4 คะแนน
ผู้ตอบเลือกช่องเลข	3	ให้คะแนน	3 คะแนน
ผู้ตอบเลือกช่องเลข	2	ให้คะแนน	2 คะแนน
ผู้ตอบเลือกช่องเลข	1	ให้คะแนน	1 คะแนน

ฉบับสถานการณ์

ตัวเลือกที่แสดงถึงความสามารถในการเผชิญอุปสรรคต่ำ	ให้ 1 คะแนน
ตัวเลือกที่แสดงถึงความสามารถในการเผชิญอุปสรรคปานกลาง	ให้ 2 คะแนน
ตัวเลือกที่แสดงถึงความสามารถในการเผชิญอุปสรรคสูง	ให้ 3 คะแนน

### การแปลความหมายของคะแนน

คะแนนรวมของฉบับข้อความและฉบับสถานการณ์

ระดับคะแนน 260.51-312.00 แสดงว่า มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอยู่ในระดับสูงที่สุด

ระดับคะแนน 208.51-260.50 แสดงว่า มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอยู่ในระดับสูง

ระดับคะแนน 156.51-208.50 แสดงว่า มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอยู่ในระดับค่อนข้างสูง

ระดับคะแนน 104.51-156.50 แสดงว่า มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอยู่ในระดับปานกลาง



ระดับคะแนน 52.51-104.50 แสดงว่า มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค  
อยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ

ระดับคะแนน 0-52.50 แสดงว่า มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอยู่ใน  
ระดับต่ำ

### คำแนะนำวิธีการตอบแบบวัด

การตอบแบบวัดแต่ละฉบับ ผู้ตอบโปรดอ่านและปฏิบัติตามคำชี้แจงในแต่ละฉบับ สำหรับ  
แบบวัดที่มีลักษณะเป็นตัวเลือก มีคำแนะนำวิธีการตอบแบบวัด ดังนี้

#### คำชี้แจง

1. โปรดวงกลม ○ เพื่อเลือกระดับ 1- 6 ที่ตรงกับความรู้สึกของนักศึกษามากที่สุด
2. โปรดอ่านข้อคำถามแต่ละข้อ และตอบด้วยความคิด/ ความรู้สึกครั้งแรก จึงจะถือว่าเป็น  
คำตอบที่เชื่อถือได้
3. โปรดทำให้ครบทุกข้อคำถาม แม้ว่าเหตุการณ์นั้นจะไม่เกิดขึ้นจริงๆ กับนักศึกษาก็ตาม  
แต่ให้สมมติว่าถ้าเกิดเหตุการณ์เหล่านั้นขึ้น นักศึกษาจะทำอย่างไร

#### ตัวอย่างเช่น

0. ในวันสอบวิชาที่สำคัญ เกิดฝนตก รถติด และทำให้นักศึกษาไปสอบไม่  
ทันเวลา

0. เหตุที่ทำให้นักศึกษาไปสอบไม่ทันเวลา เป็นเรื่องที่ (C)

ไม่สามารถจัดการได้

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

สามารถจัดการได้

0. นักศึกษาคิดว่าสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาในครั้งนีเกิดจากใคร (Or)

ปัจจัยอื่นๆ

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

ตัวท่านเอง

0. นักศึกษาคิดว่าสามารถยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้นในครั้งนี้ได้หรือไม่ (Ow)

ไม่ยอมรับ

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

ยอมรับ

0. นักศึกษาคิดว่าผลจากปัญหาที่เกิดขึ้นในครั้งนี้จะ มีผลกระทบต่อเรื่องอื่นๆ หรือไม่ (R)

มีผลกระทบ 

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

 ไม่มีผลกระทบ

0. นักศึกษาคิดว่าสามารถปรับความรู้สึกของตนเองที่จะยอมรับผลจากปัญหานี้ ได้หรือไม่ (E)

ไม่ได้แน่ๆ 

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

 ได้แน่นอน



ลำดับที่.....

### คำชี้แจงแบบวัดเพื่อการวิจัย

1. แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้เป็นแนวทางในการอบรม เพื่อประโยชน์และประสิทธิผลสูงสุดต่อการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรม
2. แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนนี้ เป็นแบบวัดความคิดเห็น ความรู้สึกและการปฏิบัติตนของนักศึกษาเท่านั้น ไม่มีผลกระทบต่อการศึกษาและการปฏิบัติงาน คำถามแต่ละข้อไม่มีใครถูกใครผิด คำตอบของนักศึกษาจะถูกเก็บเป็นความลับ การวิเคราะห์ข้อมูลจะทำในรูปของกลุ่มเท่านั้น ข้อมูลรายบุคคลจะไม่ถูกนำไปเผยแพร่ใด ๆ ทั้งสิ้น ผู้วิจัยจึงใคร่ขอความกรุณาจากนักศึกษาในการตอบแบบสอบถามให้ตรงตามความเป็นจริง ไม่ปรึกษากับผู้ใด และขอได้โปรดตอบให้ครบทุกข้อ เพื่อนำผลไปใช้ประโยชน์ทางการศึกษา
3. แบบวัดชุดนี้ มีทั้งหมด 2 ตอน คือ
  - ตอนที่ 1 แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนชนิดข้อความที่มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบบ bipolar 6 ระดับ
  - ตอนที่ 2 แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคชนิดสถานการณ์

ขอขอบคุณนักศึกษาที่ได้ให้ความร่วมมือในการตอบแบบวัดชุดนี้มา ณ โอกาสนี้

นิสิตปริญญาเอกสาขาการศึกษาปฐมวัย

## ตอนที่ 1: แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน ชนิดข้อความ

### คำชี้แจง

1. โปรดวงกลม ○ เพื่อเลือกระดับ 1-6 ที่ตรงกับความรู้สึกของนักศึกษามากที่สุด
2. โปรดอ่านข้อคำถามแต่ละข้อ และตอบด้วยความคิด/ ความรู้สึกครั้งแรก จึงจะถือว่าเป็นคำตอบที่เชื่อถือได้
3. โปรดทำให้ครบทุกข้อคำถาม แม้ว่าเหตุการณ์นั้นจะไม่เกิดขึ้นจริงๆ กับนักศึกษาก็ตาม แต่ให้สมมติว่าถ้าเกิดเหตุการณ์เหล่านั้นขึ้น นักศึกษาจะทำอย่างไร

### 1. เพื่อนร่วมงานไม่รับฟังความคิดเห็น หรือข้อเสนอของนักศึกษา

1.1 เหตุที่ทำให้เพื่อนร่วมงานของนักศึกษาไม่รับฟังความคิดเห็น หรือข้อเสนอของนักศึกษาเป็นเรื่องที่ (C-)

ฉันไม่สามารถจัดการได้ 

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

 ฉันสามารถจัดการได้

1.2 เหตุที่ทำให้เพื่อนร่วมงานไม่ยอมรับฟังความคิดเห็น หรือข้อเสนอของนักศึกษาจริงๆ แล้วมาจาก (Or-)

ตัวฉันเอง 

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

 คนอื่น/ปัจจัยอื่นๆ

### 2. หากในที่ประชุมไม่มีการตอบรับในข้อเสนอของนักศึกษาเลย

2.1 การที่ไม่มีใครยอมรับในข้อเสนอของนักศึกษา เป็นเพราะ (R-)

ตัวฉันเอง 

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

 สถานการณ์ในตอนนั้น

2.2 การที่ไม่มีใครยอมรับในข้อเสนอของนักศึกษาจะ (E-)

เกิดขึ้นกับฉันเสมอ 

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

 ไม่เกิดขึ้นกับฉันเลย

## ตอนที่ 2 แบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอน ชนิด สถานการณ์

### คำชี้แจง

1. โปรดวงกลม ○ เพื่อเลือกข้อคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกของนักศึกษามากที่สุด
2. โปรดอ่านข้อคำถามสถานการณ์แต่ละข้อ และตอบด้วยความคิด/ ความรู้สึกครั้งแรก จึงจะถือว่าเป็นคำตอบที่เชื่อถือได้
3. โปรดทำให้ครบทุกข้อคำถาม แม้ว่าสถานการณ์นั้นจะไม่เกิดขึ้นจริงๆ กับนักศึกษาก็ตาม แต่ให้สมมติว่าถ้าเกิดสถานการณ์เหล่านั้นขึ้น นักศึกษาจะทำอย่างไร

1. อาจารย์นัดนักศึกษาพบเพื่อส่งงานวิจัยในชั้นเรียนในวันศุกร์นี้ แต่เนื่องจากช่วงนี้โรงเรียนที่ฝึกสอนมีการจัดประชุมระดับจังหวัดอยู่ และนักศึกษาต้องช่วยครูพี่เลี้ยงจัดนิทรรศการจนไม่มีเวลาทำงานวิจัยของตนเอง จึงตอบคำถามต่อไปนี้
  - 1.1 ปัญหาที่เกิดขึ้นนี้นักศึกษาควรทำอย่างไร
    - ก. ทำงานวิจัยส่งอาจารย์ตามที่นัดหมาย แม้จะต้องอดนอนก็ตาม
    - ข. ต้องขอต่อรองกับอาจารย์ โดยให้ครูพี่เลี้ยงทำหนังสือแจ้งอาจารย์
    - ค. ไม่ทำส่งเพราะทำไม่ทัน
  - 1.2 เหตุการณ์นี้จะมีผลต่อการเรียนหรือไม่
    - ก. มีบ้าง เพราะนักศึกษามีเหตุผลในการไม่ส่งงานอาจารย์
    - ข. มีแน่นอน เพราะส่งงานไม่ตรงเวลาและอาจารย์ไม่เข้าใจนักศึกษา
    - ค. ไม่มี เพราะนักศึกษาดนอนเพื่อทำงานให้เสร็จ
  - 1.3 ถ้าอาจารย์ดูงานวิจัยที่นักศึกษาส่งไปแล้วพบว่านักศึกษาทำไม่ดีและจะต้องทำใหม่ นักศึกษาจะทำอย่างไร
    - ก. ทำไปเรื่อยๆ ได้แค่ไหนส่งแค่นั้น
    - ข. พยายามทำใหม่จนเสร็จ
    - ค. ลองพยายามทำแต่ถ้าทำไม่ได้ก็เลิกทำ



ภาคผนวก ค

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ ในการตรวจเครื่องมือในการวิจัย

## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ ในการตรวจเครื่องมือในการวิจัย

### ผู้เชี่ยวชาญ ในการตรวจแบบวัดจิตลักษณะ จำนวน 5 ท่าน ได้แก่

1. ผศ.ดร.จิตติพร พิชญกุล รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษาและกิจกรรมพิเศษ และอาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ฯ
2. ดร.สุमितตรา เจริญพันธ์ อาจารย์ประจำและกรรมการบริหารหลักสูตรบัณฑิตวิทยาลัย สาขารัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม
3. ผศ.ชิตาพร เอี่ยมสะอาด รองคณบดีฝ่ายวิชาการและอาจารย์ประจำสาขาวิชา การศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี
4. อาจารย์อดุลย์ ปัญญา หัวหน้าศูนย์การศึกษาพิเศษ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง (กำลังศึกษาระดับปริญญาเอก)
5. อาจารย์บำเพ็ญ การพานิชย์ ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนอนุบาลระยอง

### ผู้เชี่ยวชาญ ในการตรวจแบบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการ ปฏิบัติการสอน จำนวน 5 ท่าน ได้แก่

1. ผศ.ดร.อภิสิทธิ์พร สถิตยภัติกุล คณบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ นครศรีธรรมราช
2. ดร.ชฎาภา ประเสริฐทรง รักษาการผู้ช่วยคณบดี คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ
3. ดร.ทรงศรี ตุ่นทอง ประธานสาขาประกาศนียบัตรบัณฑิตวิชาชีพครู มหาวิทยาลัย ราชภัฏเทพสตรี
4. ดร.สุทธาภา โชติประดิษฐ์ ประธานสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยบูรพา
5. ดร.เบญจพร วรรณูปถัมภ์ รองคณบดีฝ่ายวิชาการและอาจารย์ประจำสาขาวิชา การศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

### ผู้เชี่ยวชาญ ในการตรวจรูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการ เผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย จำนวน 5 ท่าน ได้แก่

1. รศ. ดร.อำนาจ เดชชัยศรี ผู้อำนวยการสถานีสารสนเทศทางวิชาการ มหาวิทยาลัย ราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
2. ดร.เกรียงศักดิ์ สังข์ชัย ศึกษานิเทศก์ชำนาญการพิเศษ สำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาประถมศึกษานครปฐม เขต 1

3. ดร.สุภัทรา คงเรือง รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษาและกิจกรรมพิเศษ และอาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา
4. ดร.เบญจพร วรรณปลัดมภ์ รองคณบดีฝ่ายวิชาการและอาจารย์ประจำสาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์
5. ศน.จิรพรรณ นิสสภานิสิตศึกษาพิเศษ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาลพบุรี เขต 1 (ข้าราชการบำนาญ)







ภาคผนวก ก

หนังสือรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการทำวิจัยในมนุษย์

แบบเอกสารที่ MF 04



คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 ซอยสุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

62 หมู่ 7 ตำบลสองครก อำเภอลำลูกกา จังหวัดนครนายก 26120

หนังสือรับรองเลขที่: SWUEC-EX 51/2555  
 รหัสโครงการ: SWUEC-98/2555  
 ชื่อโครงการวิจัยเรื่อง: การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการ  
 ปฏิบัติการสอนของนักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาศรีนครินทรวิโรฒ  
 ชื่อผู้วิจัยหลัก: นางสาวจินดา น้าเจริญ  
 สังกัด: นิติระดับปริญญาเอก สาขาวิชาการศึกษาศรีนครินทรวิโรฒ  
 เอกสารที่รับรอง: 1. ข้อเสนอโครงการวิจัย  
 2. คู่มือการใช้แบบวัดจิตลักษณะ  
 3. คู่มือการใช้แบบฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการปฏิบัติการ  
 สอนของนักศึกษา

หนังสือรับรองฉบับนี้ออกโดยความเห็นชอบจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์  
 คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้พิจารณาอนุมัติด้านจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์  
 ให้ดำเนินการวิจัยข้างต้นได้

ระยะเวลาที่อนุมัติ : 1 ปี

กำหนดส่งรายงานความก้าวหน้า 13 พฤษภาคม 2556

(ลงชื่อ).....

(อาจารย์ แพทย์หญิงจันทร์ทรา ดนันทวิทยวงศ์)

เลขาธิการคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ฯ

(ลงชื่อ).....

(ศาสตราจารย์ นายแพทย์ชัยรัตน์ นรินรัตน์)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ฯ

อนุมัติ : 13 พฤศจิกายน 2555

หมดอายุ : 12 พฤศจิกายน 2556



ภาคผนวก จ

ภาพกิจกรรมการฝึกอบรม

ภาพกิจกรรมการฝึกอบรม



กิจกรรมสายน้ชีวิต กลุ่มศึกษานำร่อง



ภาพเด็กในใจครู กลุ่มศึกษานำร่อง



กิจกรรมวาดภาพตามคำสั่ง กลุ่มทดลอง



กิจกรรมระบายสีน้ำบนกระดาษเปียก กลุ่มทดลอง



## ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล นางสาวจินดา น้ำเจริญ  
 วันเดือนปีเกิด 24 สิงหาคม 2512  
 สถานที่เกิด นครนายก  
 สถานที่อยู่ปัจจุบัน บ้านเลขที่ 9 ซอยสามัคคี 54 ถนนสามัคคี  
 แขวงท่าทราย อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี 11000  
 โทร. 08-9836-1586

### ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2530 มัธยมศึกษาปีที่ 6  
 จาก โรงเรียนวัดเขมาภิรตาราม นนทบุรี

พ.ศ. 2534 คบ. วิชาเอกการอนุบาลศึกษา คณะครุศาสตร์  
 จาก วิทยาลัยครูสวนดุสิต กรุงเทพมหานคร

พ.ศ. 2540 กศ.ม. สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะศึกษาศาสตร์  
 จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร

พ.ศ. 2556 กศ.ด. สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย คณะศึกษาศาสตร์  
 จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร