

การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร
โดยการวิเคราะห์หุระดับ

ปริญญานิพนธ์
ของ
สุริย์พร ไชยฤกษ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา

ตุลาคม 2550

การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร
โดยการวิเคราะห์หุระดับ

ปริญญานิพนธ์
ของ
สุริย์พร ไชยฤกษ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาและสถิติทางการศึกษา

ตุลาคม 2550

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์นี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ด้วยดีเป็นเพราะผู้วิจัยได้รับความกรุณาอนุเคราะห์อย่างยิ่งจากรองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์ชูศรี วงศ์รัตนะ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ท่านได้เสียสละเวลาอันมีค่าเพื่อให้คำปรึกษา แนะนำในการทำวิจัยนี้ทุกขั้นตอน พร้อมทั้งตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ งานวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในพระคุณของอาจารย์ทั้งสองเป็นอย่างยิ่ง ขอกราบขอบพระคุณท่านอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ ดร. สุวพร เข้มเฮง และอาจารย์ชวลิต รวยอาจิณ กรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติม ที่ได้ให้คำแนะนำ เสนอแนะและตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาสาระของงานวิจัยให้ชัดเจนยิ่งขึ้น ผู้วิจัยขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ ดร. สุวพร เข้มเฮง และอาจารย์ ดร. เสกสรรค์ ทองคำบรรจง จากภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา อาจารย์ ดร. พาสนา จุฬรัตน์ และอาจารย์ ดร. มณฑิรา จารุเพ็ง จากภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และอาจารย์ธวัชณี โรจนาวี หัวหน้างานวิชาการและส่งเสริมการวิจัย โรงเรียนมหิตลวิทยานุสรณ์ ที่ให้ความอนุเคราะห์ช่วยเหลือในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ขอกราบขอบพระคุณผู้บริหารโรงเรียน คณะครู กรรมการสถานศึกษา และขอขอบคุณนักเรียนที่ให้ความอนุเคราะห์และความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณบิดามารดาที่สนับสนุนในด้านทุนทรัพย์ รวมทั้งกำลังใจที่สำคัญยิ่งและขอขอบคุณน้องๆ เพื่อนๆ พี่ๆ ทุกคนที่ให้กำลังใจ ให้ความช่วยเหลือเป็นอย่างดีตลอดระยะเวลาที่ศึกษาและทำปริญญานิพนธ์

คุณค่าและประโยชน์ที่พึงมีจากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบให้เป็นเครื่องบูชาพระคุณแต่บิดามารดา และครูบาอาจารย์ที่ได้อบรมสั่งสอนประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัยทั้งในอดีตจนถึงปัจจุบัน รวมทั้งผู้มีพระคุณทุกท่านที่มีได้เอ่ยนามไว้ ณ ที่นี้

สุรีย์พร ไชยฤกษ์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	4
ความสำคัญของการวิจัย.....	4
ขอบเขตของการวิจัย.....	5
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	5
ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
สมมติฐานการวิจัย.....	10
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	11
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี.....	12
ความหมายของการมองโลกในแง่ดี.....	12
ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดี.....	13
รูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดี.....	15
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเกิดรูปแบบการมองโลกในแง่ดี.....	17
หลักในการมองโลกในแง่ดี.....	18
การฝึกทักษะให้เป็นคนมองโลกในแง่ดี.....	21
ประโยชน์ของการมองโลกในแง่ดี.....	27
แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อ การมองโลกในแง่ดี.....	28
วิธีวัดการมองโลกในแง่ดี.....	29
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี.....	31
ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน.....	31
การเห็นคุณค่าในตนเอง.....	31
ลักษณะมุ่งอนาคต.....	39
การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล.....	43

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ) ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน.....	45
บรรยากาศในชั้นเรียน.....	45
การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ.....	49
เอกสารที่เกี่ยวกับการวิเคราะห์พระระดับ.....	54
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี.....	67
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	73
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	73
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	78
การสร้างและการพัฒนาเครื่องมือ.....	78
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	87
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	88
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	89
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	96
สัญลักษณ์และอักษรย่อในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	96
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	98
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	98
5 สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ.....	109
สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการวิจัย.....	109
สรุปผลการวิจัย.....	110
อภิปรายผล.....	111
ข้อเสนอแนะ.....	113
บรรณานุกรม.....	116
ภาคผนวก.....	127
ภาคผนวก ก คุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	128
ภาคผนวก ข เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	131
ภาคผนวก ค รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ.....	140
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	142

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ตัวอย่างวิธีการอธิบายตนเองของคนที่มีมองโลกในแง่ดีและแง่ร้ายตามมิติ 3 มิติ.....	17
2 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	77
3 ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน และการมองโลกในแง่ดี.....	99
4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียนกับ การมองโลกในแง่ดี.....	100
5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน กับค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดี.....	101
6 ผลการทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) และอิทธิพลสุ่ม (Random effects) ของการมองโลกในแง่ดี จากการวิเคราะห์โมเดลว่าง (Null model).....	102
7 ผลการทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) และอิทธิพลสุ่ม (Random effects) ของตัวแปรระดับนักเรียน จากการวิเคราะห์โมเดลอย่างง่าย.....	103
8 ผลการทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) และอิทธิพลสุ่ม (Random effects) ของตัวแปรระดับห้องเรียน จากการวิเคราะห์ระดับห้องเรียน (Between-class analysis).....	105
9 ค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี.....	129

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 กรอบแนวคิดของการวิจัย.....	9
2 หลักในการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ.....	51
3 ลักษณะโครงสร้างข้อมูลในการวิเคราะห์พหุระดับ.....	56
4 โครงสร้างของความสัมพันธ์ข้ามระดับ.....	57
5 โครงสร้างของความสัมพันธ์ระดับจุลภาค.....	58
6 โครงสร้างของความสัมพันธ์ระดับมหภาค.....	58
7 โครงสร้างของความสัมพันธ์ระดับมหภาคและจุลภาค.....	59
8 โครงสร้างของความสัมพันธ์ระดับจุลภาคและมหภาค.....	59
9 โครงสร้างของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุแบบลูกโซ่ของตัวแปรระดับมหภาค - จุลภาค - จุลภาค - มหภาค.....	60
10 ลำดับขั้นการสร้างแบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี.....	79

การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร
โดยการวิเคราะห์หุระดับ

บทคัดย่อ
ของ
สุริย์พร ไชยฤกษ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาวิจัยและสถิติทางการศึกษา
ตุลาคม 2550

สุริย์พร ไชยฤกษ์. (2550). การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์หุระดับ. ปริญญาโท กศ.ม. (การวิจัยและสถิติ
ทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
คณะกรรมการควบคุม: รองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์, รองศาสตราจารย์ชูศรี วงศ์รัตนะ.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่
การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล และตัวแปรอิสระ
ระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญกับ
การมองโลกในแง่ดี และค้นหาตัวแปรอิสระระดับนักเรียนและตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อ
การมองโลกในแง่ดี กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียน
สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร นักเรียน 1,390 คน ห้องเรียน
จำนวน 90 ห้องเรียน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
ประกอบด้วย แบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต การอบรม
เลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์หุระดับ ด้วยเทคนิคการลดหลั่นเชิงเส้นตรง โดยใช้โปรแกรม
สำเร็จรูป HLM6 for windows ซึ่งมีรูปแบบการวิเคราะห์ 2 ระดับ ได้แก่ ระดับนักเรียน และระดับ
ห้องเรียน

ผลการวิจัยพบว่า

1. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์หุคูณระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่
การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลกับการมองโลกในแง่ดี
มีค่าเท่ากับ 0.662 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์หุคูณระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศ
ในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญกับการมองโลกในแง่ดี มีค่าเท่ากับ
0.501 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และ
การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้
ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญไม่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี แต่ส่งผลต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของ
การเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

A STUDY OF SOME FACTORS AFFECTING THE OPTIMISM OF MATHAYOMSUKSA III
STUDENTS UNDER OFFICE OF THE BASIC EDUCATION COMMISSION BANGKOK
USING THE MULTILEVEL ANALYSIS

AN ABSTRACT
BY
SUREEPORN CHAIRERK

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Educational Research and Statistics
at Srinakharinwirot University
October 2007

Sureeporn Chairerk. (2007). *A Study of Some Factors Affecting the Optimism of Mathayomsuksa III Students Under Office of the Basic Education Commission Bangkok Using the Multilevel Analysis*. Master thesis, M.Ed. (Educational Research and Statistics). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Assoc. Prof. Nipa Sripairot, Assoc. Prof. Chusri Wongrattana.

The purpose of this research were 1) to study the relationship between the independent variables at student level (i.e., self-esteem, future orientation and reasoning-oriented child rearing), independent variables at class level (i.e., classroom climate and child-centered approach) and optimism , and 2) to find variables at each level that contribute to optimism. The samples consisted of 1,390 students and 90 classes from Mathayomsuksa III in the academic year 2006 of schools under office of the basic education commission Bangkok. These samples are selected by using multi-stage random sampling. The instruments for data collection were questionnaires on self-esteem, future orientation, reasoning-oriented child rearing, classroom climate and child-centered approach. Multilevel analysis technique through HLM (Hierarchical Linear Model) at two levels (student level and classroom level) were used to analyze data by using program HLM6 for windows

The results of the research were as follows :

1. The multiple correlation coefficient between the independent variables at student level, self-esteem, future orientation and reasoning- oriented child rearing and optimism was 0.662 that was statistically significant at the .01 level.
2. The multiple correlation coefficient between the independent variables at class level, classroom climate and child-centered approach and optimism was 0.501 that was statistically significant at the .01 level.
3. At student level, self-esteem, future orientation and reasoning - oriented child rearing contributing to optimism that were statistically significant at the .01 level.
4. At class level, classroom climate and child-centered approach did not contributing to optimism but it contributing to the regression slope of self-esteem contributing to optimism that was statistically significant at the .01 level.

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ.2545-2549) ซึ่งเป็นแผนยุทธศาสตร์ ซึ่งกรอบทิศทางการพัฒนาประเทศระยะกลางที่ดำเนินการต่อเนื่องจากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540 - 2544) ในด้านแนวคิดที่ยึด “คนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนา” ในทุกมิติอย่างเป็นองค์รวม และให้ความสำคัญกับการพัฒนาที่สมดุลทั้งด้านตัวคน สังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสร้างระบบบริหารจัดการภายในที่ดีให้เกิดขึ้นในทุกระดับ อันจะทำให้เกิดการพัฒนาที่ยั่งยืน โดยมี “คน” เป็นศูนย์กลางของการพัฒนาได้อย่างแท้จริง (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2545: 2) ประกอบกับความมุ่งหมายและหลักการของการจัดการศึกษาในพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 หมวด 1 มาตรา 6 ที่บัญญัติว่า “การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข” (พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542: 5) สิ่งที่กำลังกล่าวมานี้แสดงให้เห็นว่าประเทศไทยมุ่งให้ความสำคัญกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์มากขึ้นเป็นลำดับ แต่อย่างไรก็ตามการจะพัฒนาคนในประเทศให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่วางไว้จำเป็นจะต้องพัฒนาคนให้มีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ดี ซึ่งบุคคลที่มีสุขภาพจิตดีนั้นจะเป็นคนที่อารมณ์ดี มองโลกในแง่ดี สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม พร้อมทั้งจะเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคอย่างมีสติ และสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

คนที่มองโลกในแง่ดีคือคนที่รู้จัก เข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ดี สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้ มองวิกฤตและปัญหาต่างๆ ว่ามีทางแก้ไข สามารถที่จะเผชิญและต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลิกล้ม จะทำให้บุคคลนั้นสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิต เนื่องจากปัจจุบันสภาพสังคมมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ก่อปรกับมีการแข่งขันที่รุนแรงมากขึ้น ตั้งแต่เวทีการแข่งขันทางการค้าในระดับโลก ลงมาสู่ระดับย่อยในชีวิตประจำวันของคน ไม่ว่าจะเป็นลักษณะการแข่งขันทางการศึกษา การแข่งขันในการทำงาน นอกจากนี้ กระแสวัตถุนิยมที่สังคมมักใช้เป็นตัวกำหนดคุณค่าของความเป็นคน โดยถือทรัพย์สินเงินทอง เกียรติยศชื่อเสียงเป็นเป้าหมายหลักในชีวิต เห็นคุณค่าคนที่เปลือกนอกมากกว่าคุณค่าความดีงามภายใน รวมทั้งการดำเนินชีวิตของคนในสังคมที่นิยมความเป็นปัจเจกสูง ต่างคนต่างอยู่ รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและรุนแรงจนยากที่จะปรับตัว

ตามได้ทัน ส่งผลให้การดำเนินชีวิตของคนในสังคมเต็มไปด้วยความตึงเครียด ดังจะเห็นได้จากสถิติจำนวนผู้ป่วยทางจิตที่มีแนวโน้มเพิ่มทวีมากขึ้นอย่างต่อเนื่องในแต่ละปี ไม่ว่าจะเป็นโรคประสาท โรคเครียด โรคจิตเภท โรคซึมเศร้า รวมทั้งอัตราการฆ่าตัวตายที่เพิ่มมากขึ้นถึงเกือบสองเท่าในรอบ 10 ปีที่ผ่านมา และมีแนวโน้มที่จะทวีความรุนแรงมากขึ้นทุกขณะ (จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ. 2543: 307; และสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2545: 2-13) โดยเฉพาะวัยรุ่นจะมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายสูง เนื่องจากเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากและรวดเร็วในหลายๆ ด้านพร้อมกัน ทั้งการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ชอบทำในสิ่งที่ท้าทายและมีความเป็นตัวของตัวเองมาก นอกจากนี้ยังเป็นวัยที่กำลังแสวงหาความเป็นเอกลักษณ์ให้แก่ตนเองจนบางครั้งมีความวิตกกังวล เคร่งเครียด และรู้สึกว่าวุ่นเกี่ยวกับฐานะหรือบทบาทหน้าที่ของตนในชีวิต เช่น จะทำอะไร จะเรียนอะไร จะเลือกอาชีพอะไร (วันเพ็ญ บุญประกอบ. 2532: 18) จากการสำรวจในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 1,264 คน โดยใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับความเศร้า พบว่าร้อยละ 41 ของกลุ่มตัวอย่างให้คำตอบว่าเคยมีความคิดอยากตาย และร้อยละ 1 ตอบว่า “ปัจจุบันนี้ฉันต้องการฆ่าตัวตาย” (อุมาพร ตรังคสมบัติ. 2543: 33) ซึ่งสาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นฆ่าตัวตายมีสาเหตุใหญ่ๆ คือ มีบุคลิกภาพแบบเจ้าระเบียบแบบสมบูรณ์แบบ (Perfectionist) มีความก้าวร้าวสูง ขาดความยับยั้งชั่งใจ ทนความคับข้องใจไม่ค่อยได้ ความคิดของคนเหล่านี้มักเป็นแบบสุดขั้ว คือมองสิ่งต่างๆ แบบต้องการขาวหรือดำ ไม่สามารถมองแบบกลางๆ ว่าบางอย่างอาจเป็นสีเทา บางอย่างอาจมีดีและเลว มีลักษณะไม่ยืดหยุ่น ชอบตำหนิตนเองและมีความภูมิใจในตนเองต่ำ และเป็นคนที่หมดหวังง่าย ๆ นอกจากนี้สภาพความล้มเหลวของครอบครัวที่มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นในอนาคต นับเป็นปัจจัยที่สำคัญอีกประการหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาทางจิตใจของสมาชิกในครอบครัว ลูกที่เกิดมาโดยปราศจากพ่อหรือแม่อบรมเลี้ยงดู การถูกทำร้ายทั้งร่างกายและจิตใจล้วนแล้วแต่เป็นสาเหตุสำคัญในการสร้างปมปัญหาให้กับผู้คนในสังคมได้มากขึ้น (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักงานกฤษฎีกา. 2546: 60) ดังนั้นการเตรียมความพร้อมในการสร้างคนให้มีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี มีภาวะจิตใจและอารมณ์ที่เข้มแข็ง รู้จักและเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เข้าใจและสามารถเผชิญกับสถานการณ์และสภาพแวดล้อมต่างๆ ได้อย่างดี และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข จึงเป็นสิ่งสำคัญและมีความจำเป็นอย่างยิ่งในการพัฒนาคนให้มีคุณภาพ กรมสุขภาพจิตได้กล่าวไว้ว่า สิ่งที่ทำให้คนมีความสุขในชีวิตก็คือ การเป็นคนที่มีมองโลกในแง่ดี (อรพินทร์ ชูชม. 2544: 43; อ้างอิงจาก วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 2543) และจัดให้การมองโลกในแง่ดีอยู่ในส่วนหนึ่งขององค์ประกอบ ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ คือ การมีความสุข

การมองโลกในแง่ดี (Optimism) เป็นองค์ประกอบหนึ่งของสติปัญญาทางอารมณ์ (Emotional intelligence) โกลแมน (Goleman. 1995: 97 - 101) ได้กำหนดให้การมองโลกในแง่ดีเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการจูงใจตนเอง คนที่มองโลกในแง่ดีจะเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้าย มีพลังโอกาสที่จะพลิกผันสถานการณ์ที่เลวร้ายให้กลับคืนดีได้ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคที่ขวางกั้น จึงสามารถจูงใจตนเองได้ เช่นเดียวกับที่บาร์ออน (สุมาลี พัวชู. 2547: 27; อ้างอิงจาก Bar-On. 1997) เสนอแนะว่าการมองโลกในแง่ดีเป็นองค์ประกอบหนึ่งของอีคิว (EQ) ที่ช่วยจัดการชีวิตและสภาพแวดล้อมรอบด้านที่กดดันได้อย่างประสบความสำเร็จ นอกจากนี้คนที่มองโลกในแง่ดีจะมีความยืดหยุ่น (Resilience) สามารถฟื้นตัวจากเหตุการณ์ที่เลวร้ายได้ และเริ่มต้นชีวิตได้อีก ทำให้บุคคลที่มองโลกในแง่ดีประสบความสำเร็จในชีวิต ในการทำงาน ในการเรียน และการแข่งขัน ตลอดจนมีสุขภาพกายและจิตที่ดี (อรพินทร์ ชูชม. 2544: 43; อ้างอิงจาก Seligman. 1998) จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดีในกลุ่มบุคคลต่างๆ ได้แก่ นักเรียน นักศึกษา บุคคลทั่วไป และผู้ป่วยพบว่า การมองโลกในแง่ดีเป็นหัวใจสำคัญต่อการประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานหรือในอาชีพ โดยนักการศึกษามีความเห็นสอดคล้องกันว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดี (Fontaine; & Jones. 1997: 59-63; Makikangas; et. al. 2004: online; Scheier; et al. 1994: 1063-1078; Scheier; & Carver. 1985: 219-247) และการเห็นคุณค่าในตนเองในวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับรูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดีและการมองโลกในแง่ร้ายในวัยผู้ใหญ่ (Heinonen; et al. 2005: online) บุคคลที่มองโลกในแง่ดีจะเป็นคนที่สามารถยอมรับและรู้จักตนเอง สามารถตั้งความคาดหวังที่เป็นจริงเหมาะสมสำหรับตนได้ (นิตยา คชภักดี. 2542: 95) นอกจากนี้ การมองโลกในแง่ดีและการมองโลกในแง่ร้ายยังขึ้นอยู่กับกรอบมโนทัศน์และการเป็นต้นแบบ (Modeling) ให้เด็กเกิดการเรียนรู้ จดจำ และนำไปใช้ (ปิยะวดี ลิ้มพะบำรุง. 2547: 19; อ้างอิงจาก Seligman; et al. 1988: 181-185) เด็กที่มองโลกในแง่ดีส่วนใหญ่ขึ้นอยู่กับกรอบถ่ายทอดทางสังคมที่ได้จากพ่อแม่และประสบการณ์ที่ได้รับจากการศึกษา (อรพินทร์ ชูชม. 2544: 45 -52; อ้างอิงจาก Seligman. 1998) นอกจากนี้ การปลูกฝังการมองโลกในแง่ดีต้องมีรูปแบบการฝึกที่หลากหลายเพื่อให้เด็กและเยาวชนสามารถเข้าถึงการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางปัญญาโดยไม่เป็นอันตราย เช่น การแสดงละครสั้น (Skits) เพื่อใช้เป็นตัวอย่างประกอบให้เห็นลักษณะพิเศษของผู้ที่มองโลกในแง่ดีและการมองโลกในแง่ร้าย การแสดงบทบาทสมมติ (Role-plays) การสร้างเรื่อง (Stories) การอภิปราย (Discussion) รวมทั้งการใช้การ์ตูน (Cartoons) (ปิยะวดี ลิ้มพะบำรุง. 2547: 20; อ้างอิงจาก Chang. 2001: 310 -311) ทำให้เห็นว่าบุคคลที่มองโลกในแง่ดีจะมีความรู้สึกรู้เห็นคุณค่าในตนเอง มีความคาดหวังในอนาคต และบุคคลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล พ่อแม่ให้ความรักความอบอุ่น คอยสนับสนุน ให้กำลังใจ มีการแนะนำในทางสร้างสรรค์ จะทำให้

เด็กพัฒนาความคิดเห็นในทางที่ดีต่อตนเอง คิดว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ ทำให้เกิดการมองโลกในแง่ดี ในทางตรงกันข้าม บุคคลที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน พ่อแม่บังคับให้ทำตามกฎเกณฑ์ที่ตั้งไว้ ไม่รับฟังเหตุผลและความคิดเห็น ทำให้เด็กไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง จนกลายเป็นคนที่มีมุมมองโลกในแง่ร้าย นอกจากนี้ สังคมสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็กในโรงเรียน เช่น ครู กลุ่มเพื่อนและประสบการณ์ที่ได้รับจากการศึกษาก็มีอิทธิพลที่จะทำให้เด็กซึมซับรับเอาความคิด ความรู้สึก รวมทั้งพฤติกรรมที่ทำให้เกิดการมองโลกในแง่ดีและการมองโลกในแง่ร้ายได้

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า มีตัวแปรที่สัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดีอยู่หลายตัวแปรด้วยกัน จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทำให้ได้ตัวแปรที่ผู้วิจัยสนใจ ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ซึ่งตัวแปรเหล่านี้มีลักษณะสอดแทรกเป็นระดับซ้อนหลักัน (Hierarchical nested data) โดยสามารถจัดเป็นระดับได้ 2 ระดับ คือ ตัวแปรระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล และตัวแปรระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียนและการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาตัวแปรที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์พหุระดับ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนกับการมองโลกในแง่ดี จำแนกการวิเคราะห์ดังนี้
 - 1.1 ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียนกับการมองโลกในแง่ดี
 - 1.2 ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนกับการมองโลกในแง่ดี
2. เพื่อค้นหาตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี จำแนกการวิเคราะห์ดังนี้
 - 2.1 ตัวแปรอิสระระดับนักเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี
 - 2.2 ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการศึกษาครั้งนี้จะทำให้ทราบว่า ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียนและการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีความสัมพันธ์

กับการมองโลกในแง่ดีหรือไม่ และมีตัวแปรใดบ้างในแต่ละระดับที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ซึ่งผลที่ได้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ปกครอง ครูผู้สอน ผู้บริหารสถานศึกษา ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมและสนับสนุนให้นักเรียนมองโลกในแง่ดีมากยิ่งขึ้น ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 3 เขต ซึ่งทั้ง 3 เขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร มีโรงเรียนทั้งหมด 116 โรงเรียน มีจำนวนนักเรียน 57,077 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร เขต 2 จำนวน 12 โรงเรียน จำนวนนักเรียน 1,390 คน จำนวนห้องเรียน 90 ห้องเรียน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi - Stage Random Sampling)

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

1. ตัวแปรอิสระ (Independent variables) แบ่งออกเป็น 2 ระดับ ดังนี้

1.1 ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่

- 1.1.1 การเห็นคุณค่าในตนเอง
- 1.1.2 ลักษณะมุ่งอนาคต
- 1.1.3 การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล

1.2 ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่

- 1.2.1 บรรยากาศในชั้นเรียน
- 1.2.2 การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

2. ตัวแปรตาม (Dependent variables) คือ การมองโลกในแง่ดี

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การมองโลกในแง่ดี (Optimism) หมายถึง การมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้ายและมีทางแก้ไขได้ สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลี้ยวหนี และเป็นผู้ที่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ คนที่มองโลกในแง่ดีจะมีรูปแบบการอธิบายให้เหตุผลตนเองเป็น 3 มิติ คือ

1.1 มิติความคงทนถาวร (Permanence) หมายถึง ลักษณะการมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นชั่วคราวหรือคงทนถาวร คนที่มองโลกในแง่ดีจะมองเหตุการณ์ในทางลบว่าเกิดขึ้นเฉพาะครั้งคราว จึงคิดว่าตนเองจะช่วยเหลือตนเองหรือแก้ปัญหาได้ ส่วนเหตุการณ์ทางบวกจะเกิดขึ้นได้เสมอ แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะคิดตรงกันข้าม คือ มองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ทางบวกว่าเป็นเหตุการณ์ที่บังเอิญเกิดขึ้นในบางโอกาสเท่านั้น ส่วนเหตุการณ์ทางลบจะเกิดขึ้นบ่อยครั้ง

1.2 มิติความเป็นตนเอง (Personalization) หมายถึง การมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นว่าเป็นเพราะตัวเราหรือเกิดจากสถานการณ์รอบข้าง สิ่งแวดล้อม บุคคลอื่น เป็นการมองปัญหาที่เกิดขึ้นไม่เฉพาะเจาะจงหรือเฉพาะตัวบุคคล คนที่มองโลกในแง่ดีจะมองเหตุการณ์ทางลบว่าเกิดขึ้นจากบุคคลอื่น หรือเกิดจากธรรมชาติ ทำให้ไม่รู้สึกสูญเสียคุณค่าในตนเอง ส่วนเหตุการณ์ทางบวกจะเกิดขึ้นเพราะตัวเอง หรือบุคลิกภาพในตัวเอง แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะมองเหตุการณ์ทางบวกว่าเกิดขึ้นจากบุคคลอื่นหรือสิ่งอื่น ไม่ใช่ตัวเองทำให้เกิด ส่วนเหตุการณ์ทางลบเกิดขึ้นเพราะตัวเอง

1.3 มิติความครอบคลุม (Pervasiveness) หมายถึง การมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ว่าเกิดขึ้นเฉพาะบุคคลหรือเกิดกับคนทั่วไป คนที่มองโลกในแง่ดีจะมองเหตุการณ์ทางลบว่าเกิดขึ้นเฉพาะกรณีหรือในโอกาสใดโอกาสหนึ่งเท่านั้น ส่วนเหตุการณ์ทางบวกจะเกิดขึ้นได้บ่อยครั้ง แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะมองเหตุการณ์ทางบวกว่าเกิดขึ้นเฉพาะโอกาสใดโอกาสหนึ่งเท่านั้น แต่สาเหตุที่ทำให้เกิดเหตุการณ์ทางลบจะมีโอกาสเกิดขึ้นได้เสมอและมีผลต่อทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิต

2. ปัจจัยบางประการ หมายถึง ตัวแปรที่ผู้วิจัยสนใจศึกษาแล้วคาดว่าจะส่งผลกระทบต่อ การมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ประกอบด้วย ตัวแปรอิสระ แบ่งเป็น 2 ระดับ ได้แก่ ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน

2.1 ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ประกอบด้วย

2.1.1 การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) หมายถึง ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองว่าตนเป็นคนที่มีความสำคัญ มีความเข้มแข็ง มีความสามารถ มีสมรรถภาพในการ

กระทำสิ่งต่างๆ มีการประสบความสำเร็จในการทำงาน โดยไม่จำเป็นต้องเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นว่าดีกว่าหรือเลวกว่า แต่มีความตระหนักในข้อจำกัดของตนและมีความพร้อมในการปรับปรุงและพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น รวมทั้งบุคคลในสังคมให้การยอมรับนับถือ การประเมินตนเองในด้านดีจะทำให้เกิดเจตคติที่ดีต่อตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง ตลอดจนสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

2.1.2 ลักษณะมุ่งอนาคต (Future Orientation) หมายถึง ลักษณะการมองอนาคตของบุคคล ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจะเป็นผู้ที่มีการประเมินคุณค่าของตนเอง สามารถคาดการณ์ไกล วางแผนกำหนดเป้าหมายที่ต้องการเกี่ยวกับด้านการศึกษา และการประกอบอาชีพตามที่ตนมุ่งหวังในอนาคต โดยประเมินจากความสามารถและสภาพของตนเอง และมีความเพียรพยายามที่จะทำให้สิ่งที่ตนมุ่งหวังนั้นประสบความสำเร็จ

2.1.3 การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล (Reasoning-Oriented Child Rearing) หมายถึง วิธีการอบรมเลี้ยงดูที่เด็กมีความรู้สึกว่าคุณแม่หรือผู้ปกครองให้ความสำคัญกับการอธิบายและให้เหตุผลในการกระทำหรือห้ามปรามมิให้กระทำการใดๆ รวมทั้งเด็กได้รับความรัก ความอบอุ่น ได้รับความยุติธรรม มีอิสระในการคิดและการแสดงความคิดเห็น มีความเป็นตัวของตัวเอง และพ่อแม่ยอมรับนับถือความสามารถของเด็ก

2.2 ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ประกอบด้วย

2.2.1 บรรยากาศในชั้นเรียน (Classroom Climate) หมายถึง สภาพแวดล้อมที่อยู่รอบตัวผู้เรียนในห้องเรียน ประกอบด้วย สภาพแวดล้อมทางกายภาพ ได้แก่ ความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความสะอาด สบายตา อากาศถ่ายเทได้ดี ปราศจากเสียงรบกวน สภาพแวดล้อมทางจิตวิทยา ได้แก่ การให้ความร่วมมือกันและกัน การไว้วางใจ การรู้จักคุ้นเคยกัน และสภาพแวดล้อมทางสังคม ได้แก่ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูผู้สอนกับนักเรียน และระหว่างนักเรียนกับนักเรียน

2.2.2 การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ (Child-Centered Approach) หมายถึง การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับความถนัด ความสามารถ ความสนใจ และศักยภาพของผู้เรียน โดยมีครูเป็นผู้กระตุ้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้เพื่อพัฒนาสติปัญญา อารมณ์ และทักษะการปฏิบัติจริงทุกขั้นตอน ให้ผู้เรียนสามารถแสวงหาความรู้ด้วยตนเองโดยใช้แหล่งการเรียนรู้ที่หลากหลายทั้งในและนอกห้องเรียน มีการประเมินผลตามสภาพจริง ตลอดจนผู้เรียนสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

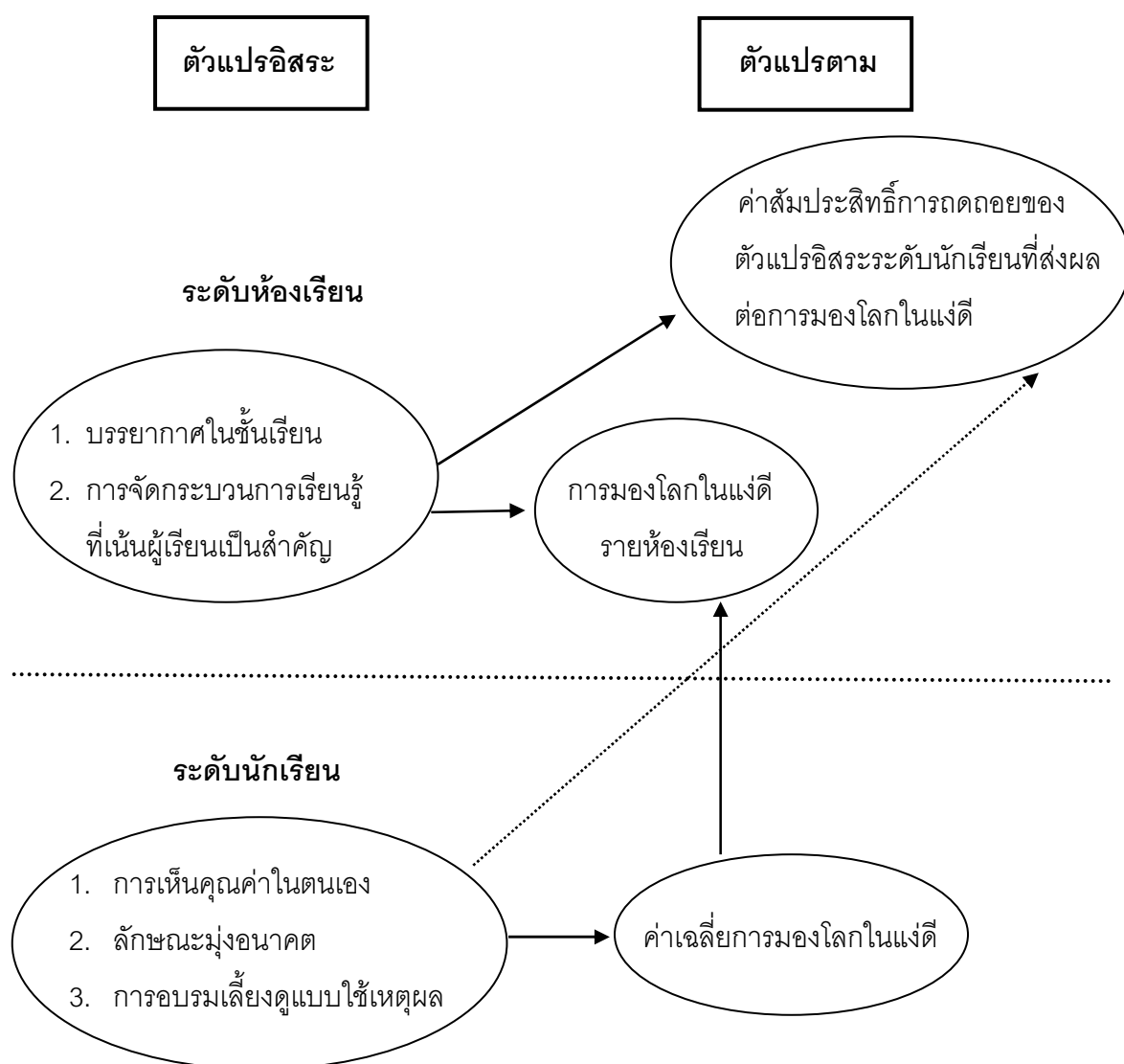
4. การวิเคราะห์พหุระดับ (Multilevel Analysis) หมายถึง การใช้เทคนิควิธีการทางสถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลที่มีตัวแปรอิสระหลายตัว และตัวแปรอิสระเหล่านั้นสามารถจัดเป็นระดับได้

อย่างน้อยสองระดับขึ้นไป ตามลักษณะโครงสร้างของข้อมูลที่มีระดับการวัดหลายระดับหรือที่เรียกกันว่าข้อมูลพหุระดับ (Multi-level data)

5. ผู้เชี่ยวชาญ หมายถึง บุคคลที่มีวุฒิการศึกษาปริญญาโทขึ้นไปทางด้านการวัดผลและการประเมินผลทางการศึกษา และมีประสบการณ์ในการทำงานไม่ต่ำกว่า 5 ปี จำนวน 3 ท่าน บุคคลที่มีวุฒิการศึกษาระดับปริญญาโทขึ้นไปทางด้านจิตวิทยา และมีประสบการณ์ในการทำงานไม่ต่ำกว่า 5 ปี จำนวน 2 ท่าน

กรอบแนวคิดของการวิจัย

ผลจากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดีของเซลิเกแมน พบว่าตัวแปรที่คาดว่าจะส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล บรรยากาศในชั้นเรียนและการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยมีการแบ่งตัวแปรอิสระเป็น 2 ระดับ ตามกรอบแนวคิดของการวิจัย ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดของการวิจัย

สมมติฐานของการวิจัย

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังที่กล่าวมาแล้ว ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า ดังนี้

1. ตัวแปรแต่ละระดับกับการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยจำแนกดังนี้

1.1 ตัวแปรอิสระระดับนักเรียนมีความสัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดี

1.2 ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนมีความสัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดี

2. ตัวแปรอิสระระดับนักเรียนและระดับห้องเรียนอย่างน้อยหนึ่งตัวแปรที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยจำแนกดังนี้

2.1 ตัวแปรอิสระระดับนักเรียนอย่างน้อยหนึ่งตัวแปรส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี

2.2 ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนอย่างน้อยหนึ่งตัวแปรส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์
พระระดับครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยเสนอหัวข้อตามลำดับดังต่อไปนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี
 - 1.1 ความหมายของการมองโลกในแง่ดี
 - 1.2 ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดี
 - 1.3 รูปแบบของการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดี
 - 1.4 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเกิดรูปแบบการมองโลกในแง่ดี
 - 1.5 หลักในการมองโลกในแง่ดี
 - 1.6 การฝึกทักษะให้เป็นคนมองโลกในแง่ดี
 - 1.7 ประโยชน์ของการมองโลกในแง่ดี
 - 1.8 แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดี
 - 1.9 วิธีวัดการมองโลกในแง่ดี
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี
 - 2.1 ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน
 - 2.1.1 การเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 2.1.2 ลักษณะมุ่งอนาคต
 - 2.1.3 การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล
 - 2.2 ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน
 - 2.2.1 บรรยากาศในชั้นเรียน
 - 2.2.2 การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
3. การวิเคราะห์พระระดับ
 - 3.1 ประวัติความเป็นมาของการวิเคราะห์พระระดับ
 - 3.2 แนวคิดและความหมายของการวิเคราะห์พระระดับ
 - 3.3 หลักการและวัตถุประสงค์ของการวิเคราะห์พระระดับ
 - 3.4 การวิเคราะห์พระระดับของการวิเคราะห์ถดถอย : กรณีที่มี 2 ระดับ
 - 3.5 การวิเคราะห์พระระดับด้วยโปรแกรมเฮซแอลเอ็ม (HLM)
 - 3.6 ข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์พระระดับ

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

4.1 งานวิจัยในประเทศ

4.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี

1.1 ความหมายของการมองโลกในแง่ดี

เซลิกแมน (สุมาลี พัทธ. 2547: 26; อ้างอิงจาก Seligman. 1998) ได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดีว่าหมายถึง ความคิดความเชื่อในเหตุผลทางบวกต่อเหตุการณ์ที่ไม่ได้พึงปรารถนา ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต โดยใช้รูปแบบการอธิบายให้เหตุผลตนเอง แบ่งออกเป็น 3 มิติ คือ

1. ความคงทนถาวรของเหตุการณ์ว่าเหตุการณ์นั้นเกิดแบบชั่วคราวหรือถาวร
2. ความครอบคลุมของเหตุการณ์ว่าเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นเฉพาะบุคคลหรือเกิดกับคนทั่วไป

ทั่วไป

3. ความเป็นตนเอง เป็นรูปแบบการอธิบายตนเองที่บุคคลเชื่อว่าเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นเพราะตนเองหรือบุคคลอื่น

โกลแมน (Goleman. 1995: 97-101) ได้กำหนดการมองโลกในแง่ดีเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการรู้จักตนเองซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของปรีชาเชิงอารมณ์ (Emotional Intelligent) โดยที่คนมองโลกในแง่ดีจะเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้าย มีพลังโอกาสที่จะพลิกผันสถานการณ์ที่เลวร้ายให้กลับคืนดีได้

อิงลิช (ปิยะวดี ลิ้มพะบำรุง. 2547: 10; อ้างอิงจาก English. 1992) ได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดีว่าหมายถึง เจตคติในทางส่วนบุคคลที่จะเลือกได้ตอบตามสถานการณ์ต่างๆ ในแต่ละวัน โดยปรับเปลี่ยนเจตคติในทางที่ควบคุมได้และมีความพึงพอใจในสิ่งที่เกิดขึ้น

ว.วชิรเมธีภิกขุ (2545: 1) ได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดีว่าหมายถึง การรู้จักมองหาแง่ดี แง่ที่เป็นคุณ ที่สุขซ่อนซึ้งอยู่ในงาน ปัญหา อุปสรรค เหตุการณ์ ในคำวิพากษ์วิจารณ์ ตีฉันทินาที่ผ่านเข้ามาในชีวิตแต่ละวัน แล้วนำมาปรับปรุงความคิดจิตใจ ตลอดจนพฤติกรรมและการงานของตนให้แวววาวพรายพรายขึ้นมาในทางที่สร้างสรรค์ชีวิต

อุไร จักร์ตรีมงคล (2545: 5) ได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดีว่าหมายถึง ความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลี้ยวหนี โดยการมองว่าอุปสรรคเหมือนโอกาสหรือบทเรียนที่จะเสริมสร้างความเข้มแข็งให้ชีวิต เป็นการมองหาข้อดีของความล้มเหลวเพื่อจะได้ยืนหยัดขึ้นมาอีก บางทีเรียกว่าเป็นความคิดในการต่อสู้อุปสรรค (Positive Thinking)

กรมสุขภาพจิต (2544: 2) ได้จัดแบ่งความฉลาดทางอารมณ์เป็น 3 ส่วน คือ เก่ง ดี มีสุข และการมองโลกในแง่ดีอยู่ในส่วนที่เป็นสุข คือ ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

ประเวศ วะสี (2541: 12-15) ได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดีว่าหมายถึง การมองโลกแบบทวิลักษณ์ คือ การคิดการมอง 2 ด้าน นั่นคือการมองลักษณะ มองสรรพสิ่งต่างๆ ทั้งด้านที่เป็นคุณและด้านที่เป็นโทษ การมองโลกในแง่ดีเป็นการมองสิ่งต่างๆ ในแง่ที่เป็นคุณ

พระราชวรมนู (2540: 34-47) ได้ให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดีว่าเป็นสัทสนะนิยม หรือที่เรียกว่า Realistic Optimism คือ การมองโลกได้อย่างมีเหตุมีผลมีความหวัง เชื่อว่าเราสามารถแก้ปัญหาให้ได้ด้วยความพยายาม ไม่ยอมจำนนต่อโชคชะตา

จากความหมายของการมองโลกในแง่ดีที่กล่าวไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า การมองโลกในแง่ดีหมายถึง การมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้ายและมีทางแก้ไขได้ สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลี้ยวหนี และเป็นผู้ที่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ คนที่มองโลกในแง่ดีจะมีรูปแบบการอธิบายให้เหตุผลตนเองเป็น 3 มิติ คือ เหตุการณ์ทางบวกเป็นสิ่งที่เกิดจากสาเหตุภายในตน เกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอ และจะเกิดขึ้นกับเหตุการณ์อื่นๆ ด้วย และให้เหตุผลต่อเหตุการณ์ทางลบว่าเป็นสิ่งที่เกิดจากสาเหตุภายนอก ไม่คงทนถาวร และเป็นสาเหตุที่เกิดขึ้นเฉพาะกรณี

1.2 ทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดี

การมองโลกในแง่ดีเป็นองค์ประกอบหนึ่งของสติปัญญาทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) โกลแมน (อรพินทร์ ชูชม. 2544: 43; อ้างอิงจาก Goleman. 1998: 97-101) ได้กำหนดให้การมองโลกในแง่ดีเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการรู้จักตนเอง คนที่มองโลกในแง่ดีจะเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้าย มีพลังโอกาสที่จะพลิกผันสถานการณ์ที่เลวร้ายให้กลับคืนดีได้ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคที่ขวางกั้น จึงสามารถรู้จักตนเองได้ เช่นเดียวกับที่บาร์ออน (อรพินทร์ ชูชม. 2544: 43; อ้างอิงจาก Bar-On. 1997) เสนอแนะว่าการมองโลกในแง่ดีเป็นองค์ประกอบหนึ่งของอีคิว (EQ) ที่ช่วยจัดการชีวิตและสภาพแวดล้อมรอบด้านที่กดดันได้อย่างประสบความสำเร็จ นอกจากนี้คนที่มองโลกในแง่ดีจะมีความยืดหยุ่น (Resilience) สามารถฟื้นตัวจากเหตุการณ์ที่เลวร้ายได้ และเริ่มต้นชีวิตได้อีก ทำให้บุคคลที่มองโลกในแง่ดีประสบความสำเร็จในชีวิต ในการทำงาน ในการเรียน และการแข่งขัน ตลอดจนมีสุขภาพกายและจิตที่ดี

แมคเกรเกอร์ (McGragor) ได้ศึกษาวิจัยพฤติกรรมการทำงานของมนุษย์และสร้างทฤษฎีเอ็กซ์ทฤษฎีวายมาตั้งแต่ปี ค.ศ. 1960 ซึ่งทฤษฎีของแมคเกรเกอร์นี้เป็นทฤษฎีที่ว่าด้วยพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้บังคับบัญชากับผู้ใต้บังคับบัญชา ซึ่งทฤษฎีเอ็กซ์และทฤษฎีวายเน้นความสำคัญ

ของเจตคติและความเชื่อของผู้บริหารต่อผู้บังคับบัญชาว่ามีอิทธิพลต่อรูปแบบการบริหารงาน หรือการสร้างแรงจูงใจในการทำงานให้แก่ลูกน้อง ซึ่งผู้บริหารที่มองมนุษย์แบบทฤษฎีเอ็กซ์ คือมอง มนุษย์ในแง่ไม่ดีหรือมองในแง่ลบ สำหรับทฤษฎีวายจะมองมนุษย์ในแง่ดีหรือมองในแง่บวก

ทฤษฎีเอ็กซ์และทฤษฎีวายของแมคเกรเกอร์เป็นที่รู้จักและถูกนำไปประยุกต์ใช้นับตั้งแต่ ต้นกำเนิดทฤษฎีจนถึงปัจจุบัน และหลังจากที่ใช้กันอยู่ระยะหนึ่งก็ได้มีการเผยแพร่ทฤษฎีต่อเนื่องมา จากทฤษฎีเอ็กซ์และทฤษฎีวาย นั่นคือทฤษฎีแซดของออคิ (Ouchi) ซึ่งทฤษฎีแซดนี้จะมองมนุษย์ใน ลักษณะเป็นกลางๆ ไม่ได้ไม่เลว (ปราณี รามสูตร. 2546: 228 - 230) ในทางจิตวิทยา “คิดอย่างไรได้ อย่างนั้น” แสดงถึงความคิดที่มีผลต่อการกระทำหรือการแสดงพฤติกรรมของคนเรา ถ้าคิดในทาง ที่ดี มองโลกในแง่ดี ก็จะเป็นพื้นฐานทางจิตใจ เป็นกำลังใจที่จะทำให้ฟันฝ่าอุปสรรคต่างๆ เป็นผล ให้ปัญหาความยุ่งยากทั้งหลายคลี่คลายลงได้ แต่ถ้าคิดในทางไม่ดี ในทางลบ เมื่อพบกับสภาพการณ์ ที่เลวร้าย รู้สึกสิ้นหวัง ก็จะเป็นไปอย่างนั้นจริงๆ จะไม่สามารถทำให้สภาพการณ์ต่างๆ ดีขึ้นมาได้ อีก นัยหนึ่งก็คือ ถ้าคิดแบบมีกำลังใจ ก็จะทำให้มีกำลังใจได้จริงๆ หรือถ้าคิดแบบหมดกำลังใจ ก็จะเป็นเช่นนั้นไปด้วย จะเห็นได้ว่า ความคิด จิตใจของคนเรามีความสำคัญมาก ถ้ารู้จักคิด มีวิธีการ คิด รู้จักทำให้เวลาพบกับสภาพการณ์ต่างๆ ในชีวิตประจำวันก็จะทำให้การดำเนินชีวิตประจำวัน เป็นไปด้วยดี ไม่ต้องพบอุบัติเหตุทางใจที่อาจทำให้เจ็บปวด ต้องมารักษากันไป (อรพินทร์ ชุชม. 2544: 43)

ลักษณะการคิดของคนเราที่เกี่ยวกับตนเองหรือคนอื่นจะเป็นอย่างไร จะเป็นไปในทางบวก ทางลบ ทางดีหรือไม่ดี มีรากฐานของการพัฒนามาตั้งแต่เด็ก จากอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่คนเรา เจริญเติบโตขึ้นมา บิดามารดาที่เลี้ยงลูกอย่างให้ลูกมีอิสระ สำรวจสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัว ทำความ เข้าใจกับสิ่งต่างๆ ที่ได้พบเห็นด้วยตนเองบ้างในสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัย โดยผู้ใหญ่คอยดูแลอยู่ ห่างๆ จะทำให้เด็กค่อยๆ พัฒนาความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองว่า เป็นคนมีความสามารถ สามารถมี อิทธิพลต่อสิ่งแวดล้อม เปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมได้ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความกล้ามองโลก สิ่งแวดล้อมต่างๆ ด้วยความรู้สึกที่ดี ไม่มีอะไรที่น่ากลัวหวาดหวั่น มองโลกในแง่ดี ในทางตรงกัน ข้ามถ้าผู้ใหญ่ห้ามเด็กอยู่เสมอ อย่างนะ อย่าทำอย่างนั้น อย่าทำอย่างนี้ เดี่ยวโดนตี อาจเป็นเพราะ พ่อแม่รักลูกมาก กลัวว่าลูกจะได้รับอันตราย เด็กจะมีความรู้สึกหวาดหวั่นอยู่ในใจ คิดว่าโลกนี้ช่าง มีอันตรายต่างๆ มาก น่ากลัวเสียเหลือเกิน กลายเป็นคนที่มองโลกในแง่ร้าย ไม่มีความเชื่อมั่นใน ตนเอง

นอกจากนี้ บรรยากาศในบ้านที่มีแต่คำวิพากษ์วิจารณ์ ดูว่าเด็กอยู่เสมอ เช่นพูดว่าเด็กว่า “ทำไมถึงโง่งอย่างนี้ สอนไม่รู้จำ จำต่อไปจะทำอะไรกิน” หรือ “งานแค่นี้ยังทำไม่ได้ แล้วนับประสา จะไปทำอะไร โง่ตลอดชาติ” เหล่านี้เป็นคำพูดที่ไม่ดีเลย ถ้าเด็กได้รับฟังคำพูดประเภทนี้อยู่บ่อยๆ

เด็กจะพัฒนาความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองว่า เขาเป็นดังที่ผู้ใหญ่ว่าจริงๆ การแสดงพฤติกรรมจึงงกๆ เงิ่นๆ ทำอะไรไม่ค่อยจะถูกยิ่งขึ้น คิดอย่างไร ได้อย่างนั้น หรือเป็นอย่างนั้นได้จริงๆ ทั้งๆ ที่เด็กอาจมีศักยภาพ มีความสามารถในตนเองมากก็ได้ แต่ไม่มีโอกาสแสดงออก เพราะอยู่ในสภาพแวดล้อมดังกล่าวและข้อสังเกตก็คือ ผู้ใหญ่พูดว่าเด็กอย่างเดียว ไม่ได้สอนต่อไปว่าถ้าไม่ยากเป็นคนโง่จะต้องทำอะไร ไม่ได้บอกต่อไปว่า สิ่งที่ถูกต้อง ที่ควรทำ พฤติกรรมที่ดีที่ควรทำคืออย่างไร ขั้นตอนนี้ความจริงสำคัญมาก เพราะจะทำให้เด็กมีแนวทางในการปรับพฤติกรรม มีการแสดงออกที่เหมาะสมต่อไป แต่ขั้นตอนนี้ก็มักจะถูกกลืนเลือนหายไปเป็นส่วนใหญ่ ในทางตรงกันข้าม ถ้าบรรยากาศในบ้านดี มีความอบอุ่น บิดา มารดาคอยสนับสนุนให้กำลังใจ มีการสอนแนะนำในทางสร้างสรรค์ ก็จะทำให้เด็กพัฒนาความคิดในทางที่ดีต่อตนเอง คิดว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ เราทำได้ และมีความคิดในทางที่ดีหรือในทางบวกต่อโลกนี้ มีความกล้า มองโลกในแง่ดี ซึ่งจะมีผลต่อการแสดงออกของเด็กด้วย (สุมาลี พัวชู. 2547: 28-29)

1.3 รูปแบบของการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดี

เชลิกแมน (อรพินทร์ ชูชม. 2544: 43-45; อ้างอิงจาก Seligman. 1998) ได้เสนอรูปแบบการอธิบายตนเอง (Explanatory Style) ในสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตของบุคคล จากการบรรยายตนเองสามารถบ่งบอกได้ว่าบุคคลนั้นมีมุมมองชีวิตในลักษณะไหน เป็นการมองโลกในแง่ดี หรือการมองโลกในแง่ร้าย ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการกำหนดพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งรูปแบบของบุคคลต่างๆ ประกอบด้วยมิติที่สำคัญ 3 มิติ ดังนี้

1. ความคงทนถาวร (Permanence) เป็นรูปแบบการอธิบายตนเองโดยบุคคลมีความเชื่อว่า สาเหตุของเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นนั้น เป็นสาเหตุที่เกิดขึ้นถาวร (Permanence) หรือเป็นสาเหตุที่เกิดขึ้นชั่วคราว (Temporary) ลักษณะการอธิบายในรูปความเชื่อว่า สิ่งที่เป็นสาเหตุตามมิตินี้เป็นเรื่องกาลเวลาว่า มีความคงทนถาวรหรือไม่ ซึ่งจะแตกต่างกันระหว่างคนที่มองโลกในแง่ดีและคนที่มองโลกในแง่ร้าย ตามลักษณะเหตุการณ์ดังนี้

เหตุการณ์ที่ดี : คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าสิ่งที่ดีๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองมาจากสาเหตุที่คงทนถาวร เช่น คุณลักษณะและความสามารถ แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะเชื่อว่าสิ่งที่ดีๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้น เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นชั่วคราว เช่น สภาวะอารมณ์และความพยายาม ดังนั้น บุคคลกลุ่มที่มองโลกในแง่ร้ายอาจจะล้มเลิกเมื่อประสบความสำเร็จ เนื่องจากเชื่อว่าความสำเร็จเป็นเรื่องของความบังเอิญ

เหตุการณ์ที่ไม่ดี : คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าสาเหตุที่เกิดขึ้นไม่ดีกับตนเองนั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นชั่วคราว ทำให้บุคคลกลุ่มนี้ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะยอมแพ้ต่ออุปสรรคได้อย่างง่ายดายเพราะเชื่อว่าสิ่งที่ไม่ดีที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นจะเกิดขึ้นถาวรตลอดไป

2. ความเป็นตนเอง (Personalization) เป็นรูปแบบการอธิบายตนเองที่บุคคลเชื่อว่าสาเหตุของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นเกิดมาจากตนเอง (Internal) หรือเกิดมาจากสาเหตุภายนอกตนเอง (External) หรือบุคคลอื่น โดยที่ลักษณะการอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์ต่างๆ ตามมิตินี้จะแตกต่างกันระหว่างคนที่มองโลกในแง่ดีและคนที่มองโลกในแง่ร้าย ดังนี้

เหตุการณ์ที่ดี : คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าตนเองเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดเหตุการณ์ที่ดี แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะเชื่อว่าเหตุการณ์ที่ดีเกิดจากคนอื่นหรือสถานการณ์อื่น

เหตุการณ์ที่ไม่ดี : คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าสาเหตุที่ทำให้เกิดเหตุการณ์ไม่ดีกับตนเองนั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากบุคคลอื่นหรือสถานการณ์ภายนอกอื่น เพื่อที่บุคคลนั้นจะได้ไม่สูญเสียความภาคภูมิใจในตนเอง แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะตำหนิตนเองว่าสาเหตุที่เกิดสิ่งไม่ดีขึ้นนั้นมาจากตนเอง ดังนั้นเมื่อประสบความล้มเหลวจะก่อให้เกิดความรู้สึกด้อยคุณค่าในตนเอง

3. ความครอบคลุม (Pervasiveness) เป็นรูปแบบการอธิบายตนเองที่บุคคลเชื่อว่าสาเหตุของสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นมีความเฉพาะ (Specific) หรือเป็นสิ่งที่สากลทั่วไป (Universal) โดยที่ลักษณะการอธิบายสาเหตุของเหตุการณ์ต่างๆ ตามมิตินี้จะแตกต่างกันระหว่างคนที่มองโลกในแง่ดีและคนที่มองโลกในแง่ร้าย ดังนี้

เหตุการณ์ที่ดี : คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าสิ่งดีๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองเป็นสิ่งที่สากลทั่วไป แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะเชื่อว่าสิ่งดีๆ ที่เกิดขึ้นนั้นมีสาเหตุที่เกิดขึ้นจากปัจจัยที่มีความเฉพาะ

เหตุการณ์ที่ไม่ดี : คนที่มองโลกในแง่ดีจะเชื่อว่าสิ่งที่เลวร้ายที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้น เป็นสาเหตุที่เกิดขึ้นเฉพาะกับเหตุการณ์นั้นเท่านั้น แต่คนที่มองโลกในแง่ร้ายจะเชื่อว่าสิ่งที่เลวร้ายที่เกิดขึ้นนั้นเป็นสาเหตุที่สากลทั่วไป เกิดขึ้นทุกโอกาส

จากการอธิบายตนเองในมิติต่างๆ 3 มิติ สามารถแสดงตัวอย่างได้ดังตาราง 1

ตาราง 1 ตัวอย่างวิธีการอธิบายตนเองของคนที่มีมองโลกในแง่ดีและแง่ร้ายตามมิติ 3 มิติ

มิติ	ลักษณะ	
	คนที่มีมองโลกในแง่ดี	คนที่มีมองโลกในแง่ร้าย
ความคงทนถาวร	- ถาวร	เหตุการณ์ที่ดี - ชั่วคราว
	ฉันโชคดีตลอดเวลา	วันนี้ฉันโชคดี
	- ชั่วคราว	เหตุการณ์ที่ไม่ดี - ถาวร
	หัวหน้าอารมณ์ไม่ดี	หัวหน้าเป็นคนเจ้าอารมณ์
ความเป็นตนเอง	- ภายในตนเอง	เหตุการณ์ที่ดี - ภายนอกตนเอง
	ฉันสามารถทำสิ่งนี้ได้	เพื่อนของฉันช่วยทำสิ่งนี้ให้สำเร็จได้
	- ภายนอกตนเอง	เหตุการณ์ที่ไม่ดี - ภายในตนเอง
	ข้อสอบยาก	ฉันไม่เก่ง
ความครอบคลุม	- สากล	เหตุการณ์ที่ดี - เฉพาะ
	ฉันเป็นคนเก่ง	ฉันเป็นคนเก่งเลข
	- เฉพาะ	เหตุการณ์ที่ไม่ดี - สากล
	อาจารย์ ก. ไม่ยุติธรรม	อาจารย์ทุกคนไม่ยุติธรรม

1.4 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเกิดรูปแบบการมองโลกในแง่ดี

จากการศึกษาวิจัยปีเตอร์สันและเซลิคแมน (Peterson and Seligman, 1987: 237-265) พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อรูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดี มีดังนี้

1. การถ่ายทอดจากผู้ปกครอง (Intergenerational Transmission) เนื่องจากตั้งแต่วัยเด็กนั้นเด็กมีเวลาอยู่กับผู้ปกครองเป็นส่วนใหญ่ และได้รับรู้รูปแบบและแนวคิดในการอธิบายตนเองต่อเหตุการณ์ทั้งที่ดีและเลวร้าย และเด็กจะซึมซับรับเอารูปแบบการอธิบายตนเองนั้นไว้ ซึ่งจะยืนยันโดยงานวิจัยของเซลิคแมนและคณะ (Seligman; et al. 1997: 13-18) ที่ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบายตนเองและความซึมเศร้าของเด็กและผู้ปกครอง พบว่ารูปแบบการอธิบายเหตุการณ์เลวร้ายของมารดาและเด็กมีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ไม่พบความสัมพันธ์ของรูปแบบการอธิบายตนเองระหว่างเด็กกับบิดา

2. การให้ข้อมูลป้อนกลับของผู้ใหญ่ (The Role of Adult Feedback) ในสังคมมนุษย์จะพบเหตุผลมากมายที่ผู้ใหญ่ได้รับประสบการณ์ที่ทำให้ผู้ใหญ่ช่วยเหลือตนเองได้น้อยจากที่ที่เธออาศัย

โดยเด็กผู้ชายจะถูกผู้ใหญ่ หรือผู้ปกครองจับตามองทุกพฤติกรรมไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมที่ถูกหรือผิด ในขณะที่เด็กผู้หญิงมักจะถูกเพิกเฉย เด็กผู้ชายจะถูกฝึกฝนให้พึ่งพาตนเองขณะที่เด็กผู้หญิงจะถูกสั่งสอนให้พึ่งพาผู้อื่น และเมื่อเขาเหล่านั้นเติบโตขึ้น ผู้หญิงจะค้นพบตนเองว่าในสังคมและวัฒนธรรมทำให้เธอถูกทำให้ด้อยค่าในกฎการเป็นภรรยาและการเป็นมารดา เมื่อผู้หญิงออกมาสู่โลกการทำงาน เธอพบว่าประสิทธิภาพของความน่าเชื่อถือในการทำงานของเธอต่ำกว่าผู้ชาย เมื่อเธอแสดงความคิดเห็นจะได้รับการยอมรับน้อยกว่าผู้ชาย แม้ว่าเธอจะบริหารงานได้ดีกว่าผู้ชายก็ตาม ซึ่งภาวะนี้ทำให้ผู้หญิงเกิดความเครียดมากกว่าผู้ชาย

3. การได้รับความบอบซ้ำทางจิตใจครั้งแรก (First Major Trauma) เวลาและสภาพความเป็นจริงของบุคคลที่ได้รับความบอบซ้ำทางจิตใจและการสูญเสีย ซึ่งบราวน์และแฮร์ริส (Brown & Harris. 1978: 789) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความซึมเศร้าในหญิงที่ใช้แรงงานและหญิงที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมที่อยู่ในระดับกลางในกรุงลอนดอนพบว่า ความซึมเศร้าในปัจจุบันของหญิงเหล่านี้มีความสัมพันธ์กับการสูญเสียมารดาในอดีตก่อนอายุ 11 ปี ที่เป็นเช่นนี้เพราะการสูญเสียมารดาเป็นเหตุการณ์เลวร้ายที่สำคัญที่เกิดขึ้นและไม่สามารถแก้ไขได้

4. ความล้มเหลวในการแก้ปัญหา (When Solutions do not Work) หมายถึง การทำงานที่เด็กต้องใช้ความคิดและความเข้าใจแต่เด็กกลับล้มเหลวในการแก้ปัญหานั้น ซึ่งจากการศึกษาของนอเรน (Seligman. 1990: 91-114; citing Nolen-hoeksema. 1986) พบว่า ส่วนใหญ่ในเด็กที่มีอายุ 4-5 ปี จะมีการตอบคำถามโดยไม่มีการอธิบาย แต่จะพูดถึงการแก้ปัญหา ขณะที่เด็กอายุ 6 ปี ส่วนใหญ่จะตอบคำถามในลักษณะการอธิบายสาเหตุ จากการศึกษาสรุปได้ว่า การแก้ปัญหาจะเกิดขึ้นก่อนการอธิบายสาเหตุ ดังนั้นเมื่อเด็กล้มเหลวในการแก้ปัญหา เด็กจะต้องพัฒนาทฤษฎีนามธรรมขั้นสูง (Abstract theory) เพื่อนำไปสู่คำตอบใหม่ ซึ่งในขั้นนี้เด็กจะใช้การอธิบายสาเหตุ ซึ่งเป็นเป้าหมายทำให้เกิดรูปแบบของการอธิบายขึ้นนั่นเอง

จากที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น สรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อรูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดีที่สำคัญ คือ การอบรมเลี้ยงดูจากพ่อแม่หรือผู้ปกครอง รองลงมาคือ สังคมสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็กที่จะทำให้เด็กซึมซับรับเอาแนวความคิด ความรู้สึก รวมถึงพฤติกรรมที่ทำให้เกิดรูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดี

1.5 หลักในการมองโลกในแง่ดี

การดำเนินชีวิตของมนุษย์เรานั้น ได้ใช้ความคิดมาช่วยในการตัดสินใจเรื่องราวต่างๆ ที่อยู่รอบตัวเราได้เหมาะสม ซึ่งในบางครั้งการมองโลกโดยใช้ความคิดนี้ก็อาจจะมีมุมมองได้หลายด้าน เช่น ทางด้านบวกและทางด้านลบ การมองโลกในลักษณะเช่นนี้ สามารถถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดออกมาทางจิตใจเป็นต้นว่า ถ้ามองโลกในแง่ดีก็จะส่งผลต่อความรู้สึกนึกคิดในด้านดี โดยทำ

ให้การแสดงออกของคนๆ นั้นมีความสุขต่อการดำเนินชีวิตได้ แต่ในทางกลับกันถ้ามองโลกในแง่ร้ายก็จะส่งผลมายังความรู้สึกนึกคิด ทำให้จิตใจเกิดความกังวล ขาดความสุขและอาจจะทำให้มองคนรอบข้างอย่างไม่เป็นมิตรได้

การมองโลกในแง่ดีตามความคิดเห็นของบุคคลต่างๆ ไป หมายถึง การมองสิ่งต่างๆ หรือมองปัญหาต่างๆ ที่เข้ามาในทางที่ดี ในทางบวกไม่ใช่ในทางลบ มีผลต่อสุขภาพจิตของเราด้วย ควรมองสิ่งรอบๆ ข้าง รอบตัวเรา และมองดูคนรอบข้างด้วย และมองตัวเราเอง สำหรับการมองโลกในแง่ดี คิดว่าถ้าเรามองคนรอบตัว หรือมองเหตุการณ์ที่ผ่านมา ถ้าเราคิดในสิ่งที่ดีคือไม่คิดมาก คิดว่าคงจะไม่มีเหตุการณ์อะไรเข้ามาสู่ตัวเรา จะทำให้จิตใจเราเป็นสุข ซึ่งจะส่งผลถึงประสิทธิภาพในการทำงานและครอบครัวของเราด้วยคำว่า การมองโลกในแง่ดี โดยในแง่ของภาษาสามารถแยกออกเป็น 3 คำแตกต่างกัน คำที่หนึ่งคือ การมอง คำที่สองคือ โลก คำที่สาม คือ ในแง่ดี (อรพินทร์ ชูชม. 2544: 43)

เป้าหมายของการมองคิดเพื่อให้เห็น การจะเห็นสิ่งใดเรามีวิธีเห็น 2 วิธี คือ

1. ใช้ตามอง เรียกว่า มองเห็น เราเห็นห้องน้ำ กาแฟ เห็นสรรพสิ่งในโลกเราใช้ตามอง
2. คิดเห็น เรากับคุณแม่อยู่ห่างกันแต่พอเราหลับตาเรายังนึกถึงคุณแม่ได้ เราไม่ได้ไป

เมืองนอกมานาน หลับตายังนึกถึงสมัยเราเรียนที่ตรงนั้น อย่างนี้เรียกว่า คิดเห็น เพราะฉะนั้นการที่จะเห็นสิ่งใดสามารถทำได้ทั้งตากับคิด

การมองโลกบางครั้งอาจมองดูเห็นไปคิดเลยหรือบางทีไม่ต้องเห็นแต่จินตนาการ ท่านคิดและเห็นคำว่าโลก เราสามารถแยกเป็น 2 อย่างคือ โลกที่เป็นธรรมชาติ ป่าไม้ แม่น้ำ ภูเขา อย่างนี้เรียกว่าเป็นธรรมชาติ โลกอีกความหมายหนึ่งคือ โลกของมนุษย์ พวกที่มนุษย์อยู่เรียกว่าสังคมมนุษย์ เพราะฉะนั้น เวลาเรามองโลกอาจมองธรรมชาติ บางคนบอกว่ามองภูเขาสวย เห็นทิวไม้ แล้วชอบ เรียกว่ามองธรรมชาติ แต่บางครั้งมองมนุษย์ด้วยกัน มองเห็นคุณแล้วสบายใจ เรียกว่าการมองเหมือนกัน เพราะฉะนั้นโลกจึงแยกออกเป็น 2 ส่วน คือ ธรรมชาติกับมนุษย์ คำว่าดี เป็นคำที่มีความหมายกว้างมาก ในทางปรัชญาถือว่าดีหมายถึง สิ่งที่จะนำไปสู่ ยกตัวอย่างเช่น ยาดี หมายถึง ยาที่นำไปสู่คือยารักษาโรคนั่นเอง มีดี คือมีดีที่นำไปสู่ คือสามารถตัดอะไรได้ หรืออาหารดีหมายความว่าอาหารนำไปสู่ให้เราสุขภาพดีขึ้น เพราะฉะนั้นอะไรที่นำไปสู่สักอย่างหนึ่ง เราเรียกว่าดี ดีในที่นี้ดูได้ 2 ทางคือ นำไปให้เราเกิดความสุข หรือนำไปเพื่อให้เราทำงานประสบความสำเร็จ ชีวิตเราหนีการทำงานไม่ได้ หนีชีวิตส่วนตัวไม่ได้ เพราะฉะนั้นดูว่ามองคนแล้วทำให้เกิดความสุข ทำให้ทำงานประสบความสำเร็จ ถ้ารวม 3 ตัว คือ เราเห็นหรือเราคิดเกี่ยวกับคนแล้วทำให้เรามีความสุข เรามองเราคิดกับคน ทำให้เราประสบความสำเร็จ

สรุปความสำคัญของคำว่า การมองโลกในแง่ดี คือ 3 อย่างนี้ต้องผูกพันกันเสมอ คือ การคิด การทำ และผลการกระทำ ถ้าเราคิดดี เราทำดี ผลจะได้ดีด้วย ตัวอย่างเช่น เราคิดถึงเรื่องอาหาร ถ้าเราคิดว่าอาหารนี้ดี เราซื้ออาหารนี้และผลจะมีต่อร่างกายเรา ถ้าเราคิดถึงสุขภาพ เรื่องการออกกำลังกาย เราก็ไปออกกำลังกาย ผลที่ตามมาคือร่างกายเราแข็งแรง เพราะฉะนั้นถ้าเราคิดหนึ่งอย่าง ทำหนึ่งอย่าง และผลการกระทำออกมาหนึ่งอย่างเสมอ ถ้าการมองโลกจะมีความสำคัญคือ จะช่วยให้ชีวิตเรามีความสุข เพราะเราคิดถึงคนๆ นี้ในแง่ดี เราจะพูดดีกับเขา ผลตามมาคือเขาจะมีปฏิกริยาในทางดีกับเรา ถ้าเราคิดในทางร้ายต่อเขา สมมติว่าคนหนึ่งมาเหยียบเท้าเรา ถ้าเราคิดว่าคนที่มาเหยียบเท้าเราเขาไม่สบาย จะเป็นลม แสดงว่าเราคิดว่าเขามีสุขภาพไม่ดี เราจะช่วยพยุงเขา แต่ถ้าเราคิดว่าคนนี้แกล้งเรา แสดงว่าเรามองในแง่ไม่ดี เราจะมีปฏิกริยาคือผลักเขา เมื่อเราผลักเขาๆ อาจจะผลักเขาและเกิดการต่อสู้กันได้ เพราะฉะนั้นการคิดที่ดีจะช่วยทำให้ชีวิตเรามีความสุข ถ้าคิดร้ายหรือคิดทางลบชีวิตเราเป็นทุกข์ ถ้าคิดในทางที่ดีเราทำงานประสบความสำเร็จ ถ้าคิดในแง่ลบงานของเราก็มีทุกข์ตามไปด้วย

การมองโลกในแง่ดีส่งผลต่อจิตใจตัวเราเองในแง่ของความสุขใจ และยังส่งผลให้มีมุมมองต่อสภาพแวดล้อมที่อยู่รอบข้างในแง่ดีด้วย แต่ในบางครั้งเคยมีบางท่านบอกว่าเขารู้สึกไม่เข้าใจตัวเอง เช่น เวลาที่คิดจะทำอะไรสักอย่าง เขามีความกลัวว่าจะทำสิ่งนั้นไม่ดี คือ มีความกลัวไปเองก็มี คนเรานั้นถูกประสบการณ์ในอดีตที่ผ่านมาสอนเรา เราเคยมองอะไร เคยมองแต่สิ่งนั้น อย่างนั้นตลอดถ้าเราฝึกมุมมองใหม่เราจะสามารถเปลี่ยนได้ ความจริงธรรมชาติในตัวเรามี 2 ด้านเสมอเหมือนกับเหรียญที่มี 2 ด้าน คือ ด้านหัวกับด้านก้อย ในอดีตที่ผ่านมาถูกฝังให้มองแต่ด้านหัว ก็จะมองอะไรด้านหัวหมด ไม่มองอีกมุมของด้านก้อย ทำให้เรามองในด้านเดียว ดูถูกตนเอง ไม่สบายใจกับตนเอง มนุษย์เราถ้าจะแยกคุณสมบัติได้ 2 อย่าง คือ คุณสมบัติและรูปลสมบัติ คุณสมบัติคือความสามารถ คนเราทุกคนมีทั้งส่วนที่ตัวเองเก่ง และส่วนที่ตัวเองอ่อน เรานึกถึงสมัยเรียนจะพบว่าเราเก่งคณิตศาสตร์ แต่อาจไม่เก่งภาษาอังกฤษ เราเก่งกีฬา แต่อาจไม่เก่งดนตรี เพราะฉะนั้นถ้าคนมองด้านเดียว มองว่าเราภาษาอังกฤษไม่เก่ง ดนตรีไม่เก่ง ในส่วนนั้นตอกย้ำว่าตัวเราเองเป็นคนด้อย ถ้าหากเรามองอีกมุมหนึ่งว่าเราเก่งคณิตศาสตร์ เราเก่งพละ เราจะพบว่าในชีวิตของเราก็ทำไม่ได้แปลความว่ามีเหรียญทองเดียว ถ้าหากเราอยากเก่งเราเอาด้านความสามารถที่เราเก่งถึงด้านนี้ออกมาจะทำให้เราเก่งและเด่นขึ้นได้ เราภูมิใจในสิ่งที่ได้ เพราะฉะนั้นเวลามองอย่ามองส่วนที่ตนเองไม่เก่ง ให้หาว่าขณะนี้ตัวเองเก่งอะไร เรียกว่ามองที่ด้านคุณสมบัติ ส่วนรูปลสมบัติคือคนเราทุกคนดูเรื่องความสวย บางคนส่องกระจกดูตัวเองแล้วท้อถอยว่าทำไมเราแถมตอแป่ จมูกแพบ แต่ถ้าดูอีกทีถ้าเราไม่สวยที่จมูก ไม่สวยที่แก้ม เราลองดูริมฝีปาก ดูผิวว่าผิวผ่อง ทำไมต้องย่ำแต่จุดที่ไม่ดี หรือถ้าหากว่ารูปร่างตั้งแต่ผมถึงเล็บเท้าไม่ดี แต่เรามองรวมทั้งตัวโครงสร้างของเรา

เราเป็นคนสูงระหงทรงเพียวสวย เวลามองสวยอย่าไปมองแยกส่วนต้องมองรวมทั้งส่วน เวลามองขึ้นอยู่ว่าเรามองจุดไหน พยายามมองจุดเก่งของเรา ทางด้านความสามารถ มองจุดสวยทางด้านรูปลักษณ์แล้วเราสบายใจ

1.6 การฝึกทักษะให้เป็นคนมองโลกในแง่ดี

คนที่มองโลกในแง่ร้ายโดยปกติมักจะเป็นคนที่ยอมแพ้ โดยมีความคิดว่าเหตุการณ์เลวร้ายที่เกิดขึ้นกับตนเองนั้นเนื่องมาจากตนเองเป็นคนทำให้เกิดขึ้นและจะคงอยู่ถาวรตลอดไป ตลอดจนครอบคลุมไปในทุกเรื่อง บุคคลประเภทนี้จะเป็นบุคคลที่มีปัญหา รู้สึกท้อแท้ หดหู่และสูญเสียความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า แต่คนที่มองโลกในแง่ดีจะอธิบายเหตุการณ์เลวร้ายในลักษณะที่ตรงกันข้าม ทำให้บุคคลเหล่านี้ไม่รู้สึกหดหู่ ท้อถอยหรือหนุ่ ดังนั้นการที่คนจะมองโลกในแง่ดีหรือแง่ร้ายขึ้นอยู่กับความเชื่อของบุคคลที่มีต่อเหตุการณ์นั้น สิ่งที่สำคัญในการฝึกทักษะให้เป็นคนมองโลกในแง่ดี คือ การเปลี่ยนรูปแบบการอธิบายเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น หรือเปลี่ยนแปลงความเชื่อของบุคคลที่มีต่อเหตุการณ์ให้เป็นไปในรูปแบบเดียวกับลักษณะของคนมองโลกในแง่ดี

การมองโลกในแง่ดีเป็นทักษะที่ควรมีความยืดหยุ่น ผู้ใช้ทักษะการมองโลกในแง่ดีควรใช้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ บางสถานการณ์ไม่เหมาะสมกับการใช้ทักษะการมองโลกในแง่ดี (สุมาลี พัวชู. 2547: 31; อ้างอิงจาก Seligman. 1998) ดังเช่น

สถานการณ์ที่เหมาะสมจะใช้ทักษะการมองโลกในแง่ดี ได้แก่

1. สถานการณ์เรื่องความสำเร็จ
2. สถานการณ์ที่เกิดความรู้สึกเศร้า หดหู่ ต้องการรักษาขวัญและกำลังใจ
3. สถานการณ์ทางสุขภาพที่มีปัญหาเรื้อรัง
4. สถานการณ์ที่ต้องการลดบัลดาลใจให้ผู้อื่น
5. สถานการณ์ที่ความล้มเหลวมีมูลค่าต่ำ เช่น พนักงานขายตัดสินใจโทรศัพท์ชวนลูกค้าอีกครั้ง ซึ่งจะสูญเสียเพียงเวลาถ้าไม่ประสบความสำเร็จ

สถานการณ์ที่ไม่เหมาะสมจะใช้ทักษะการมองโลกในแง่ดี

1. สถานการณ์ในอนาคตที่มีความเสี่ยงและความไม่แน่นอนสูง
2. สถานการณ์ที่ต้องให้คำปรึกษากับบุคคลที่มีอนาคตมืดมัว
3. สถานการณ์ที่ต้องแสดงความเห็นอกเห็นใจกับความทุกข์ยากของผู้อื่น
4. สถานการณ์ที่ความล้มเหลวมีมูลค่าสูง เช่น การตัดสินใจขับรถกลับบ้านขณะมึนเมา

อาจเกิดอุบัติเหตุได้

วงจร ABC

การฝึกทักษะให้เป็นคนที่มีมองโลกในแง่ดีเป็นทักษะที่เรียนรู้ได้ สิ่งสำคัญของการฝึกทักษะนี้ คือ การใช้การโต้แย้ง (Disputation : D) ในชีวิตประจำวัน เซลิกแมนได้เชื่อมโยงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างวงจร ABC กล่าวคือ ความเชื่อที่เฉพาะอย่างนำไปสู่ความทุกข์ เศร้าใจและความเฉื่อยชา ดังนั้น ความเชื่อ (Belief : B) ที่มีต่อสิ่งที่เป็นปฏิกิริยา (Adversity : A) หรือเหตุการณ์ที่ไม่ดี หรืออุปสรรคจะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมต่างๆ ไม่ว่าอารมณ์ ความรู้สึก หรือการกระทำซึ่งเป็นผลที่ตามมาโดยตรงจากแนวความเชื่อนั้น (Consequence : C) เช่น ความเชื่อต่อสิ่งที่เป็นอุปสรรคประเภทหนึ่ง ได้แก่ ความเชื่อที่ว่าเหตุการณ์ที่เลวร้ายเป็นผลมาจากคุณลักษณะส่วนบุคคลที่ถาวร และเกิดครอบคลุม จะส่งผลให้เกิดการกระทำที่ยอมแพ้ ความรู้สึกท้อใจและหมดหวังในขณะที่บุคคลมีความเชื่อว่าเหตุการณ์นั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นชั่วคราวเฉพาะและเป็นสิ่งที่อยู่ภายนอกตนเอง จะส่งผลให้เกิดการกระทำที่สร้างสรรค์ และมีความสุข ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงการตอบสนองทางสมอง ได้แก่ ความเชื่อที่บุคคลแปลความหมายต่อสิ่งที่เป็นปฏิกิริยาจึงเป็นสิ่งสำคัญ การฝึกทักษะให้เป็นคนที่มีมองโลกในแง่ดี จึงเป็นเรื่องการเปลี่ยนแปลงการแปลความหมายต่อสิ่งที่เป็นปฏิกิริยาโดยใช้วิธีการโต้แย้ง ควรจะฝึกการโต้แย้งให้เกิดขึ้นภายในตัวบุคคลนั้น และให้เป็นการกระทำที่เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติ

การฝึกทักษะการมองโลกในแง่ดีตามรูปแบบ ABC ที่มาร์ติน เซลิกแมน (Martin Seligman) อาศัยแนวคิดของ อัลเบิร์ต เอลลิส (Albert Ellis) สามารถทำได้โดยการบันทึกเหตุการณ์ที่เป็นอุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันที่เกิดขึ้นกับตัวเอง โดยใช้แบบบันทึก ABC แล้วอ่านสิ่งที่บันทึกไว้อย่างรอบคอบจะเห็นความเชื่อมโยงระหว่างความเชื่อและผลที่ตามมา โดยสิ่งที่เป็นความเชื่อที่อธิบาย หรือแปลความหมายในแง่ร้ายจะทำให้เฉื่อยชาและท้อแท้ใจ ในขณะที่สิ่งที่เป็นความเชื่อที่เป็นการแปลความหมายในแง่ดีจะก่อให้เกิดพลัง

การบันทึก ABC

อุปสรรค/สิ่งที่เป็นปฏิกิริยา (Adversity : A) เป็นการบันทึกโดยการบรรยายสิ่งที่ได้เกิดขึ้น ไม่ใช่การประเมินสิ่งที่เกิด สิ่งที่เป็นอุปสรรค เช่น คนแย่งที่จอดรถที่ท่านกำลังจะไปจอด สามีภรรยาทะเลาะกัน เพื่อนไม่ยอมพูดกับท่าน

ความเชื่อ (Belief : B) เป็นการบันทึกความคิดความเชื่อที่บุคคลแปลความหมายต่อสิ่งที่เป็นปฏิกิริยานั้น โดยต้องแยกความคิดออกจากความรู้สึก การบันทึกส่วนนี้เป็นเรื่องความคิด ส่วนความรู้สึกจะอยู่ภายใต้หัวข้อ ผลที่ตามมาการบันทึกความเชื่อ เช่น ฉันคิดว่าฉันอารมณ์ไม่ดี ฉันคิดว่าฉันไม่มีความสามารถ ฉันคิดว่าฉันไม่เคยทำอะไรถูกเลย

ผลที่ตามมา (Consequence : C) เป็นการบันทึกความรู้สึกของบุคคลและสิ่งที่บุคคลนั้นได้ทำการบันทึกผลที่ตามมาสามารถเขียนถึงอารมณ์ ความรู้สึกและการกระทำได้หลากหลายตามที่บุคคลนั้นรู้สึกและกระทำ เช่น ความรู้สึกอาจเศร้า วิตกกังวล และรู้สึกผิด ในการบันทึกการกระทำ เช่น ฉันไม่มีพลังที่จะทำ ฉันวางแผนที่จะขอโทษ และฉันไม่สนใจใยดี

ตัวอย่างการบันทึก ABC ในเหตุการณ์ทางลบแต่ใช้วิธีการอธิบายเหตุการณ์นั้นต่างกัน

1) A : เจ้านายตำหนิการทำงานของคุณ

B : คุณคิดว่าคุณไม่รู้วิธีการที่จะทำงานให้ได้ดีกว่านี้

C : คุณรู้สึกซึมเศร้าตลอดวัน

2) A : เจ้านายตำหนิการทำงานของคุณ

B : - คุณคิดว่าคุณรู้วิธีการที่จะทำให้การทำงานของคุณดีขึ้น (ไม่คงทน - unstable)

- เฉพาะการทำงานครั้งนี้เท่านั้นที่ไม่ดี (เฉพาะ - specific)

- เจ้านายของคุณอารมณ์ไม่ดี (สิ่งที่เกิดขึ้นภายนอกตนเอง - external)

C : คุณรู้สึกค่อนข้างดีขึ้นถึงสิ่งที่ได้เกิดขึ้น

จากตัวอย่างที่ 1 จะเห็นได้ว่าบุคคลนั้นอธิบายเหตุการณ์ทางลบที่เกิดขึ้นในลักษณะที่เชื่อว่าเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นถาวร ครอบคลุมและเป็นเรื่องภายในตน ซึ่งผลของความเชื่อนั้นทำให้เกิดความรู้สึกที่ไม่ดี แต่เมื่อบุคคลนั้นพยายามเปลี่ยนแปลงคำอธิบายเหตุการณ์ทางลบเดิมที่เกิดขึ้นในลักษณะที่เชื่อว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นสามารถเปลี่ยนแปลงได้ ไม่คงทนถาวร เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเฉพาะสถานการณ์นั้น และไม่ใช่เป็นความบกพร่องที่เกิดจากตนเองซึ่งจะทำให้บุคคลนั้นรู้สึกดีขึ้น

ในกรณีที่บุคคลมีความเชื่อที่เป็นแง่ร้ายให้ใช้วิธีการโต้แย้งกับความเชื่อนี้ วิธีการโต้แย้งกับความเชื่อในแง่ร้ายจะน่าเชื่อถือได้โดยอาศัยเงื่อนไขดังต่อไปนี้ (อรรถพันธ์ ชูชม. 2544: 47-52; อ้างอิงจาก Seligman. 1998)

1. หลักฐาน (Evidence) การโต้แย้งกับความเชื่อในแง่ลบคือแสดงให้เห็นว่าเป็นความจริงที่ไม่ถูกต้อง การตอบโต้ในแง่ร้ายต่อสิ่งที่เป็นปรปักษ์อาจจะเป็นการกระทำที่เกินเลยไป บุคคลที่ฝึกทักษะการโต้แย้งควรตรวจสอบหาหลักฐานและถามตัวเองว่ามีหลักฐานอะไรสำหรับความเชื่อเช่นนี้ การค้นหาหลักฐานจะชี้ให้เห็นว่าความเชื่อเช่นนั้นเป็นการบิดเบือนคำอธิบาย ซึ่งจะทำให้บุคคลนั้นยืนหยัดอยู่ด้วยความเป็นจริง

วิธีการโต้แย้งความเชื่อทางลบต่างจากวิธีการคิดในทางบวก (Positive thinking) การคิดในทางบวกนั้นจะพยายามเชื่อตามที่คิดโดยปราศจากหลักฐาน ถึงแม้บุคคลนั้นจะเชื่อตามนั้นและทำให้ตัวเองมีพลัง แต่ไม่ได้ช่วยส่งเสริมความสำเร็จหรือยกระดับอารมณ์มากนัก สิ่งสำคัญคือ

วิธีการที่บุคคลเผชิญกับอุปสรรค ซึ่งโดยปกติความเชื่อทางลบต่อสิ่งที่เป็นอุปสรรคมักไม่ถูกต้อง จึงควรหาหลักฐานได้แย้งความเชื่อที่ผิดนี้

2. ทางเลือกอื่นๆ (Alternatives) คนที่ฝึกการโต้แย้งความเชื่อในทางลบต้องตระหนักว่าไม่มีสิ่งใดที่เกิดขึ้นกับคนมาจากสาเหตุเดียว ทุกเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมีสาเหตุจากหลายๆ สาเหตุ เช่น ถ้าคุณทำข้อสอบได้ไม่ดี อาจเกิดจากความยากของข้อสอบ การศึกษาของคุณ ความเก่ง ความพยายาม ความยุติธรรมของอาจารย์ และกลุ่มผู้เข้าสอบ

ในการโต้แย้งความเชื่อให้มองสาเหตุต่างๆ ที่เป็นไปได้แล้วพยายามโต้แย้งความเชื่อทางลบนี้ไปยังสาเหตุที่เปลี่ยนแปลงได้ (เช่น ไม่ได้ให้เวลาในการศึกษาที่เพียงพอ) เป็นสาเหตุที่เฉพาะ (เช่น การสอบครั้งนี้ไม่ยากนัก) และไม่ใช่สาเหตุที่เกิดจากตนเอง (เช่น อาจารย์ให้คะแนนไม่ยุติธรรม)

สิ่งสำคัญสำหรับการฝึกการโต้แย้งหรือแก้ไขนิสัยความเชื่อในการทำลายให้กลายเป็นคนที่มีความสามารถในการคิดคือ สาเหตุของเหตุการณ์ต่างๆ นั้น มีสาเหตุที่เป็นไปได้หลายสาเหตุ

3. การประยุกต์ (Implications) ความเชื่อในทางลบของบุคคลในบางเรื่องอาจจะเป็นสิ่งที่ถูกต้อง วิธีการฝึกการโต้แย้งในที่นี้คือ การลดความวิตติ (Decatadrophizing) โดยการพูดกับตัวเองในลักษณะการประยุกต์ เช่น คุณเป็นคนอายุมากที่สุดในระดับเรียน ไม่ได้หมายความว่า你不เก่ง เรียนไม่ทันเพื่อน คุณแก่เกินเรียน แต่แปลความหมายในเชิงประยุกต์ว่าคุณสามารถใช้ประสบการณ์ได้อย่างเต็มที่ประกอบการศึกษา และเมื่อคุณจบออกไปคุณจะมีการทำงานที่ดีขึ้น

4. ความเป็นประโยชน์ (Usefulness) การโต้แย้งให้นึกถึงความเป็นประโยชน์เป็นสิ่งสำคัญ ทั้งนี้เนื่องจากผลที่ตามมาของการยึดถือความเชื่อเป็นสิ่งสำคัญมากกว่าความจริงของความเชื่อนั้นโดยเฉพาะการถามตัวเองว่าความเชื่อนี้เป็นจริงหรือไม่ แต่ควรใช้คำถามว่ามีประโยชน์สำหรับตัวเองหรือไม่ที่จะคิดถึงเรื่องนี้ตอนนี้ ถ้าคำตอบว่าไม่ ให้ใช้วิธีการหันเห (Distraction) ตัวเองจากสิ่งที่เกิดขึ้น ได้แก่ การพยายามคิดถึงสิ่งอื่นๆ วิธีการอีกวิธีหนึ่งคือ การวิเคราะห์รายละเอียดถึงวิธีการที่สามารถเปลี่ยนสถานการณ์ในอนาคต ถ้าสถานการณ์นั้นสามารถเปลี่ยนแปลงได้

การบันทึก ABCDE

ในการฝึกทักษะการมองโลกในแง่ดีตามรูปแบบ ABCDE ของเซลิแกน ในชีวิตประจำวันเมื่อเจอสิ่งที่เป็นอุปสรรคหรือเป็นอุปสรรคให้ใช้การสนทนากับตัวเองของบุคคลโดยเฉพาะ เมื่อมีความเชื่อทางลบ ให้โต้แย้งความเชื่อนั้น เพื่อทำการบันทึก ABCDE เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นดังนี้

อุปสรรค (Adversity : A)
 ความเชื่อ (Belief : B)
 ผลที่ตามมา (Consequence : C)

การโต้แย้ง (Disputation : D)

ความมีพลัง (Energization : E)

ตัวอย่างการบันทึก ABCDE ในเหตุการณ์ทางลบ

A : ฉันไม่สามารถที่จะทำให้นักเรียนที่เฉื่อยช้าบางคนเรียนรู้ได้

B : ทำไมฉันไม่สามารถช่วยเด็กพวกนี้ได้ ถ้าฉันมีความสามารถมากกว่านี้ สร้างสรรค์มากกว่านี้ฉันคงกระตุ้นให้เด็กสนใจเรียนรู้ได้มากกว่านี้

C : ฉันรู้สึกว่าคุณไม่มีความคิดสร้างสรรค์ไม่กระตือรือร้น และรู้สึกท้อแท้ หหมดกำลังใจ

D : ไม่เข้าท่าที่จะเอาคุณค่าความเป็นครูของฉันมาเทียบกับจำนวนนักเรียนเพียงไม่กี่คนที่ไม่ใส่ใจในการเรียน ความจริงคือฉันได้กระตุ้นนักเรียนส่วนใหญ่ให้สนใจในการเรียนรู้ และฉันใช้เวลามากในการวางแผนการสอนที่สร้างสรรค์ที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง นอกจากนี้ ฉันคิดว่าตอนปลายภาคเรียนฉันจะจัดประชุมปรึกษาหารือกับครูอาจารย์คนอื่นๆ เพื่อช่วยเด็กนักเรียนที่ไม่ใส่ใจในการเรียน

E : ฉันรู้สึกดีขึ้นในการทำงานในฐานะที่เป็นครู และหวังว่าจะได้แนวคิดใหม่ที่ได้จากการปรึกษาครูคนอื่นๆ

การช่วยเด็กมองโลกในแง่ดี

เด็กจะมีการมองโลกในแง่ไหน ส่วนใหญ่ขึ้นอยู่กับ การถ่ายทอดทางสังคมที่ได้จากพ่อแม่ และประสบการณ์ที่ได้รับจากการศึกษา จากการวิจัยพบว่า โดยแท้จริงแล้วเด็กได้เรียนรู้การมองโลกแง่ร้ายจากบิดามารดา นอกจากนี้ เด็กยังได้เรียนรู้การมองโลกแง่ร้ายจากการที่ผู้ใหญ่ตำหนิวิจารณ์ต่อเด็ก ดังนั้น การช่วยให้เด็กมองโลกในแง่ดีขึ้นได้ขึ้นอยู่กับตัวแบบที่อยู่ใกล้ชิดเด็ก ได้แก่ พ่อแม่ ครูอาจารย์ จะมีวิธีการคิดในลักษณะที่เป็นการมองโลกในแง่ดี ซึ่งสิ่งนี้ การสอนให้เด็กมองโลกในแง่ดีก็สิ่งสำคัญ เช่นเดียวกับการสอนให้เด็กมีความรู้ คุณธรรมและจริยธรรม ทั้งนี้ เนื่องจากการมองโลกเช่นไรนั้นจะสามารถมีผลกระทบต่อชีวิตในภายหลัง แต่การช่วยเด็กให้มองโลกในแง่ดีโดยการสอนทักษะการมองโลกในแง่ดีโดยใช้ระบบ ABCD ที่กล่าวไว้แล้วในตอนต้น ซึ่งมีจุดเน้นที่การจัดการกับความคิดโดยปรับเปลี่ยนวิธีคิดทางลบให้คิดในทางบวก วิธีการคิดนี้จะมีประโยชน์มาก เมื่อเด็กมีประสบการณ์ที่เศร้าหดหู่มาก หรือเด็กที่มีพ่อแม่ที่เข้ากันไม่ได้ ทะเลาะเบาะแว้ง ใช้กำลังต่อกัน เด็กพวกนี้มักจะมีอารมณ์เศร้าซึมมาก ในเวลานั้นและเศร้าซึม เช่นนั้นเป็นเวลาหลายปี มีผลการเรียนที่ตกต่ำ และจะมีรูปแบบการอธิบายให้เหตุผลในแง่ร้ายอย่างถาวร (อรพินทร์ ชูชม. 2544: 47-52; อ้างอิงจาก Seligman. 1998) ซึ่งเด็กในกลุ่มดังกล่าวนี้ จำเป็นที่จะต้องหาทางช่วยเหลือโดยด่วน

การสอนทักษะ ABCDE ให้กับเด็กนั้นมีประโยชน์ทั้งตัวผู้สอนและตัวเด็กเอง ซึ่งช่วยปรับปรุงการคิดได้อย่างมากดังที่กล่าวไว้แล้วในตอนต้น ในการสอนทักษะ ABCDE ก่อนอื่นต้องฝึกทักษะ ABC ซึ่งสามารถทำได้โดยให้เด็กคิดเหตุการณ์ที่เลวร้ายที่เกิดขึ้นกับตัวเขาแล้วให้เด็กอธิบายถึงเหตุการณ์นั้นว่าเด็กคิดอย่างไรต่อเหตุการณ์นั้น และผลที่เกิดขึ้นจากการคิดเช่นนั้น หลังจากที่ได้เด็กได้อธิบายเหตุการณ์นั้นแล้ว ผู้ฝึกทักษะ ABC ให้กับเด็กจะถามเด็กในตอนท้ายการอธิบายของเด็ก เพื่อที่เด็กจะได้เห็นความเชื่อมโยงระหว่างความคิดกับผลที่ตามมา ดังเช่นในตัวอย่าง

A : ครูกล่าวตำหนิฉันอย่างรุนแรงต่อหน้าเพื่อนทุกคนในชั้นเรียน

B : ครูไม่ชอบฉัน และเพื่อนทุกคนในห้องคิดว่าฉันเป็นคนไม่ดี

C : ฉันรู้สึกเศร้าเสียใจมากและไม่อยากมาเรียนหนังสืออีกต่อไป

ในกรณีเช่นนี้ผู้ฝึกทักษะ ABC ให้กับเด็กอาจถามเด็กว่า ทำไมเด็กรู้สึกเสียใจมาก ทำไมถึงไม่อยากมาเรียนหนังสืออีกต่อไป แต่ถ้าถามเด็กต่อไปว่า ถ้าเด็กมีความเชื่อที่แตกต่างไปจากนี้ เช่น ถ้าเขาคิดว่าทุกคนในชั้นเรียนรู้ว่าครูคนนี้เป็นคนไม่ยุติธรรม อารมณ์เสียตลอดเวลา ผลจากการคิดเช่นนี้จะแตกต่างจากเดิมหรือไม่ ดังนั้น การทำให้เด็กเปลี่ยนความเชื่อจึงเป็นสิ่งสำคัญ ผู้ฝึกทักษะ ABC ให้กับเด็กต้องเน้นย้ำให้เห็นว่าความทุกข์ใจต่างๆ ได้แก่ ความเศร้า ความโกรธ ความกลัว ความรู้สึกผิด ละอายใจ ท้อแท้ และหมดหวัง ทั้งหลายนั้นเกิดขึ้นจากความเชื่อและความคิดทางลบของเด็ก เช่น มองโลกในแง่ร้าย คิดอยู่แต่อดีต คิดแต่สิ่งที่สูญเสีย และกลัวการเปลี่ยนแปลง ถ้าเปลี่ยนแปลงความเชื่อผลที่ตามมาก็เปลี่ยนแปลงด้วย เมื่อเด็กเข้าใจในแนวคิดนี้แล้ว ให้เด็กมีการเชื่อมโยงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยการฝึกการโต้แย้งและการสร้างพลัง ซึ่งเป็นขั้นตอนฝึกทักษะของ ABCDE ที่กล่าวไว้ในตอนต้น ผู้ฝึกทักษะ ABCDE ให้กับเด็กต้องอธิบายให้เด็กเข้าใจว่าความคิดทั้งหลายไม่ได้หมายความว่าความคิดนั้นเป็นจริง สามารถที่จะโต้แย้งได้เพื่อหยุดความคิดที่เป็นไปในทางลบเหล่านั้น เด็กจะได้มีชีวิตชีวาและมีพลังทำอะไรต่อไปได้อีกดังเช่นตัวอย่างต่อไปนี้

A : ครูกล่าวตำหนิฉันอย่างรุนแรงต่อหน้าเพื่อนทุกคนในชั้นเรียน

B : ครูไม่ชอบฉัน และเพื่อนทุกคนในห้องคิดว่าฉันเป็นคนไม่ดี

C : ฉันรู้สึกเศร้าเสียใจมากและไม่อยากมาเรียนหนังสืออีกต่อไป

D : การที่ครูตำหนิฉันไม่ได้หมายความว่าครูไม่ชอบฉัน ครูคนนี้ก็ตำหนินักเรียนเกือบทุกคนในห้องเรียน ฉันคงทำอะไรผิดไปบ้าง นักเรียนเกือบทุกคนในชั้นโดนครูตำหนิเหมือนกัน ดังนั้น ฉันรู้สึกว่าเป็นไปไม่ได้ที่เพื่อนจะคิดว่าฉันเป็นคนไม่ดี

E : ฉันรู้สึกเสียใจบ้างเล็กน้อยที่ครูตำหนิฉัน แต่ไม่มากนักและฉันจะพยายามปรับปรุงตนเองไม่ให้เกิดเหตุการณ์เช่นนี้อีก

การเรียนรู้การมองโลกในแง่ดีจากการฝึกทักษะ ABCDE ของเด็กนั้น ในการฝึกทักษะระยะแรกเด็กอาจใช้ทักษะนี้ไม่คล่องเช่นเดียวกับการฝึกทักษะอื่นๆ แต่ถ้าเด็กได้ฝึกใช้ทักษะนี้เป็นประจำก็กลายเป็นนิสัยความเคยชิน การฝึกทักษะจะเป็นไปโดยอัตโนมัติมากกว่าเป็นภาระ และจะทำให้เด็กเกิดการมองโลกในแง่ดีในที่สุด

แนวคิดที่สำคัญในการเปลี่ยนแปลงมุมมองของคนที่มีมองโลกในแง่ร้ายให้เป็นคนที่มีมองโลกในแง่ดี เพื่อให้บุคคลนั้นสามารถเผชิญปัญหาอุปสรรคได้ ไม่ท้อแท้หมดหวัง มีกำลังใจที่จะฝ่าฟันอุปสรรคได้ คือการเปลี่ยนแปลงความเชื่อในการอธิบายถึงเหตุการณ์ทางลบที่เป็นอุปสรรคในแง่ร้ายให้เป็นไปในรูปแบบเดียวกับลักษณะที่คนมองโลกในแง่ดีใช้ในการฝึกทักษะการมองโลกในแง่ดี สิ่งสำคัญคือฝึกการได้แง่ความเชื่อในแง่ร้ายให้เป็นความเชื่อในทางที่ดีเป็นประจำจนกลายเป็นนิสัย ทั้งนี้เนื่องจากผลที่ตามมาของความเชื่อในทางที่ดีจะก่อให้เกิดการสร้างสรรค และนิสัยที่จะฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆ (อรพินทร์ ชูชม. 2544: 52)

1.7 ประโยชน์ของการมองโลกในแง่ดี

เซลิเกแมน (Seligman. 1997: 93-167) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการมองโลกในแง่ดีว่า

1. ทำให้มีสุขภาพจิตดี ลดภาวะซึมเศร้า โรคประสาท การศึกษาทั้งในและต่างประเทศพบว่าผู้ที่มีลักษณะการมองโลกในแง่ดีจะมีสุขภาพจิตดีกว่าผู้ที่มีลักษณะการมองโลกในแง่ร้าย (มานิช หล่อตระกูล. 2545: 1-3; พิเชษฐ์ รัตนพงษ์เพียร; และคณะ. 2542: 1-35; อ้างอิงจาก Plomin; et al. 1992: 921-930)

2. ทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ในคนปกติจะมีการดูแลสุขภาพที่ดี ในคนที่มีภาวะเจ็บป่วยนั้นอาการเจ็บป่วยจะทุเลาได้เร็วกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้าย อีกทั้งได้มีการศึกษาเปรียบเทียบในผู้ป่วยที่เป็นโรคร้ายแรง โรคเรื้อรังหรือในผู้ป่วยที่มีภาวะซึมเศร้า พบว่า ผู้ป่วยที่มีรูปแบบการอธิบายตนเองในลักษณะการมองโลกในแง่ดีจะมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีกว่าผู้ป่วยที่มีรูปแบบการอธิบายตนเองในลักษณะการมองโลกในแง่ร้าย เช่น เคเวอร์และคณะ (ปิยะวดี ลิ้มพะบำรุง. 2547: 12; อ้างอิงจาก Caver; et al. 1994: Online) พบว่า จากการศึกษานในหญิง 10 คนที่เป็นมะเร็งเต้านมในระยะแรกโดยให้มีการรายงานตนในเรื่องอารมณ์ สุขภาพ ใน 4 ระยะ คือ ระยะก่อนผ่าตัด 1 วัน และหลังจากนั้น 3, 6 และ 12 เดือน ซึ่งพบว่า ในหญิงที่มีรูปแบบการอธิบายตนเองในลักษณะการมองโลกในแง่ดี มีความสุข สามารถปรับตัวได้ดีกว่า และมีอาการปวดซึมเศร้าน้อยกว่าหญิงที่มีรูปแบบการอธิบายตนเองในลักษณะการมองโลกในแง่ร้าย หรืองานวิจัยของสไคน์เนอร์และเคเวอร์ (Scheier; & Caver. 1985: 219-247) ที่ศึกษาในผู้ป่วยผ่าตัดหลอดเลือดหัวใจ และงานวิจัยของแอฟเฟลคและเทนนิ (Chang. 2001: 152; citing Affleck; & Tennen. 1996: 151-180) ที่ศึกษาผู้ป่วยที่มีอาการปวดเรื้อรัง พบว่า ผู้ที่มีรูปแบบการอธิบาย

ตนเองในลักษณะการมองโลกในแง่ดีมีการยอมรับและมีการเจ็บปวดน้อยกว่าผู้ที่มีรูปแบบการอธิบายตนเองในลักษณะการมองโลกในแง่ร้ายเช่นกัน

3. ทำให้มีความสำเร็จในการทำงาน การเรียน การกีฬา มากกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้าย จากการศึกษาของเซลิเกแมน (Seligman. 1990: 154-158) พบว่าพนักงานขายที่มองโลกในแง่ดีสามารถประสบผลสำเร็จในอาชีพมากกว่าผู้ที่มีมุมมองโลกในแง่ร้าย หรือทางเดียวกันกีฬาประเภททีม เช่น บาสเกตบอล ในทีมที่มีสมาชิกมองโลกในแง่ดีจะมีโอกาสชนะได้มากกว่า เนื่องจากมีแรงกดดันน้อยกว่า ส่วนในด้านการเรียน เซลิเกแมนและคณะ (Seligman; et al. 1997: 13-14) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบายตนเอง (การมองโลกในแง่ดี) และเกรดเฉลี่ยในระดับมหาวิทยาลัย พบว่ารูปแบบการมองโลกในแง่ดีสามารถทำนายเกรดเฉลี่ย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของประสูติ หุ่นวงศ์มาศ (2533: บทคัดย่อ) ที่ได้ทำการศึกษาค้นคว้าความสัมพันธ์รูปแบบการอธิบายกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ซึ่งพบว่านักเรียนที่มีรูปแบบการอธิบายตนเองในลักษณะการมองโลกในแง่ดีจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์สูงกว่านักเรียนที่มีรูปแบบการอธิบายตนเองในลักษณะการมองโลกในแง่ร้ายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

4. ทำให้มีสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ดีกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้าย เนื่องจากคนที่มองโลกในแง่ดี จะให้อภัยในความผิดของผู้อื่นและพร้อมสร้างสัมพันธภาพกับคนอื่นได้ยืนยาว

จากที่ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการมองโลกในแง่ดีข้างต้น จะเห็นได้ว่าการมองโลกในแง่ดีเป็นสิ่งที่สำคัญมากที่จะทำให้บุคคลอยู่อย่างเป็นสุข เพราะบุคคลที่มองโลกในแง่ดีจะเป็นผู้ที่มีความตั้งใจที่จะสามารถมองเห็นถึงโอกาสที่จะสามารถพลิกผันสถานการณ์ที่เลวร้ายให้ดีขึ้นได้ ไม่ท้อถอยต่ออุปสรรคที่ขวางกั้น ดังนั้นการมองโลกในแง่ดีจึงได้ถูกจัดให้เป็นส่วนหนึ่งของความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ (Goleman. 1998: 97-101) ส่วนในประเทศไทยทางกรมสุขภาพจิต (2544: 2) ได้ทำการศึกษาค้นคว้าความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์เช่นกัน และเห็นความสำคัญของการมองโลกในแง่ดี และจัดให้การมองโลกในแง่ดีอยู่ในส่วนหนึ่งขององค์ประกอบของความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ คือ เก่ง ดี มีสุข และการมองโลกในแง่ดีอยู่ในองค์ประกอบของการมีสุข

1.8 แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดี

การมองโลกในแง่ดีควรเริ่มฝึกตั้งแต่วัยเด็ก (ปิยะวดี ลีพิหะบำรุง. 2547: 19; อ้างอิงจาก Seligman; et al. 1998: 181-185) เพราะจากที่ได้กล่าวถึง การมองโลกในแง่ดีหรือการมองโลกในแง่ร้ายนั้นขึ้นอยู่กับกรอบการเรียนรู้และการเป็นต้นแบบ (Modeling) ให้เด็กเกิดกระบวนการเรียนรู้จดจำ และนำไปใช้ รูปแบบการพัฒนาให้เกิดการมองโลกในแง่ดีนั้นสามารถทำได้ทั้งในวัยเด็ก วัยรุ่น

และผู้ใหญ่ โดยใช้เทคนิคที่ทำให้ผู้รับการฝึกเกิดกระบวนการคิด เรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อให้เกิดความเข้าใจ และเน้นที่จะฝึกหัดบ่อยๆ เพื่อให้เกิดความชำนาญ สามารถนำมาใช้ได้เมื่อต้องการ

ในการพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของบุคคลนั้น เพื่อให้เกิดการพัฒนาอย่างมั่นคงถาวรได้ มีผู้ทำการศึกษาวิจัยไว้หลายแนวคิดด้วยกัน แต่ที่เห็นได้ชัดเจนคือการใช้รูปแบบการปรับเปลี่ยนความคิด โดยใช้แนวคิดพฤติกรรม-ปัญญานิยม (Cognitive-Behavioral Therapy) เพราะเป็นการใช้กระบวนการคิดเพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีได้อย่างถาวร ป้องกันการกลับเป็นซ้ำของโรคซึมเศร้าได้เป็นอย่างดี ได้มีนักจิตวิทยาหลายท่าน (ปิยะดี ลิ้มพะบำรุง. 2547: 20; อ้างอิงจาก Beck; et al. 1985; DeRubies; & Hollon. 1995; Ilardi, Craighead; & Evan. 1997; Seligman; et al. 1998) พบว่าแนวคิดพฤติกรรม-ปัญญานิยมสามารถทำให้ความคิดที่เป็นปัญหาย่อยต่อการเปลี่ยนแปลง มีประสิทธิภาพในการใช้รูปแบบการอธิบายตนเองที่สามารถเพิ่มการมองโลกในแง่ดี และการรักษาการซึมเศร้าในผู้ใหญ่ได้ และแนวคิดนี้ยังถูกพบว่าเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพในการรักษาและป้องกันโรคซึมเศร้าในวัยรุ่น (Clarke; et al. 1999: 124) เพราะแนวคิดพฤติกรรม-ปัญญานิยมที่ใช้ได้ใช้ 2 กระบวนการ คือ กระบวนการที่เน้นการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางปัญญา (Cognitive Restructuring หรือ CR) และการฝึกทักษะ (Skill Acquisition) อีกทั้งการวิจัยหลายงานพบว่า การให้คำปรึกษาแบบการแก้ปัญหาตรงจุด (Problem-Focus Coping) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมองโลกในแง่ดี (Scheier; Weintraub; & Carver. 1986: 1257-1264) ส่วนในเด็กประถมศึกษาและมัธยมศึกษาเราจะพบว่า ประสบการณ์หรือเรื่องราวที่พบเจอน้อย การใช้ CR และการฝึกทักษะจึงยากลำบากไม่ได้ผลเท่าที่ควร ชาน (Chang. 2001: 310-311) แนะนำว่าต้องมีรูปแบบการฝึกที่หลากหลายเพื่อให้เด็กและเยาวชนสามารถเข้าถึงเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางปัญญาเพื่อการมองโลกในแง่ดีโดยไม่เบื่อหน่าย เช่น การแสดงละครสั้น (Skits) เพื่อใช้เป็นตัวอย่างประกอบให้เห็นลักษณะพิเศษของผู้ที่มองโลกในแง่ดีและผู้ที่มีมองโลกในแง่ร้าย การแสดงบทบาทสมมติ (Role-plays) สร้างเรื่อง (Stories) การอภิปราย (Discussion) รวมทั้งการใช้การ์ตูน (Cartoons)

1.9 วิธีวัดการมองโลกในแง่ดี

การวัดรูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดี มีวิธีการวัด 2 วิธี คือ

1. การใช้วิธีการอนุมานสาเหตุ ได้แก่

1.1 แบบสอบถามรูปแบบการอนุมานสาเหตุ (The Attributional Style Questionair: ASQ) เป็นแบบสอบถามที่สร้างเพื่อใช้ในการวัดรูปแบบการอธิบายสาเหตุในสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งมีสถานการณ์สมมติทั้งหมด 12 สถานการณ์ ประกอบด้วยสถานการณ์ทางบวกและทางลบอย่างละ 6 สถานการณ์ ซึ่งในแต่ละสถานการณ์จะประกอบด้วย 3 มาตรวัด โดยวัด 3 มิติ คือ มิติแหล่งกำเนิดของสาเหตุ มิติสม่ำเสมอและมิติความทั่วไป ในแต่ละสถานการณ์จะมีคำถามให้ตอบ

4 ข้อย่อย ดังนี้ ข้อ 1 ถามสาเหตุหลักของเหตุการณ์ (ไม่นำมาคิดคะแนน) ข้อ 2-4 ถามเกี่ยวกับสาเหตุของสถานการณ์นั้นใน 3 มิติ

การคิดคะแนนจะแยกกันระหว่างสถานการณ์ทางบวกและสถานการณ์ทางลบ โดยแบ่งเป็นคะแนนเฉลี่ยในแต่ละมิติ คะแนนรวมทางบวก (Composite Positive : CP) คะแนนรวมทางลบ (Composite Negative : CN) และคะแนนรวม (CP-CN : CPCN)

1.2 มาตรวัดการมองโลกในแง่ดี (Optimism's Scale) ใช้สำหรับวัดคุณลักษณะนิสัยการมองโลกจากรูปแบบการอธิบายสถานการณ์ทางบวกและทางลบ ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับสถานการณ์ประจำวันจำนวน 48 ข้อ แบ่งเป็นสถานการณ์ทางบวกและทางลบอย่างละ 24 ข้อ โดยแบ่งเป็นข้อที่วัดในมิติแหล่งกำเนิดของสาเหตุ มิติสมำเสมอ และมิติความทั่วไปอย่างละ 16 ข้อ ลักษณะการตอบคำถามเป็นลักษณะบังคับให้เลือกตอบ (Forced choice) แต่ละสถานการณ์ประกอบด้วย 2 ตัวเลือก ให้ผู้ตอบทำเครื่องหมายกากบาทลงในข้อที่ตรงกับความรู้สึกของตนมากที่สุด การให้คะแนนจะให้คะแนนรายข้อ แต่ละข้อจะมีคะแนนเป็น 0-1 คะแนนขึ้นอยู่กับว่าผู้ตอบจะเลือกตอบข้อใด คะแนนจะถูกรวมเป็นรายมิติ คะแนนรวมในสถานการณ์ทางบวก คะแนนรวมในสถานการณ์ทางลบ และผลรวมของคะแนนทั้งฉบับเกิดจากการนำคะแนนรวมจากสถานการณ์ทางบวกลบด้วยสถานการณ์ทางลบ ถ้าผู้ตอบมีคะแนนสูงหมายถึง เป็นผู้ที่มีรูปแบบการอธิบาย การมองโลกในแง่ดี คะแนนต่ำหมายถึงเป็นผู้มองโลกในแง่ร้าย

2. การใช้การวิเคราะห์เนื้อหาคำพูด (The Content Analysis of Verbalism Explanation: CAVE) เป็นวิธีการศึกษาแบบย้อนเวลา เหมาะสำหรับบุคคลที่ไม่ต้องการตอบหรือไม่สามารถตอบแบบสอบถามได้ การศึกษาโดยใช้ CAVE สิ่งจำเป็นคือ

2.1 เครื่องมือที่เป็นตัวอย่างของคำพูด อาจได้มาจากการบันทึกประจำวัน จดหมาย หนังสือ เป็นต้น

2.2 การฝึกตัดสินใจที่จะสกัดตัวอย่างคำพูดทั้งหมดของเหตุการณ์ ซึ่งได้มีการอธิบายสาเหตุไว้เรียบร้อยแล้ว

2.3 ผู้ประเมินที่เป็นอิสระจากกัน 3 คน ซึ่งจะประเมินการอธิบายสาเหตุบนสเกล 7 สเกล (เหมือน ASQ) ในแต่ละมิติของรูปแบบการอธิบาย มีการนำวิธีนี้มาใช้อย่างหลากหลาย มีความเที่ยงระหว่างผู้ประเมินสูง ฝึกง่าย และเพื่อเพิ่มความเที่ยงตรง ผู้ประเมินต้องเป็นอิสระต่อกัน และต้องดูเพียงข้อความที่กำหนดมาให้เท่านั้น

2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี

2.1 ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน

2.1.1 การเห็นคุณค่าในตนเอง

2.1.1.1 ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง

มาสโลว์ (คิณาทพร แสงใส. 2548: 12; อ้างอิงจาก Maslow. 1970: 45) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีสมรรถภาพในการกระทำสิ่งต่างๆ มีความเชี่ยวชาญและมีความสามารถ

โรเซนเบิร์ก (ปรารธนา ช้อนแก้ว. 2542: 11; อ้างอิงจาก Rosenberg. 1965) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความเคารพที่บุคคลมีต่อตนเอง มองตนเองเป็นคนมีค่าโดยไม่จำเป็นต้องเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นว่าดีกว่า หรือเลวกว่า และไม่คิดว่าตนเองเป็นคนเลวเลิศ แต่มีความตระหนักในข้อจำกัดของตนเอง และสามารถคาดหวังได้ว่าจะปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นได้อย่างไร

กรมสุขภาพจิต (2547: 83) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดที่ดีที่บุคคลมีต่อตัวเอง รัก นับถือตัวเอง รู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า ความรู้สึกดีๆ กับตัวเอง ดังกล่าวนั้นจะทำให้มีความมั่นใจในการทำสิ่งต่างๆ รวมถึงความรู้สึกว่าตนเองเป็นคนที่มีความเกียรติน่าภาคภูมิใจ

ปรีชา ธรรมมา (2547: 48) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การที่บุคคลเห็นความสำคัญและคุณค่าของตนเอง กับทั้งเห็นว่าคุณค่าของตนเป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่นด้วย ทำให้บุคคลนั้นเกิดความรู้สึกที่ดีงามต่อตนเอง

กรมวิชาการ (2543: 34) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกที่ผู้เรียนมีความพอใจหรือชื่นชอบในพฤติกรรมหรือสภาพการณ์ที่ตนเองได้กระทำหรือเป็นอยู่ในขณะนั้น และเป็นความรู้สึกที่เชื่อว่าตนเองเป็นผู้ที่มีความสามารถ มีความสำคัญ ประสบความสำเร็จและมีคุณค่าในระดับที่น่าพอใจ

จากความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ได้กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองว่าตนเป็นคนที่มีคุณค่า มีความสำคัญ มีความเข้มแข็ง มีความสามารถ มีสมรรถภาพในการกระทำสิ่งต่างๆ มีการประสบความสำเร็จในการทำงาน โดยไม่จำเป็นต้องเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นว่าดีกว่าหรือเลวกว่า แต่มีความตระหนักในข้อจำกัดของตนเองและมีความพร้อมในการปรับปรุงและพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น รวมทั้งบุคคลในสังคมให้การยอมรับนับถือ การประเมินตนเองในด้านดีจะทำให้เกิดเจตคติที่ดีต่อตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง ตลอดจนสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

2.1.1.2 ความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสำคัญอย่างยิ่งในการปรับตัวทางอารมณ์ สังคม และการเรียนรู้เพราะเป็นพื้นฐานของการมองชีวิต ความสามารถทางด้านสังคมและอารมณ์เกิดจากการเห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงจะสามารถเผชิญกับอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้ สามารถยอมรับเหตุการณ์ที่ทำให้ตนเองรู้สึกผิดหวัง ท้อแท้ใจ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความหวังและมีความกล้าหาญ จะทำให้เป็นคนที่เหมาะสมผลสำเร็จ มีความสุข สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขตามที่ตนปรารถนา บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเอง รู้ว่าตนเองมีคุณค่า มักจะมีการประเมินตนเองในด้านดี แต่ถ้าบุคคลใดที่มีความรู้สึกว่ามีใครสนใจ ไม่ได้รับการยอมรับหรือทำอะไรแล้วไม่ประสบความสำเร็จ จะทำให้บุคคลนั้นรู้สึกว่าตนเองไร้คุณค่า เมื่อเกิดความรู้สึกเช่นนี้ขึ้นก็จะทำให้บุคคลนั้นขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ดังนั้น ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกันจึงมีผลต่อความรู้สึก หรือพฤติกรรมที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล (Newman, 1986: 281-286)

การเห็นคุณค่าในตนเองนั้นมีความสำคัญต่อทุกช่วงชีวิต คนที่มีความนับถือตนเองต่ำหรือมีความรู้สึกที่ไม่ดีต่อตนเอง ก็เปรียบเสมือนกับเป็นคนที่มีภาพลักษณ์ทางบุคลิกภาพ การเห็นคุณค่าในตนเองจึงมีความสำคัญต่อคนเราทุก ๆ ช่วงชีวิต ทำให้เกิดความเข้าใจและตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง รู้ว่าตนเองมีความสำคัญ ซึ่งจะมีผลต่อการวางรากฐานทางบุคลิกภาพ การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้กับตนเอง ทำให้คนเรามีความเป็นตัวของตัวเองสูง ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ทำให้เป็นคนที่มีความมุ่งมั่น มีความมานะพยายามในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ ทำให้เป็นคนที่มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่นในด้านดี ไม่เหยียดหยามความรู้สึกของผู้อื่นให้ตกต่ำลง เป็นคนที่มีบุคลิกลักษณะดี มีสุขภาพจิตดี เป็นคนที่มีเพื่อนมากในทางตรงกันข้าม ถ้าบุคคลใดที่ขาดการเห็นคุณค่าในตนเองก็จะทำให้เป็นคนที่ชอบโยนความผิดของตัวเองไปให้คนอื่น เป็นคนที่ชอบหาความผิดพลาดของผู้อื่น ต้องการความเอาใจใส่และต้องการได้รับการยอมรับจากผู้อื่นสูง เป็นคนที่ไม่ค่อยมีเพื่อน โดยเฉพาะเพื่อนสนิท เป็นคนที่ชอบเอาชนะและตนเองต้องเป็นฝ่ายถูกต้องเสมอ บุคคลประเภทนี้มักจะใช้ทุกวิถีทางและใช้ความรุนแรงเพื่อที่จะให้ตนเองชนะ เป็นคนที่ติดสิ่งเสพติด เป็นคนที่ดื่มสุราลิ้นหว่งในชีวิต ทำให้เป็นคนเห็นแก่ตัวและมีความต้องการทางวัตถุสูง ขาดการตัดสินใจที่ดี ชอบผัดวันประกันพรุ่ง เป็นคนที่ชอบฟังฟังผู้อื่นอยู่เสมอ เป็นคนที่ชอบคุยโอ้อวดเกินจริงและที่ยิ่งร้ายไปกว่านั้นคนที่ขาดการเห็นคุณค่าในตนเองยังเป็นคนที่พยายามฆ่าตัวตายเนื่องมาจากเห็นว่าตนเองเป็นคนไร้ค่า เมื่อเกิดปัญหาอะไรเกิดขึ้นมักจะลงโทษตัวเอง และรู้สึกเจ็บปวดกับปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างมากมาย บุคคลเหล่านี้จึงมักพยายามฆ่าตัวตายเพื่อหลีกเลี่ยงสังคม ดังจะเห็นได้จากสภาพปัจจุบันที่ภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ ผู้คนเกิดความเครียด พยายามหลีกเลี่ยงปัญหา พยายามฆ่าตัวตายดังที่เห็นได้จาก

ทางหน้าหนังสือพิมพ์ วิทยุ หรือโทรทัศน์ (ประทีน มหาจันทร์. 2536: 1-2; อ้างอิงจาก เกียรติวรรณ อมาตยกุล. 2543: 4 -8)

ธีระ ชัยยุทธยรรยง (2544: 20) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความจำเป็นพื้นฐานสำหรับมนุษย์ ซึ่งสามารถทำให้มนุษย์มีการพัฒนา หรือดำเนินชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่า ในการที่มนุษย์จะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวขึ้นอยู่กับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งความรู้ ความคิด และพฤติกรรมต่างๆ ที่บุคคลแสดงออกในชีวิตประจำวันนั้นล้วนขึ้นอยู่กับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลทั้งสิ้น บุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมีแนวโน้มทำลายตนเอง รวมทั้งมีพฤติกรรมการติดสารเสพติดและจากข้อความที่กล่าวมา จะเห็นว่าความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจะเป็นลักษณะเฉพาะของบุคคล จนกลายเป็นลักษณะที่สำคัญของบุคลิกภาพ และเมื่อบุคคลเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น มีความเคารพในเอกลักษณ์ของตนเองมากขึ้น ความรู้สึกนี้และแผ่ขยายไปสู่ผู้อื่น จะรักและเห็นคุณค่าผู้อื่น มีความเคารพในสิทธิและเสรีภาพของผู้อื่นมากขึ้น ตลอดจนมีกำลังใจในการดำเนินชีวิตให้เจริญก้าวหน้าต่อไป ไม่ท้อถอย และมีความคิดสร้างสรรค์ สิ่งที่ดีงามให้แก่ตนเอง ครอบครัว สังคมตลอดเวลา

กรมวิชาการ (2543: 34) กล่าวว่า การเห็นค่าในตนเอง มีความสำคัญมากเนื่องจากบุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง จะสามารถพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างตัวเองกับสังคม อีกทั้งจะทำให้บุคคลนั้นมีสุขภาพจิตที่ดี มีความสุขยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ เซาวนา อมรสงเจริญ (2537: 2) ที่ว่า ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาบุคคลไปสู่ความเป็นบุคคลที่มีศักยภาพที่สมบูรณ์ (Fully Functional Person)

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นพื้นฐานที่มีความสำคัญยิ่งในการมองชีวิต การที่บุคคลเห็นคุณค่าในตนเองจะทำให้บุคคลประเมินตนเองในด้านดี ซึ่งจะนำไปสู่การมีความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถปรับตัวได้เหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ มีความมุ่งมั่น เพียรพยายามในการทำงานให้ประสบผลสำเร็จ มีความสามารถในการเผชิญกับอุปสรรคต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตและแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้บุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจะเป็นคนที่มีลักษณะที่ดี มีสุขภาพที่ดี ได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น และสามารถดำรงชีวิตร่วมกับคนในสังคมได้อย่างมีความสุข

2.1.1.3 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

โรเจอร์ (อาภา จันทรสกุล. 2535: 87; อ้างอิงจาก Rogers. n.d.) กล่าวถึงภาวะของการมีคุณค่าว่า บุคคลจะรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าเมื่อเขาสามารถยอมรับตนเองได้ โดยที่มโนภาพแห่งตนที่เขารับรู้สอดคล้องกับประสบการณ์ที่เป็นจริง เมื่อเขามีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น บุคคลจะเกิดความวิตกกังวล ถ้าหากมโนภาพแห่งตนที่เขารับรู้แตกต่างไปจากความเป็นจริง การปฏิเสธไม่

ยอมรับความจริงทำให้บุคคลมีพฤติกรรมไม่สมเหตุสมผล ไม่สามารถปรับตัวได้ ไม่มีความสุข โดยทั่วไปบุคคลที่รับเอาค่านิยมของบุคคลอื่นหรือบรรทัดฐานของสังคมมาไว้ในตนเองมากเกินไป เขาจะไม่สามารถยอมรับตนเองได้ ถ้าบุคคลอื่นไม่ยอมรับในตัวเขาหรือพฤติกรรมของเขาในภาวะดังกล่าวบุคคลจะรู้สึกว่าเขาไร้คุณค่า บุคคลที่มีสุขภาพจิตดีตามแนวคิดของโรเจอร์ คือ บุคคลที่ยอมรับตนเอง เป็นผู้ที่ปรับตัวได้เหมาะสมกับสภาพความเป็นจริง เปิดตนเองออกสู่ประสบการณ์ใหม่ๆ สามารถนำเอาประสบการณ์ต่างๆ มาพัฒนาตนเอง เกิดการเรียนรู้ใหม่ๆ ที่สร้างสรรค์ทั้งต่อตนเองและสังคม ความเป็นตัวของตัวเองอย่างเต็มที่

แฟรงค์ และเมอโรลลา (คินาพร แสงใส. 2548: 17; อ้างอิงจาก Frank; & Merolla: n.d.) ได้แบ่งการเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 2 ประเภท ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของมาสโลว์ ดังนี้

1. การเห็นคุณค่าในตนเองภายใน หรือการเห็นคุณค่าในตนเองขั้นพื้นฐาน (Inner Self-esteem or Basic Self-esteem) คือ การที่บุคคลมีความสามารถ มีสมรรถนะ และกระทำในสิ่งที่ตนเองต้องการแล้วได้ผลตามที่ตนเองปรารถนา กระบวนการประเภทนี้ได้มาจากการรับรู้ของตนเองจากสิ่งแวดล้อมโดยเกี่ยวกับการกระทำ ได้รับผลสำเร็จจากความพากเพียรพยายาม สิ่งนี้จะเป็นพื้นฐานของคุณสมบัติแห่งตน (Self-efficacy) ในตนเองขั้นพื้นฐานจะถูกสร้างขึ้นอย่างถาวรจากประสบการณ์ตั้งแต่ช่วงแรกของชีวิต

2. การเห็นคุณค่าในตนเองภายนอก หรือการเห็นคุณค่าในตนเองขั้นพื้นฐาน (Outer Self-esteem or Functional Self-esteem) การเห็นคุณค่าในตนเองชนิดสร้างขึ้น โดยผ่านการประเมินปฏิสัมพันธ์ของสิ่งต่างๆ ในชีวิต และเกี่ยวข้องกับการที่บุคคลเปลี่ยนแปลงบทบาทอันเนื่องมาจากเหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน และการได้รับการยอมรับจากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต การเห็นคุณค่าในตนเองชนิดนี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ขึ้นกับความคาดหวังต่อบทบาททางสังคมและความสามารถในการเผชิญปัญหาและเป็นส่วนที่มีความสำคัญมากกว่าส่วนที่เป็นการเห็นคุณค่าในตนเองขั้นพื้นฐาน เพราะการเห็นคุณค่าในตนเองของวัยทำงานนี้ เป็นสิ่งแรกที่จะสะท้อนให้เห็นความสัมพันธ์ในสังคมและความก้าวหน้าในอาชีพ ถ้าการเห็นคุณค่าในตนเองประเภทนี้ลดลง บุคคลจะแสดงออกถึงความหมดหวัง หมดแรง อ่อนล้า มีพฤติกรรมที่ผิดแปลกไปจากเดิม

มาสโลว์ (Maslow. 1962: 125) มีความเชื่อว่าทุกๆ คนในสังคมมีความปรารถนาที่จะได้รับความสำเร็จในตนเองสูงและต้องการให้ผู้อื่นยอมรับนับถือในความสำเร็จของตนด้วย ถ้าความต้องการนี้ได้รับการตอบสนองจนเป็นที่พอใจก็จะทำให้บุคคลนั้นมีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีค่า มีความสามารถ และมีประโยชน์ต่อสังคมแต่ถ้าความต้องการนี้ถูกขัดขวางก็จะทำให้เกิดความรู้สึกว่ามีปมด้อย สูญเสียความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับการ

ปรับตัวของบุคคลนั้นๆ ด้วย กล่าวคือ คนที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำมีแนวโน้มที่จะโทษคนอื่นและเชื่อว่าคนอื่น ๆ มีความคิดเกี่ยวกับตัวเขาในทางที่ด้อยกว่า บุคคลประเภทนี้มักจะหลีกเลี่ยงการที่จะต้องตกเป็นเป้าสายตาของผู้อื่นหรือการอยู่ในบทบาทเด่นๆ เสียเพื่อที่จะระงับความวิตกกังวล อันเนื่องมาจากความเชื่อนั้น คนที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจึงเป็นคนที่ขาดความมั่นใจในตนเองไปด้วย และอาจจะเป็นสาเหตุให้ประสบความสำเร็จในชีวิตได้ยาก ไม่ว่าจะเป็นด้านอาชีพ การงาน ส่วนตัว และหรือสังคม

มาสโลว์มีแนวคิดในการมองมนุษย์โดยอธิบายว่า มนุษย์มีธรรมชาติใฝ่ดี สร้างสรรค์ ความดี ปราบปรามความเจริญแห่งตน รู้คุณค่าในตนเอง รู้จักรับผิดชอบชีวิต มีความรับผิดชอบในชีวิตและการกระทำของตน มาสโลว์พบว่าพฤติกรรมของมนุษย์ทุกรูปแบบเกิดจากแรงจูงใจของตัวเอง แรงจูงใจต่างกันทำให้บุคคลมีบุคลิกภาพไม่เหมือนกัน แรงจูงใจของมนุษย์มีลำดับขั้นตอนตั้งแต่ขั้นต่ำจนถึงขั้นสูง 5 ขั้นตอนด้วยกัน แรงจูงใจลำดับต้นต้องได้รับการตอบสนองก่อน แรงจูงใจลำดับสูงจึงพัฒนาตามมา ดังนี้

แรงจูงใจขั้นที่ 1 มนุษย์ต้องได้รับการตอบสนองทางร่างกายเป็นอันดับแรกก่อน เช่น มีอาหารรับประทาน มีที่อยู่อาศัย มียารักษาโรค มีเครื่องนุ่งห่ม

แรงจูงใจขั้นที่ 2 คือ แรงจูงใจเพื่อความปลอดภัยแห่งตนและทรัพย์สิน

แรงจูงใจขั้นที่ 3 คือ แรงจูงใจเพื่อเป็นเจ้าของ เป็นความรู้สึกว่าตนเองมีชาติตระกูล มีครอบครัว ต้องการถูกรักและได้รับผู้อื่น

แรงจูงใจขั้นที่ 4 คือ แรงจูงใจแสวงหาและรักษาศักดิ์ศรีเกียรติยศ เช่น ความต้องการมีเกียรติ มีหน้ามีตา ความต้องการมีชื่อเสียงเป็นที่ยกย่องนับถือ ความรู้สึกนับถือตนเอง

แรงจูงใจขั้นที่ 5 คือ แรงจูงใจเพื่อตระหนักรู้ความสามารถของตน มีความสามารถที่จะใช้ความสามารถของตนให้มีประสิทธิภาพมากที่สุด

ขั้นที่ 3 และขั้นที่ 4 มาสโลว์เรียกว่า ค่านิยมพื้นฐานคือ ความรักและการมองเห็นค่าในตนเอง เมื่อบุคคลได้รับความพึงพอใจใน 2 ขั้นนี้แล้วจึงจะพัฒนาไปสู่ขั้นที่ 5 (นวลศิริ เปาโรหิตย์. 2520: 121)

สุวรรณี พุทธิศรี และชัชวาลย์ ศิลปกิจ (2541: 359) ซึ่งเป็นจิตแพทย์ได้แบ่งการเห็นคุณค่าในตนเองออกเป็น 5 ด้าน ดังนี้

1. ด้านสังคม (Social) หมายถึง การที่นักเรียนรู้สึกว่ามีคุณค่า มีความสำคัญ รู้สึกถึงความเป็นเพื่อนกับผู้อื่นของตนเอง เป็นที่พึงของสังคม สามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

2. ด้านการศึกษา (Academic) หมายถึง การที่นักเรียนรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองมีความสามารถ มีคุณค่าอันเนื่องมาจากความสำเร็จ และความพอใจในผลการเรียนของตนเอง ซึ่งอาจจะถูกกำหนดมาตรฐานโดยบิดา มารดา ครู อาจารย์และเพื่อน

3. ด้านครอบครัว (Family) หมายถึง การที่นักเรียนรู้สึกว่าคุณค่าตนเองเป็นที่รัก เป็นที่ภาคภูมิใจของบิดา มารดา และคนในครอบครัว

4. ด้านภาพลักษณ์ (Body Image) หมายถึง การที่นักเรียนมีความรู้สึกดีๆ เกี่ยวกับตนเองในการมองรูปลักษณ์ของตนเองว่า สูง เตี้ย อ้วน ผอม กำลังดี หรือหน้าตาดี

5. ด้านมุมมองรวม (Global) หมายถึง การที่นักเรียนรู้สึกและมีมุมมองเกี่ยวกับตนเองโดยทั่วไป เช่น ความรู้สึกเป็นคนดี เป็นคนมีน้ำใจ ชอบช่วยเหลือผู้อื่นอยู่เสมอ

จากแนวคิดและทฤษฎีดังกล่าวข้างต้น การมองภาพรวมของการเห็นคุณค่าในตนเองจะเป็นประโยชน์ต่อตนเองและเป็นส่วนหนึ่งของมโนภาพแห่งตน ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการประเมินตนเองด้วยการปฏิบัติงานตามความสามารถของตนเอง และคุณลักษณะต่างๆ ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยศึกษาตามแนวคิดการแบ่งการเห็นคุณค่าของตนเองของ สุวรรณี พุทธรศรี และชัชวาลย์ ศิลปกิจ (2541: 359) ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ด้าน ได้แก่ ด้านสังคม ด้านการศึกษา ด้านครอบครัว ด้านภาพลักษณ์และด้านมุมมองรวม

2.1.2.4 ลักษณะการเห็นคุณค่าในตนเอง

แบรนเดอร์ (ธีระ ชัยยุทธยรรยง. 2544: 21; อ้างอิงจาก Branden. 1987) กล่าวว่า พฤติกรรมของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง

1. มีใบหน้า ท่าทาง วิธีการพูด และการเคลื่อนไหวแผ่ไปด้วยความแจ่มใส ร่าเริง มีชีวิตชีวา มีความปิติยินดีปรากฏอยู่ในตัวเอง
2. สามารถพูดถึงความสำเร็จ หรือข้อบกพร่องของตนได้อย่างตรงไปตรงมา และด้วยน้ำใจจริง
3. สามารถเป็นทั้งผู้ให้และผู้รับคำสรรเสริญ การแสดงออกด้วยความรัก ความซาบซึ้ง
4. สามารถเปิดใจรับคำตำหนิและไม่ทุกขร้อนเมื่อมีผู้กล่าวถึงความผิดพลาดของตน
5. คำพูดและการเคลื่อนไหวมีลักษณะไม่กังวล เป็นไปตามธรรมชาติ
6. มีความกลมกลืนกันเป็นอย่างดีระหว่างคำพูด การกระทำ การแสดงออกและการเคลื่อนไหว
7. มีเจตคติที่เปิดเผย อยากรู้อยากเห็นเกี่ยวกับแนวความคิดและประสบการณ์ และโอกาสใหม่ๆ ของชีวิต

8. สามารถที่จะเห็นและสนุกสนานกับแง่ตลกของชีวิตทั้งของตนเองและผู้อื่น

9. มีเจตคติที่ยืดหยุ่นในการตอบสนองต่อสถานการณ์ และสิ่งท้าทาย มีวิญญาณของการเป็นคนช่างคิดและไม่เอาจริงเอาจังกับชีวิตมากจนเกินไป

10. มีพฤติกรรมการแสดงออกในทางที่เหมาะสม

11. สามารถเป็นตัวของตัวเอง แม้อยู่ภายใต้สถานการณ์ที่มีความเครียด

ดิงค์เมเยอร์ (ธีระ ชัยยุทธยรรยง. 2544: 22 – 23; อ้างอิงจาก Dinkmeyer. 1965)

กล่าวว่า บุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะมีพฤติกรรม ดังนี้

1. คิดว่าตนเองไม่ใช่คนสำคัญ
2. ไม่ใช่เป็นบุคคลที่คนอื่นชอบหรือไม่รู้เหตุผลที่คนอื่นมาชอบตน
3. ไม่สามารถทำอะไรได้หลายๆ อย่างที่อยากจะทำ หรือทำตามแนวทางที่คิดว่า

จะเป็น

4. ไม่แน่ใจในความคิดและความสามารถของตนเอง
5. คิดว่าไม่มีใครสนใจตนเอง
6. ไม่กล้าตำหนิใคร
7. ไม่ชอบทำอะไรที่เกิดขึ้นใหม่ๆ
8. ไม่สามารถที่จะบังคับตนเองเมื่อมีอะไรเกิดขึ้น และความหวังทุกอย่างจะ

เลวร้ายลงไปอีกแทนที่จะดีขึ้น

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นว่าบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะเป็นบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง เคารพนับถือตนเอง ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น มีความกระตือรือร้น ชอบทำงานที่ท้าทายความสามารถ มีความสามารถในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต กล้าแสดงออก มีความเป็นผู้นำ วิตกกังวลต่ำ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี สำหรับบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะเป็นคนที่มองตนเองไร้ค่า ไม่มีความสามารถ ขาดการเคารพนับถือตนเอง ทำให้มีความวิตกกังวลสูง ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง มองโลกในแง่ร้าย และหลีกเลี่ยงการแก้ปัญหา

2.1.2.5 แนวทางในการพัฒนาและสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2543: 147-148) ได้เสนอวิธีการสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองที่ถูกต้องให้กับเด็ก โดยกล่าวว่าสิ่งสำคัญมากที่สุดในการสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองให้กับลูก คือ ความสัมพันธ์ที่มีต่อกันภายในครอบครัว โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ให้ความรักที่ไม่มีเงื่อนไข โดยพ่อแม่อย่าบอกว่าจะรักลูกเมื่อลูกเป็นคนดีหรือเรียนเก่ง ความรักที่พ่อแม่มีต่อลูกไม่ควรตั้งอยู่บนเงื่อนไขของความดี/ไม่ดี หรือความเก่ง/ไม่เก่ง เด็กต้อง

รู้ว่าแม้ว่าเขาไม่ดีหรือเก่งไม่พอ พ่อแม่ก็ยังคงรักเขา เด็กที่รู้ตัวว่าพ่อแม่รักเขาเสมอไม่ว่าเขาจะเป็นคนเช่นไรนั้นมักจะพยายามทำสิ่งต่างๆ อย่างสุดความสามารถเพื่อให้พ่อแม่ภาคภูมิใจ เขาทำดี และเขารู้สึกดีกับตัวเองไม่ใช่ทำเพราะต้องการพิสูจน์คุณค่าของตนเองว่าสมควรที่จะได้รับความรักจากพ่อแม่หรือไม่

2. ช่วยการยอมรับนับถือในตัวเด็ก โดยพ่อแม่ต้องยอมรับว่าลูกเป็นคนอีกคนหนึ่งที่แตกต่างกันออกไป เป็นคนที่มีความรู้สึกนึกคิดเป็นของตนเอง เด็กที่โตมาด้วยการยอมรับนับถือจากพ่อแม่จะยอมรับนับถือตัวเอง จะภาคภูมิใจในตนเองด้วย

3. ช่วยให้ลูกมีความพอใจในตนเอง โดยพ่อแม่จะต้องทำให้ลูกรู้สึกว่าเขาคือบุคคลที่พิเศษ “ไม่มีใครเป็นเขาได้ดีเท่าเขา” การบอกเช่นนั้นไม่ได้หมายความว่า ลูกไม่ต้องปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้นแต่หมายความว่า เขาสามารถเป็นตัวของตัวเองได้อย่างภาคภูมิใจและไม่ต้องพยายามเป็นคนอื่นให้เสียเวลา

4. ปล่อยให้ลูกเป็นตัวของตัวเอง ความตระหนักว่าตนเองเป็นคนดีมีประสิทธิภาพและเป็นคนเก่งนั้นเกิดจากการที่เด็กได้มีโอกาสเป็นตัวของตัวเอง สามารถคิดและตัดสินใจกระทำสิ่งต่างๆ ได้ด้วยตัวเอง หากพ่อแม่ไม่让孩子คิดเองทำเองบ้างก็เป็นการบอกว่าลูกไม่เก่งพอ พ่อแม่ไม่เชื่อในความสามารถของลูก พ่อแม่กลัวว่าลูกจะคิดผิด ทำผิด ตัดสินใจผิด ผลที่ตามมาคือเด็กจะรู้สึกว่าตนไร้ประสิทธิภาพและพึ่งตนเองไม่ได้

5. มีความคาดหวังที่เหมาะสม พ่อแม่ต้องมีความคาดหวังที่เหมาะสมกับเด็กและมีมาตรฐานสูงสำหรับเด็ก ไม่ว่าด้วยความประพฤติหรือผลงาน พ่อแม่ต้องทำให้ลูกรู้ว่าคุณมีความเชื่อว่าลูกจะทำได้ซึ่งเป็นการกระตุ้นให้เด็กทำในสิ่งที่ดีที่สุดเท่าที่เขาจะทำได้

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า แนวทางในการพัฒนาและสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองให้กับเด็กสิ่งสำคัญที่สุดคือครอบครัว พ่อแม่เป็นบุคคลที่สำคัญในการสร้างและพัฒนการเห็นคุณค่าในตนเองให้กับลูกตั้งแต่วัยเด็ก โดยการให้ความรักความอบอุ่น สอนให้ลูกเป็นตัวของตัวเอง พึ่งตัวเองได้ ยอมรับการตัดสินใจ ให้เด็กสามารถคิด ตัดสินใจ กล้าเผชิญปัญหาและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ สิ่งเหล่านี้เป็นการกระตุ้นให้เด็กมีความรู้สึกว่าคุณค่า เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น เด็กจะสามารถพัฒนการเห็นคุณค่าในตนเองได้ดีและประสบความสำเร็จในชีวิต

จากเอกสารเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองดังที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นว่าบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะเป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง เคารพนับถือตนเอง มีความกระตือรือร้น มีความสามารถในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต กล้าแสดงออก มีความเป็นผู้นำ วิพากษ์วิจารณ์ มองโลกในแง่ดี ในทางกลับกันหากบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะเป็นคนที่มอง

ตนเองไร้ค่า ไม่มีความสามารถ ขาดการเคารพนับถือตนเอง ทำให้มีความวิตกกังวลสูง ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง มองโลกในแง่ร้าย ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเองนั้น เป็นสิ่งที่สามารถปลูกฝังและพัฒนาให้เป็นไปในทางที่ดีได้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่า การเห็นคุณค่าในตนเองนั้นส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีมากน้อยเพียงใด

2.1.2 ลักษณะมุ่งอนาคต

2.1.1.1 ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต

เซจิเนอร์ และคณะ (Seginer; et al. 1991: 224-237) ได้กล่าวถึง ลักษณะมุ่งอนาคตโดยการรวบรวมจากนักจิตวิทยาอื่นๆ ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเกี่ยวข้องกับทฤษฎีที่ไร้เดียงสาของแต่ละบุคคลสำหรับพยากรณ์อนาคต ซึ่งประกอบด้วยการวางแผน ความปรารถนา ความหวังและความกลัวเกี่ยวกับความเป็นไปได้ของเหตุการณ์และประสบการณ์ต่างๆ ที่สำคัญ รวมทั้งจินตนาการในอนาคตของแต่ละบุคคล ความต้องการ ค่านิยมของบุคคลที่เกี่ยวกับการมุ่งใจด้านอารมณ์และคุณสมบัติด้านสติปัญญา

มิสเชล (Mischel. 1974: 287) ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคตว่า หมายถึงความสามารถในการคาดการณ์ไกลและเล็งเห็นความสำคัญของผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต มีความต้องการได้รับผลในอนาคตที่ดีกว่าหรือมากกว่าผลที่จะได้รับในปัจจุบัน จึงดำเนินการวางแผนเพื่อปฏิบัติ ต่อจากนั้นจะควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามแผนที่วางไว้ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการในอนาคต ซึ่งการดำเนินการปฏิบัติตามแผนนี้เป็นระยะเวลานานกว่าจะบรรลุผลหรือจะต้องทำเป็นจำนวนหลายครั้ง ซึ่งเป็นการควบคุมตนเองให้ละเว้นการกระทำบางอย่างในระยะเวลาหนึ่งจนกระทั่งได้ผลตามต้องการ

จรรยา สุวรรณทัต (2531: 48) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตหมายถึง ลักษณะของการมองสู่อนาคตข้างหน้า ซึ่งเป็นการมองที่ลึกซึ้งกว้างไกลที่จะมีผลไม่เพียงเฉพาะแต่ตัวผู้มองเท่านั้น หากครอบคลุมไปถึงบุคคลอื่นและสังคมที่บุคคลนั้นมีส่วนเกี่ยวข้องด้วย และถือว่าเป็นจิตลักษณะที่สำคัญประการหนึ่งที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศ

นัตยา ปิณฑนนท์ (2526: 21-23) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตหมายถึง พฤติกรรมที่นักเรียนแสดงออกโดยมีการคำนึงถึงผลของการกระทำนั้นๆว่าจะส่งผลร้ายหรือผลดีแก่ตนเองและสังคมอย่างไร ควรประพฤติหรือปฏิบัติอย่างไรจึงจะทำให้ไม่เกิดผลร้ายทั้งในปัจจุบันและอนาคต

เพ็ญแข ประจวบจันทน์ (2526: 15) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตหมายถึง ลักษณะนิสัยที่อดได้ รอได้ รู้จักหักห้ามใจตนเอง เพื่อไปสู่จุดหมายปลายทางแห่งความสำเร็จหรือ

ผลตอบแทนที่ยิ่งใหญ่หรือมีคุณค่ามากกว่า รวมทั้งความสามารถในการทำนายหรือคาดการณ์ล่วงหน้าและมีความสัมพันธ์กับลักษณะนิสัยความรับผิดชอบด้วย

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2524: 24) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตหมายถึงความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคล ซึ่งแสดงออกเป็นพฤติกรรมของการอดได้รอได้ในสถานการณ์ต่างๆ เช่น การรอรับรางวัลที่ใหญ่ในอนาคตแทนรางวัลเล็กน้อยซึ่งจะได้รับทันทีหรือการงดบำบัดความต้องการในปัจจุบันของตน เพราะเล็งเห็นผลร้ายที่จะเกิดตามมา หรือการเพียรพยายามในปัจจุบันเพื่อจุดมุ่งหมายที่ยิ่งใหญ่ในอนาคต ลักษณะมุ่งอนาคตนี้ตรงข้ามกับลักษณะมุ่งปัจจุบัน และอาจถือว่าเป็นลักษณะบุคลิกภาพของบุคคลได้

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง ลักษณะการมองอนาคตของบุคคล ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจะเป็นผู้ที่มีการประเมินคุณค่าของตนเอง สามารถคาดการณ์ไกล วางแผนกำหนดเป้าหมายที่ต้องการเกี่ยวกับด้านการศึกษา และการประกอบอาชีพตามที่ตนมุ่งหวังในอนาคต โดยประเมินจากความสามารถและสภาพของตนเอง และมีความเพียรพยายามที่จะทำให้สิ่งที่ตนมุ่งหวังนั้นประสบความสำเร็จ

2.1.1.2 ความสำคัญของลักษณะมุ่งอนาคต

โคลเบอร์ มิสเชล และไรท์ (ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจวบจักษ์. 2520: 35; อ้างอิงจาก Kohlberg. 1964; Mischel. 1975; & Wright. 1975) กล่าวว่า ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงสามารถระงับหรือชะลอการบำบัดความต้องการต่างๆ ของตนได้ ฉะนั้น ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูง คือ ผู้ที่สามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะและไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ของศาสนาและกฎหมาย จึงเห็นได้ว่าผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจัดเป็นผู้มีจริยธรรมสูงด้วย

ไรท์ (เนตรชนก พุ่มพวง. 2546: 10; อ้างอิงจาก Wright. 1975: 298) กล่าวว่า ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงจะสามารถปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ ไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ของศาสนาและกฎหมายและเป็นผู้มีจริยธรรมสูง

เรเนอร์ (Raynor. 1982: 71-116) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นจิตลักษณะที่แตกต่างหากจากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ บุคคลใดมีลักษณะสองประการนี้สูงก็อาจคาดได้ว่าจะมีพลังผลักดันให้กระทำกิจกรรมต่างๆ ในปัจจุบันได้อย่างขยันขันแข็งที่สุด และเป็นจุดเริ่มต้นของผลประโยชน์ที่จะได้รับในระยะยาว เช่น ขยันเรียนหนังสือในปัจจุบันเพื่อจะได้งานดี มีชีวิตก้าวหน้าและสุขสบายในอนาคต

ไพโรจน์ โตเทศ (2531: 21-22) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตปลูกฝังให้นักเรียนมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ฝึกให้ผู้เรียนมีความพร้อมที่จะเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงในสังคม

ตลอดจนเน้นให้ผู้เรียนเข้าใจเหตุการณ์ต่างๆ ทั้งในอดีต ปัจจุบันและอนาคต และให้รู้จักการวางแผนล่วงหน้าได้

รังสรรค์ เพ็งหนู (2531: 81) กล่าวว่า บุคคลที่ขาดสำนึกในอนาคตหรือมองอนาคตในแง่ร้าย มักจะสร้างปัญหา ก่อความยุ่งยากให้สังคมและขาดแรงจูงใจที่จะสร้างอนาคตของตนเอง

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ (2529: 100) กล่าวถึงลักษณะของผู้ที่มุ่งอนาคต และสามารถควบคุมตนเองไว้ ดังนี้

1. สามารถคาดการณ์ไกล เล็งเห็นความสำคัญของอนาคตและตัดสินใจเลือกกระทำอย่างเหมาะสม
2. หาแนวทางแก้ปัญหาและวางแผนดำเนินการเพื่อเป้าหมายในอนาคต
3. รู้จักการปฏิบัติให้พอดี รอดได้อย่างเหมาะสม
4. สามารถให้รางวัลและลงโทษตนเองเมื่อกระทำไม่เหมาะสม

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2524: 25) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตเป็นลักษณะหนึ่งของความเป็นพลเมืองดี และเป็นลักษณะหนึ่งซึ่งจะทำให้บุคคลมีความเพียรพยายามต่อสู้อุปสรรค เพื่อความเจริญของตนเองและประเทศชาติ ฉะนั้น ลักษณะมุ่งอนาคตจึงเป็นลักษณะที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศด้วย

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตมีความสำคัญในการทำให้บุคคลวางแผนกำหนดเป้าหมายที่มีคุณค่าต่อตนเองในอนาคต สามารถตัดสินใจเลือกทางเดินได้อย่างเหมาะสม มีความเพียรพยายามเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ตลอดจนมีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเป็นพลเมืองดี ปฏิบัติตนได้ถูกต้องเหมาะสมกับกาลเทศะ มีความขยันหมั่นเพียร มีความรับผิดชอบและสามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้

2.1.1.3 การพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคต

เนอร์มี (Nurmi. 1991: 1-5) ได้กล่าวถึง หลักพัฒนาการของลักษณะมุ่งอนาคตไว้ 3 ประการ ดังนี้

1. ลักษณะมุ่งอนาคตมีการพัฒนาการอยู่ในสิ่งแวดล้อมด้านวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี เช่น ความคาดหวังต่าง ๆ ที่เป็นบรรทัดฐานและความรู้เกี่ยวกับอนาคต ซึ่งเป็นพื้นฐานของความสนใจต่อการมุ่งอนาคตและการวางแผน
2. ความสนใจ การวางแผนและความเชื่อเกี่ยวกับอนาคต เกิดจากการเรียนรู้ การปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นไม่เฉพาะพ่อแม่ แต่กลุ่มเพื่อนก็มีอิทธิพลต่อความคิดของเด็กในเรื่องการวางแผนสำหรับอนาคต

3. ลักษณะมุ่งอนาคตจะดีโดยมีอิทธิพลจิตวิทยาอื่นๆ ประกอบ เช่น พัฒนาการด้านสติปัญญาและสังคม

นอกจากนี้เนอร์มียังได้กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคตประกอบด้วยกระบวนการทางจิตวิทยา 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นแรงจูงใจ บุคคลจะตั้งเป้าหมายขั้นต้นโดยเปรียบเทียบจากแรงจูงใจ ค่านิยม และความคาดหวังในอนาคตของตนเองเป็นพื้นฐานสำหรับเป้าหมายในอนาคต
2. ขั้นวางแผน บุคคลจะกระทำเพื่อให้เป้าหมายเป็นจริง โดยการวางแผนการทำงานและวิธีการแก้ปัญหา จัดกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อความสำเร็จในอนาคตของตน
3. ขั้นประเมินผลบุคคล จะประเมินผลถึงความเป็นไปได้ของความสัมฤทธิ์ผลของเป้าหมายและความสมบูรณ์ของแผนงานที่บุคคลวางไว้และตัดสินใจเลือกแนวทางเพื่อความสำเร็จในอนาคตของตน

มาลี วิทยารัตน์ (2540: 9) เสนอขั้นตอนการฝึกการมุ่งอนาคต ดังนี้

1. ขั้นเตรียมความพร้อมของผู้เรียน คือ ความสนใจ สมาธิ และให้แนวคิดหลักๆ ที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมที่ฝึก รวมทั้งทบทวนความรู้ความเข้าใจเดิมในกิจกรรมที่ต่อเนื่อง เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ความเข้าใจตามจุดมุ่งหมายของการฝึกแต่ละครั้งให้มากที่สุด
2. ขั้นกิจกรรม คือ ขั้นที่ผู้ฝึกจะกระทำให้ผู้เรียนรู้ตามจุดมุ่งหมายโดยใช้วิธีการต่างๆ ดังนี้

- 2.1 ให้ข้อมูลความรู้จากป้ายนิเทศ เอกสารประกอบ ชักถาม
- 2.2 ให้ตัวแบบที่มีความเพียรพยายาม เพื่อความสำเร็จในอาชีพจากวีดิทัศน์
- 2.3 ให้ตัวแบบที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจากวีดิทัศน์ เทปบันทึกเสียงและ

ภาพประกอบ

- 2.4 กิจกรรมกลุ่มเพื่อฝึกวางแผน ความเพียรพยายามเพื่อเป้าหมาย
- 2.5 ฝึกคิดและวางแผนการกระทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดผลดีต่อตนเองและ

ส่วนรวม

- 2.6 กิจกรรมรายบุคคล ฝึกด้านการปฏิบัติตนเพื่อความสำเร็จด้านการศึกษา และประกอบอาชีพ

3. ขั้นสรุป หมายถึง ขั้นที่ให้ผู้เรียนสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรมแต่ละครั้ง โดยยึดจุดมุ่งหมายของการฝึกฝนแต่ละครั้งเป็นหลัก

4. **ขั้นประเมินผล** หมายถึง การตรวจสอบว่าผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจตาม จุดมุ่งหมาย ผ่านเกณฑ์ที่ตั้งไว้เพียงใด ประเมินจากการตอบแบบสอบถาม ผลงานกลุ่มและ รายบุคคล หากไม่ผ่านเกณฑ์จะต้องมีการทบทวนใหม่

จากแนวทางในการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตดังกล่าว สรุปได้ว่า การพัฒนาให้บุคคล มีลักษณะมุ่งอนาคตได้นั้นต้องลองให้เด็กพัฒนาความสามารถในด้านต่างๆ อย่างหลากหลายเพื่อ ช่วย让孩子ได้ค้นพบตัวเองและรู้จักตัวเองมากขึ้นว่าตนเองเหมาะทางด้านใด จากนั้นจึงฝึกการ วางแผนเกี่ยวกับชีวิตของตนเองในด้านต่างๆ การให้เหตุผลในการวางแผน แต่ละขั้นตอนได้อย่าง สมเหตุสมผลจะทำให้เกิดความคิดสร้างสรรค์และมีความเพียรพยายาม หาหนทางเพื่อที่จะไปสู่ เป้าหมายที่วางไว้

จากเอกสารเกี่ยวกับการลักษณะมุ่งอนาคตดังกล่าวมาข้างต้นจะเห็นว่าบุคคลที่มี ลักษณะมุ่งอนาคตคือ บุคคลที่มีการวางแผนกำหนดเป้าหมายที่มีคุณค่าต่อตนเองในอนาคต มี ความเพียรพยายามเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ซึ่งลักษณะมุ่งอนาคตนั้นเป็นสิ่งที่สามารถปลูกฝังและ พัฒนาให้เป็นไปในทางที่ดีได้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่า ลักษณะมุ่งอนาคตนั้นส่งผลต่อการ มองโลกในแง่ดีมากน้อยเพียงใด

2.1.3 การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล

2.1.3.1 ความหมายของการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล

ฟาว และเบลคิน (Faw; & Belkein. 1989: 346) ได้ให้ความหมายของการอบรม เลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลว่าหมายถึง วิธีการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่จะคอยดูแลให้ความรัก โดยกำหนด มาตรฐานของพฤติกรรมต่างๆ ให้ลูกทำตามโดยพิจารณาความต้องการของลูก ความต้องการ ของผู้ปกครองและของสังคมไปพร้อมๆ กัน ผู้ปกครองจะอธิบายเหตุผลควบคู่ไปกับการอบรมสั่งสอน การลงโทษไม่ใช้การลงโทษทางกาย เมื่อทำดีก็จะได้รับการชมเชย การอบรมสั่งสอน ให้เด็กเป็น ตัวของตัวเองและปฏิบัติตามแนวทางของสังคม

ซาปิโร (อัจฉรา สุชารมณ. 2543: 55-56; อ้างอิงจาก Shapiro. 1997) ได้ให้ ความหมายของการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลว่าหมายถึง การที่พ่อแม่รู้จักความ “พอดี” รู้จักการ ยึดหยุ่น ไม่เข้มงวดจนเด็กขาดศักยภาพในตนเอง หรือปล่อยจนเสียเด็ก พ่อแม่จะให้คำแนะนำเมื่อ เด็กมีปัญหา แต่ไม่ควบคุมหรือออกคำสั่ง เมื่อเด็กทำผิดจะมีการชี้แจงเหตุและผล เด็กที่มาจาก ครอบครัวประเภทนี้จะมีความเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี รู้จักใช้ความคิดอย่างมีเหตุผล เป็นเด็กที่มีความ มั่นคงทางอารมณ์ มีอารมณ์หนักแน่น ควบคุมอารมณ์และปรับตัวได้ดี

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ (2528: 4-12) ได้ให้ความหมายของการอบรม เลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลว่าหมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่บิดามารดาให้เหตุผลแก่บุตรในการส่งเสริมหรือ

ขัดขวางการกระทำของบุตรหรือลงโทษบุตร นอกจากนี้ ยังใช้วิธีการให้รางวัลและลงโทษบุตรอย่างเหมาะสมกับการกระทำของบุตรมากกว่าที่จะปฏิบัติต่อบุตรตามอารมณ์ของตนเอง การกระทำของบิดามารดาจะเป็นเครื่องช่วยให้บุตรได้เรียนรู้ และรับทราบถึงสิ่งที่ควรหรือไม่ควรกระทำ นอกจากนี้ ตนได้กระทำพฤติกรรมต่างๆ แล้วมาน้อยเพียงใด

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2524: 19) ได้ให้ความหมายของการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลว่าหมายถึง การอธิบายให้เด็กนึกถึงผลของพฤติกรรมของเด็กว่ากระทบกระเทือนตัวเองและผู้อื่น ทำให้เกิดผลดีและผลเสียอย่างไร การให้เหตุผลเป็นการตีแผ่ความคิด ความเชื่อ และลักษณะต่างๆ ของผู้เลี้ยงดู

จากความหมายของที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลหมายถึง วิธีการอบรมเลี้ยงดูที่เด็กมีความรู้สึกที่ว่าพ่อแม่หรือผู้ปกครองให้ความสำคัญกับการอธิบายและให้เหตุผลในการกระทำหรือห้ามปรามมิให้กระทำการใดๆ รวมทั้งเด็กได้รับความรักความอบอุ่น ได้รับความยุติธรรม มีอิสระในการคิดและการแสดงความคิดเห็น มีความเป็นตัวของตัวเอง และพ่อแม่ยอมรับนับถือความสามารถของเด็ก

2.1.3.2 ความสำคัญของการอบรมเลี้ยงดู

เซียร์ และคนอื่นๆ (เกษร ภูมิดี. 2546: 43; อ้างอิงจาก Sear; & others. 1975: 1-4) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูเป็นเรื่องที่สำคัญยิ่ง การอบรมเลี้ยงดูนั้นเป็นหน้าที่ของทุกคนในครอบครัว ไม่ใช่เป็นเรื่องของคนใดคนหนึ่งโดยเฉพาะ เช่น พ่อ แม่ และความรักของพ่อแม่เป็นจุดเริ่มต้นของพัฒนาการทางจริยธรรมในตัวเด็ก เด็กที่ได้รับความรักความอบอุ่นจนเกิดความพอใจและมีความสุขเมื่ออยู่ใกล้ชิดกับผู้เลี้ยงดู เด็กก็จะได้เลียนแบบผู้เลี้ยงดูโดยไม่รู้ตัว ถ้าเด็กต้องห่างเหินจากผู้เลี้ยงดู ความว้าวุ่น ความวิตกกังวลก็จะเกิดขึ้น

เกษร ภูมิดี (2546: 44) กล่าวโดยสรุป ความสำคัญของการอบรมเลี้ยงดูได้ว่าการอบรมเลี้ยงดูของบิดา มารดา หรือผู้เลี้ยงดูมีอิทธิพลต่อพัฒนาการทุกๆ ด้านของเด็ก ทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่งมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งต่อการแสดงพฤติกรรมของเด็กทั้งในด้านที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ของเด็กในเวลาเมื่อโตขึ้น

สุรางค์ โค้วตระกูล (2537: 60-61) กล่าวว่า พัฒนาการสังคมของเด็กมักจะขึ้นอยู่กับวิธีการอบรมเลี้ยงดูที่บ้าน บางครอบครัวมักจะไม่สนับสนุน และให้แรงเสริมพฤติกรรมเด็กที่เรียบร้อยและเงียบ บางครอบครัวให้แรงเสริมพฤติกรรมที่ค่อนข้างก้าวร้าว แต่ที่สำคัญคือ ความรักและความอบอุ่นที่เด็กได้รับจากพ่อแม่ ทำให้เด็กกล้ามีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เด็กบางคนมาจากบ้านที่พ่อแม่ใช้อำนาจ และการขู่ทำโทษตลอดเวลา ทำให้เด็กมีความกลัวไม่กล้าอยู่ใกล้ และเมื่ออยู่โรงเรียนก็จะพยายามหลีกเลี่ยงการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนวัยเดียวกัน

ฉวีวรรณ กิณาวงศ์ (2533: 40-42) กล่าวว่า การที่เด็กมีความมั่นใจและมีอารมณ์มั่นคงเพียงใดขึ้นอยู่กับกรอบเลี้ยงดูเป็นสำคัญ เพราะเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูอย่างอิสระจะมีความเชื่อมั่นในตนเองมากกว่าเด็กที่ถูกเข้มงวดตลอดเวลา โดยเฉพาะเด็กที่เข้าสู่โรงเรียนเป็นครั้งแรกเด็กจะต้องปรับตัวเป็นอย่างมาก

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า การอบรมเลี้ยงดูมีความสำคัญในการที่จะพัฒนาเด็กทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม การอบรมเลี้ยงดูเด็กเป็นหน้าที่ของทุกคนในครอบครัวที่จะให้ความรัก ความอบอุ่น ให้การดูแลเอาใจใส่ เพื่อให้เด็กมีตัวแบบที่ดี เพื่อแสดงออกถึงพฤติกรรมที่พึงประสงค์

ดังนั้นจากแนวคิดต่างๆ เกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลนั้นส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีมากน้อยเพียงใด

2.2 ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน

2.2.1 บรรยายภาศในชั้นเรียน

2.2.1.1 ความหมายของบรรยายภาศในชั้นเรียน

มูสและมูส (Moos; & Moos. 1978: 263) ได้ให้ความหมายของบรรยายภาศในชั้นเรียนว่าเป็นบรรยายภาศ หรือสภาพการณ์ที่ครูผู้สอนพยายามสร้างขึ้น เพื่อให้การจัดกิจกรรมการสอนดำเนินไปอย่างราบรื่น บรรลุวัตถุประสงค์ที่ได้กำหนดไว้ ประกอบด้วย พฤติกรรมของครูผู้สอน ปฏิสัมพันธ์ ระหว่างครูผู้สอนกับนักเรียน และปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับนักเรียน

ลอเรนซ์ (Lawrenz. 1976: 315) ได้ให้ความหมายของบรรยายภาศในชั้นเรียนว่า หมายถึง สภาพหรือสิ่งแวดล้อมทางสังคมจิตวิทยา

กู๊ด (Good. 1973: 106) ได้ให้ความหมายของบรรยายภาศในชั้นเรียนว่าหมายถึง สภาพแวดล้อมทางการเรียนในห้องเรียน ซึ่งไม่ใช่เพียงสภาพแวดล้อมทางกายภาพเท่านั้น แต่รวมถึงระดับอารมณ์และความรู้สึกด้วย

ชาญชัย อาจิณสมมาตร (2544: 43) ได้ให้ความหมายของบรรยายภาศในชั้นเรียนว่า หมายถึง เป็นบริเวณสี่เหลี่ยมของบรรยายภาศ และสิ่งแวดล้อมที่นักเรียนและครูทำงาน และมีปฏิสัมพันธ์กัน

บุญชม ศรีสะอาด (2524: 26) ได้ให้ความหมายของบรรยายภาศในชั้นเรียนว่า หมายถึง เป็นสภาพหรือสิ่งแวดล้อมทางสังคมจิตวิทยาในระบบสังคมที่มีการเคลื่อนไหว

จากความหมายที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า บรรยายภาศในชั้นเรียน หมายถึง

สภาพแวดล้อมที่อยู่รอบตัวผู้เรียนในห้องเรียน ประกอบด้วย สภาพแวดล้อมทางกายภาพ ได้แก่ ความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความสะอาด สบายตา อากาศถ่ายเทได้ดี ปราศจากเสียงรบกวน สภาพแวดล้อมทางจิตวิทยา ได้แก่ การให้ความร่วมมือกันและกัน การไว้วางใจ การรู้จักคุ้นเคยกัน และสภาพแวดล้อมทางสังคม ได้แก่ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูผู้สอนกับนักเรียนและระหว่างนักเรียนกับนักเรียน

2.2.1.2 ลักษณะของบรรยากาศในชั้นเรียน

บัล และโซลิตี (Bull; & Solity. 1987: 16-18) ได้จำแนกองค์ประกอบของสภาพแวดล้อมในห้องเรียนออกเป็น 3 ส่วน สรุปได้ดังนี้

1. องค์ประกอบทางกายภาพ (The physical component) ได้แก่ วัสดุ อุปกรณ์ อาคารสถานที่ต่างๆ ที่ใช้ในการเรียนการสอน
2. องค์ประกอบทางสังคม (The social component) ได้แก่ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในห้องเรียน เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนในห้อง ความสัมพันธ์ระหว่างครูและนักเรียน
3. องค์ประกอบทางการศึกษา (The education component) ได้แก่ สภาพการณ์ที่มีผลต่อการเรียนการสอน เช่น การกำหนดเนื้อหาหลักสูตร วิธีสอน กิจกรรมในชั้นเรียนอันก่อให้เกิดความพอใจในชั้นเรียน การแข่งขัน เป็นต้น

พิมพันธ์ เดชะคุปต์ (2544: 48-52) ได้อธิบายถึงบรรยากาศการเรียนการสอน ซึ่งเป็นตัวแปรสำคัญที่ช่วยส่งเสริมสนับสนุนให้การเรียนมีประสิทธิภาพ ประกอบด้วย บรรยากาศทางกายภาพและบรรยากาศทางจิตใจ สรุปได้ดังนี้

1. บรรยากาศทางกายภาพ หรือบรรยากาศสิ่งแวดล้อมที่ดีของห้องเรียน มีผลต่อการเรียนการสอนและเจตคติที่ดีของผู้เรียน ลักษณะของห้องเรียนที่มีบรรยากาศทางกายภาพเหมาะสม ควรเป็นดังนี้

- 1.1 ห้องเรียนมีสีสันทนดูและเหมาะสม สบายตา อากาศถ่ายเทได้ดี ปราศจากเสียงรบกวน และมีขนาดกว้างขวางเพียงพอกับจำนวนนักเรียน

- 1.2 ห้องเรียนควรมีบรรยากาศความเป็นอิสระของการเรียน การทำงานร่วมกัน เป็นกลุ่ม ตลอดจนการเคลื่อนไหวในกิจกรรมการเรียนการสอนทุกประเภท

- 1.3 ห้องเรียนต้องสะอาด ถูกสุขลักษณะ น่าอยู่ และมีความเป็นระเบียบเรียบร้อย

- 1.4 สิ่งที่อยู่ภายในห้องเรียน เช่น โต๊ะ เก้าอี้ สื่อการสอนต่างๆ เช่น กระดาน จอรับภาพ เครื่องฉายข้ามศีรษะ สามารถเคลื่อนไหวได้ และสามารถดัดแปลงให้เอื้ออำนวยต่อการสอนและการจัดกิจกรรมประเภทต่างๆ

1.5 ควรจัดเตรียมห้องเรียนให้พร้อมต่อการสอนในแต่ละครั้ง และให้เหมาะสมต่อการสอนวิธีต่างๆ เช่น เหมาะต่อวิธีสอนโดยกระบวนการกลุ่ม วิธีบรรยาย วิธีการแสดงละคร เป็นต้น

2. บรรยากาศทางจิตใจ หรือบรรยากาศทางจิตวิทยา เป็นบรรยากาศของการให้ความร่วมมือกันและกัน ซึ่งทั้งผู้สอนและผู้เรียนมีส่วนร่วมในการสร้างบรรยากาศทางจิตใจร่วมกัน มีดังนี้

2.1 บรรยากาศความคุ้นเคย หรือความสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนและผู้เรียน ประกอบด้วย

2.1.1 บุคลิกภาพของครูผู้สอน ได้แก่ การยิ้มแย้มแจ่มใส การแต่งกายสุภาพและสะอาด มีอารมณ์ขัน ท่าทางและการใช้คำพูดเหมาะสม และมีน้ำเสียงน่าฟัง ซึ่งเป็นการเข้าใจและดึงดูดความสนใจของผู้เรียน

2.1.2 พฤติกรรมการสอนของผู้สอน เป็นพฤติกรรมที่ผู้สอนเปิดโอกาสให้ผู้เรียนทำกิจกรรมด้วยตนเอง ค้นคว้าด้วยตนเอง เปิดโอกาสให้ซักถาม ได้แย้ง การสอนที่ผู้สอนมีความเป็นประชาธิปไตย ซึ่งจะทำให้ห้องเรียนดำเนินการเรียนการสอนด้วยความสนุกและมีชีวิตชีวา

2.1.3 พฤติกรรมการเรียนรู้ของผู้เรียน คือการเข้าร่วมกิจกรรมที่ผู้สอนกำหนดอย่างเต็มที่ ผู้เรียนกับผู้เรียนรู้จักคุ้นเคย และไว้วางใจกันและกัน มีการถามคำถาม ตอบคำถาม และได้แย้งกับผู้สอนและผู้เรียนอย่างมีเหตุผลและถูกต้องตามกาลเทศะ

2.2 บรรยากาศที่เป็นอิสระ คือ บรรยากาศที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีอิสระในการค้นคว้าความรู้ด้วยตนเอง โดยใช้กระบวนการค้นหาความรู้ และเน้นการทำงานเป็นกลุ่ม ให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนและประสานความคิดร่วมกัน เป็นบรรยากาศที่ทำให้การเรียนการสอนเป็นไปอย่างมีชีวิตชีวาและสนุกสนาน

2.3 บรรยากาศที่ท้าทาย คือ บรรยากาศที่ผู้สอนสร้างให้ผู้เรียนกระตือรือร้นสนใจ ติดตาม ค้นคว้าศึกษา เช่น การถามคำถามที่ต้องใช้ความคิด การค้นคว้า การถามเรื่องราวที่ทันสมัย ทันเหตุการณ์ของประเทศและโลก ทำให้การทำงานต้องอาศัยความพยายามในการค้นหาและทำให้สำเร็จ ตลอดจนการสร้างบรรยากาศแข่งขันระหว่างบุคคล หรือระหว่างกลุ่ม เป็นต้น

2.4 บรรยากาศของการยอมรับนับถือ คือ บรรยากาศที่ผู้เรียนยอมรับนับถือผู้สอนในฐานะเป็นผู้ให้ความรู้ และมีความสามารถทั้งด้านเนื้อหาและกระบวนการถ่ายทอดความรู้ที่สามารถทำให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จ และผู้สอนจะต้องยอมรับผู้เรียนในฐานะ

ปัจเจกบุคคลที่มีความสามารถ สติปัญญา ความถนัด ทักษะแตกต่างกัน โดยยอมรับในคุณค่าของผู้เรียนแต่ละคน และนำคุณค่าหรือความสามารถที่แตกต่างกันมาประสานสัมพันธ์ให้เกิดประโยชน์

2.5 บรรยากาศของการควบคุม เป็นบรรยากาศที่ทำให้ผู้เรียนมีวินัยในตนเอง ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ ระเบียบวินัยของห้องเรียน โดยผู้เรียนมีหน้าที่รับผิดชอบงานของตน มีความตรงต่อเวลา ประพฤติปฏิบัติในห้องเรียนอย่างเหมาะสม ทั้งด้านการแต่งกาย ภาษาท่าทางมี ความสุภาพ และเป็นผู้มีสัมมาคารวะ

2.6 บรรยากาศของการกระตุ้นความสนใจ คือ ผู้สอนทำให้ผู้เรียนเกิด แรงจูงใจเพื่อไปสู่เป้าหมายที่กำหนด ผู้สอนรู้จักการให้การเสริมแรงเพื่อให้ผู้เรียนเพิ่มความถี่ของการ มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์

บุญชม ศรีสะอาด (2524: 26-27) ได้แบ่งบรรยากาศในชั้นเรียนออกเป็น 3 กลุ่ม ประกอบด้วย พฤติกรรมของครู ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับนักเรียน ซึ่งจากบรรยากาศ 3 กลุ่มนี้ สามารถจัดเป็นด้านต่างๆ 6 ด้าน ดังนี้

1. การมีส่วนร่วม (Involvement) หมายถึง การที่นักเรียนในห้องมีความตั้งใจ และแสดงความสนใจในกิจกรรมของชั้นเรียน เช่น การมีส่วนร่วมในการอภิปราย การร่วมทำ กิจกรรมต่างๆ

2. ความผูกพันกันฉันท์มิตร (Affiliation) หมายถึง นักเรียนมีความรู้สึก และแสดงออกซึ่งความเป็นมิตรต่อกันและกัน เช่น การรู้จักคุ้นเคยกัน ช่วยกันทำงาน มีความพอใจ ที่ได้ทำงานร่วมกัน

3. การสนับสนุนจากครู (Teacher support) หมายถึง การแสดงออกของครูที่ แสดงถึงความสนใจต่อนักเรียน ไว้วางใจนักเรียน สนใจในความคิดของนักเรียน

4. การเน้นงาน (Task orientation) หมายถึง การจัดกิจกรรมของชั้น มุ่งให้ บรรลุจุดมุ่งหมายทางวิชาการ ไม่ออกนอกเรื่องที่กำลังเรียนกำลังสอน

5. การแข่งขัน (Competition) หมายถึง การที่นักเรียนแข่งขันซึ่งกันและกัน เพื่อให้ได้คะแนนสูง หรือได้รับการยอมรับ

6. ระเบียบและการมีระบบงาน (Order and organization) หมายถึง การ เน้นการประพฤติปฏิบัติในชั้นด้วยลักษณะที่เป็นระเบียบ กิจกรรมต่างๆ จัดไว้อย่างมีระบบ

จากที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น สรุปได้ว่า ลักษณะของบรรยากาศในชั้นเรียนมีอิทธิพล ต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน บรรยากาศที่ดีในชั้นเรียนจะส่งเสริมให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการ เรียนรู้ ผู้เรียนมีความสุข สนุกสนาน ช่วยเหลือสุขภาพจิตดี มีเจตคติที่ดีต่อการเรียน ผู้เรียนมีความ กระตือรือร้น ได้แสดงออก ได้คิด ได้ทำ รักการเรียนรู้กลุ่ม ช่วยพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และ

ความสัมพันธ์อันดีระหว่างครูกับนักเรียน และระหว่างนักเรียนกับนักเรียน ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่า บรรยากาศในชั้นเรียนนั้นส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีมากน้อยเพียงใด

2.2.2 การจัดการกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

2.2.2.1 ความหมายของการจัดการกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

ดริสคอล (Driscoll. 1994: 78) กล่าวว่า การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ หมายถึง ผู้เรียนไม่ได้เป็นเพียงผู้รับการเรียนการสอนที่ผู้อื่นออกแบบให้เท่านั้น แต่พวกเขาจะต้องเข้าร่วมอย่างกระตือรือร้นในการกำหนดสิ่งที่ต้องการเรียน และวิธีการที่จะทำให้ความต้องการเหล่านั้นสัมฤทธิ์ผลด้วย

แบรนดส์ และกินนิส (Brandes; & Ginnis. 1988: 163) กล่าวว่า การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ หมายถึง ระบบการจัดการเรียนรู้ซึ่งมีผู้เรียนเป็นหัวใจสำคัญ ด้วยความเชื่อที่ว่ามนุษย์ทุกคนมีสิทธิที่จะบรรลุศักยภาพสูงสุดของตนเอง 100% ผู้เรียนจะได้รับการส่งเสริมให้เข้าร่วมและรับผิดชอบการเรียนรู้ของตนเอง

พิมพันธ์ เดชะคุปต์ (2544: 7) กล่าวว่า การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ หมายถึง แนวทางการจัดการเรียนการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนสร้างความรู้ใหม่ และสิ่งประดิษฐ์ใหม่ โดยการใช้กระบวนการทางปัญญา (กระบวนการคิด) กระบวนการทางสังคม (กระบวนการกลุ่ม) และให้ผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์และมีส่วนร่วมในการเรียน สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ได้ โดยครูมีบทบาทเป็นผู้อำนวยความสะดวก จัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้ผู้เรียน การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญต้องจัดให้สอดคล้องกับความสนใจ ความสามารถ และความถนัด เน้นการบูรณาการความรู้ในศาสตร์สาขาต่างๆ ใช้หลากหลายวิธีสอน หลากหลายแหล่งความรู้ สามารถพัฒนาปัญญาอย่างหลากหลาย คือ พัฒนาพหุปัญญา รวมทั้งเน้นการใช้วิธีการวัดผลอย่างหลากหลายวิธี

คณะอนุกรรมการปฏิรูปการเรียนรู้ (2543: 6-7) กล่าวถึง การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญหรือผู้เรียนเป็นศูนย์กลางในเชิงปฏิบัติการไว้ดังนี้

1. เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการปฏิบัติจริง ได้พัฒนากระบวนการคิดวิเคราะห์ ศึกษาค้นคว้า ทดลองและแสวงหาความรู้ด้วยตนเองตามความถนัด ความสนใจ ด้วยวิธีการ กระบวนการ และใช้แหล่งการเรียนรู้ที่หลากหลายทั้งในและนอกห้องเรียน ผู้เรียนมีผลการเรียนรู้ได้มาตรฐานตามที่หลักสูตรกำหนด มีความรู้ลึกซึ้งขึ้นขมย่นดีในผลการปฏิบัติของตน สามารถนำความรู้และประสบการณ์ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตน สังคมและส่วนรวม
2. เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้จัดหรือครูผู้สอนดำเนินการให้สอดคล้องกับผู้เรียนตามความแตกต่างระหว่างบุคคล ความสามารถทางด้านปัญญา วิธีการเรียนรู้โดยบูรณาการคุณธรรม

ค่านิยมอันพึงประสงค์ วางแผนการจัดกิจกรรมและประสบการณ์การเรียนรู้อย่างเป็นระบบ ให้ผู้เรียนได้พัฒนาสติปัญญา อารมณ์ และทักษะการปฏิบัติ ส่งเสริม สนับสนุนการนำความรู้ไปใช้ในแหล่งความรู้ที่หลากหลาย และเชื่อมโยงกับชีวิตจริงและมีการวัดผลประเมินผลตามสภาพจริง

3. เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่สนับสนุนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม โดยส่งเสริมให้สถานศึกษาจัดทำสาระของหลักสูตรให้สอดคล้องกับปัญหาและความต้องการของผู้เรียน หาวิธีการสนับสนุนส่งเสริมให้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในสถานศึกษาให้พัฒนากระบวนการเรียนรู้ อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งเสริมให้ครูผู้สอนทำวิจัยในชั้นเรียน เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับผู้เรียนและสนับสนุนด้านทรัพยากร การลงทุนเพื่อการศึกษา พร้อมทั้งดูแล ตรวจสอบกระบวนการจัดการศึกษาให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ทิสนา แหมมณี (คณะอนุกรรมการการปฏิรูปการเรียนรู้, 2543: 5) กล่าวว่า การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญหมายถึง การเรียนการสอนที่ผู้เรียนมีบทบาทสำคัญที่สุด กล่าวคือ ผู้เรียนเป็นผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ทั้งทางร่างกาย สติปัญญา สังคมและอารมณ์ ได้มีโอกาสแสวงหาความรู้ ข้อมูล คิดวิเคราะห์และสร้างความหมาย ความเข้าใจ ให้สาระและกระบวนการต่างๆ ด้วยตนเอง รวมทั้งได้ลงมือปฏิบัติจัดการกระทำและนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

ประเวศ วะสี (2543: ก) กล่าวไว้ว่า การเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นตัวตั้งหรือยึดผู้เรียนสำคัญที่สุด หมายถึง การเรียนรู้ในสถานการณ์จริง สถานการณ์จริงของแต่ละคนไม่เหมือนกัน จึงต้องยึดผู้เรียนแต่ละคนเป็นตัวตั้ง ครูจัดให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์ กิจกรรม และการทำงาน อันนำไปสู่การพัฒนาผู้เรียนครบทุกด้าน ทั้งทางกาย ทางจิตหรืออารมณ์ ทางสังคมและทางสติปัญญา ซึ่งรวมถึงพัฒนาการทางจิตวิญญาณด้วย

กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ (2542: 2) กล่าวถึง การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญว่าหมายถึง การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่มีความหลากหลาย สอดคล้องกับหลักสูตร สภาพแวดล้อม ความสนใจ และศักยภาพของผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนเป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุข

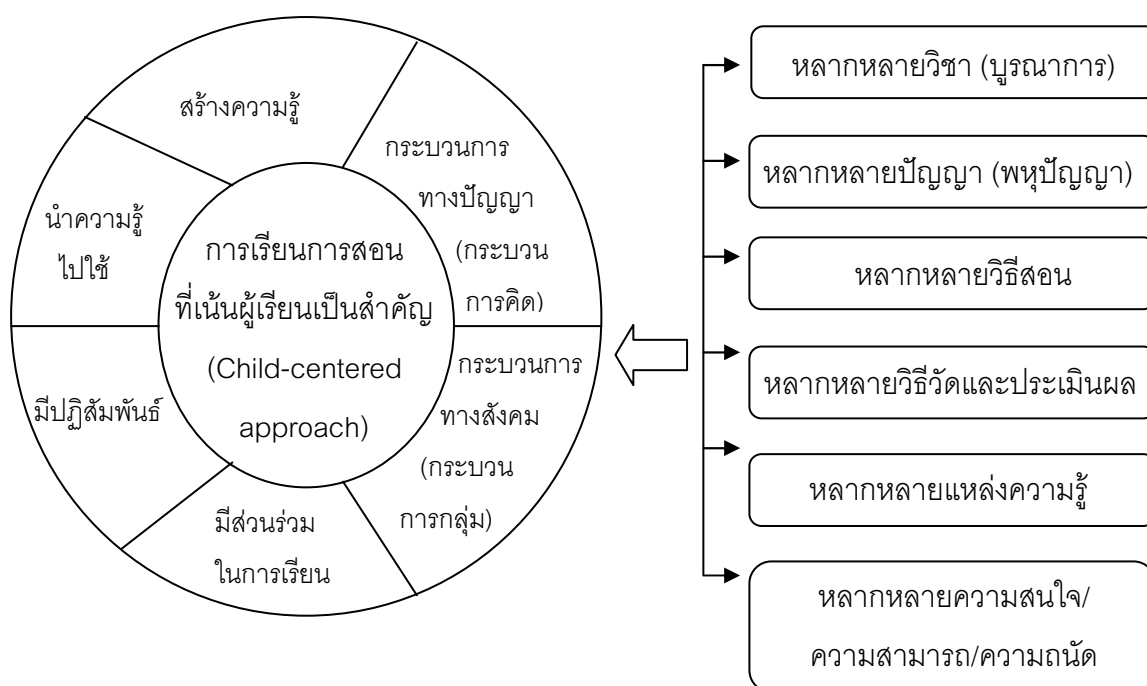
จากความหมายที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ หมายถึง การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับความถนัด ความสามารถ ความสนใจ และศักยภาพของผู้เรียน โดยมีครูเป็นผู้กระตุ้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาสติปัญญา อารมณ์ และทักษะการปฏิบัติจริงทุกชั้นตอน แสวงหาความรู้ด้วยตนเอง โดยใช้แหล่งการเรียนรู้ที่หลากหลายทั้งในและนอกห้องเรียน มีการประเมินผลตามสภาพจริง ตลอดจนผู้เรียนสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

2.2.2.2 หลักในการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

พิมพันธ์ เดชะคุปต์ (2544: 17) ได้เสนอหลักในการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ผู้สอนต้องคำนึงถึงเรื่องต่อไปนี้

1. จัดให้สอดคล้องกับความสนใจ ความสามารถ และความถนัดของผู้เรียนแต่ละคน
2. ให้เป็นการบูรณาการเนื้อหาจากหลากหลายวิชา
3. ใช้หลากหลายวิธีสอน เทคนิคการสอน ให้เหมาะสมกับเนื้อหาและสภาพผู้เรียน
4. ใช้หลากหลายแหล่งการเรียนรู้ เป็นข้อมูลเพื่อการสร้างความรู้
5. ใช้กิจกรรมพัฒนาพหุปัญญาแก่ผู้เรียน อาทิ พัฒนาปัญญาทางภาษา ปัญญาทางการคิดและคำนวณ ปัญญาทางศิลปะ ปัญญาทางดนตรี ปัญญาทางการเคลื่อนไหว และปัญญาทางอารมณ์ เป็นต้น
6. ใช้วิธีวัดผลอย่างหลากหลายวิธี เน้นการประเมินตามสภาพจริง

หลักในการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ พิมพันธ์ เดชะคุปต์ (2544: 17) ได้สรุปเป็นแผนภาพดังนี้



ภาพประกอบ 2 หลักในการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

สมศักดิ์ ภูววิภาดาภรณ์ (2544: 1) ได้เสนอหลักสำคัญของการยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ คือ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ต้องคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

1. ความต้องการและความสนใจของผู้เรียน (Learner's need & interests) เป็นสำคัญ

2. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม (Participation) ในการเรียนรู้ให้มากที่สุด

3. เน้นให้ผู้เรียนสามารถสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตนเอง (Constructionism) กล่าวคือ ให้สามารถเรียนรู้จากประสบการณ์ในสภาพความเป็นจริง (Experiential learning) สามารถวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action research) และสืบค้นหาความรู้ได้ด้วยตนเอง (Inquiry)

4. เป็นการพึ่งพาตนเอง (Autonomy) เพื่อให้เกิดทักษะที่จะนำสิ่งที่เรียนรู้ไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน และสามารถเข้าใจวิธีการเรียนรู้ของตนได้ (Metacognition) กล่าวคือรู้วิธีคิดของตนและพร้อมที่จะปรับเปลี่ยนวิธีคิดได้อย่างเหมาะสม ไม่เน้นที่การจดจำเพียงเนื้อหา

5. เน้นการประเมินตนเอง (Self-evaluation) การเปิดโอกาสให้ผู้เรียนประเมินตนเองอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่องจะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจตนเองได้ชัดเจนขึ้น รู้จุดเด่น จุดด้อย และพร้อมที่จะปรับปรุงหรือพัฒนาตนเองให้เหมาะสมยิ่งขึ้น การประเมินในส่วนนี้เป็นการประเมินตามสภาพจริง และใช้แฟ้มสะสมผลงานเข้าช่วย

6. เน้นความร่วมมือ (Cooperation) ซึ่งเป็นทักษะที่สำคัญในการดำเนินชีวิตประจำวัน ดังนั้นในการจัดการเรียนการสอนโดยยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ วิธีการหนึ่งที่ใช้คือ การเรียนแบบร่วมมือในรูปแบบต่างๆ เช่น TGT, Jigsaw, STAD เป็นต้น

7. เน้นรูปแบบการเรียนรู้ (Learning styles) ซึ่งอาจจัดได้ทั้งในรูปแบบเป็นกลุ่มหรือเป็นรายบุคคล

ทิตินา แคมมณี (2543: 15-16) ได้เสนอแนวคิดในการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ซึ่งเรียกว่า โมเดลชิปปา (CIPPA Model) สรุปได้ดังนี้

C-Construction หมายถึง การให้ผู้เรียนมีโอกาสสร้างความรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนมีความเข้าใจ และเกิดการเรียนรู้ที่มีความหมายต่อตนเอง

I-Interaction หมายถึง การเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น
สิ่งแวดล้อมรอบตัว และแหล่งความรู้ที่หลากหลาย

P-Physical participation หมายถึง การให้ผู้เรียนมีโอกาสได้เคลื่อนไหวร่างกาย โดยการทำกิจกรรมในลักษณะต่างๆ

P-Process learning หมายถึง การเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้กระบวนการต่างๆ ซึ่งเป็นทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต เช่น กระบวนการแสวงหาความรู้ กระบวนการคิด กระบวนการแก้ปัญหา กระบวนการกลุ่ม กระบวนการพัฒนาตนเอง เป็นต้น

A-Application หมายถึง การให้ผู้เรียนนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนได้รับประโยชน์จากการเรียน และผู้เรียนได้เกิดการเรียนรู้เพิ่มเติมขึ้นเรื่อยๆ

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า หลักในการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ผู้สอนต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลของผู้เรียน โดยการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีความหลากหลาย เปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ให้มากที่สุด สามารถสร้างความรู้ด้วยตนเอง เน้นการประเมินตามสภาพจริง เพื่อให้ผู้เรียนได้รู้จุดเด่น จุดด้อย เพื่อนำไปปรับปรุงและพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้น ตลอดจนสามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

2.2.2.3 เทคนิควิธีการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

วัฒนาพร ระบุว่าทุกซ์ (2542: 15-52) ได้เสนอเทคนิควิธีการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญแบบต่างๆ ดังนี้

1. การจัดการเรียนการสอนทางอ้อม (Indirect instruction) ได้แก่ การเรียนแบบสืบค้น (Inquiry) แบบค้นพบ (Discovery) แบบแก้ปัญหา (Problem solving) แบบสร้างแผนผังความคิด (Concept mapping) แบบใช้กรณีศึกษา (Case studies) แบบตั้งคำถาม (Questioning) และแบบใช้การตัดสินใจ (Decision making)

2. การศึกษาเป็นรายบุคคล (Individual study) ได้แก่ การมอบหมายรายงานเป็นรายบุคคล การเขียนเรียงความ การทำโครงงาน การทำแบบจำลอง การทำนิตยสาร เกม การสืบค้น การค้นคว้าอย่างอิสระ คู่สัญญา การเรียนเสริม ศูนย์การเรียนรู้ (Learning center) ชุดการสอน (Instruction package) ชุดกิจกรรมการเรียนรู้ (Learning activity packages) คอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI)

3. การจัดการเรียนการสอนโดยใช้เทคโนโลยี (Technology-related Instruction) ได้แก่ การใช้สิ่งพิมพ์ ตำราเรียนและแบบฝึกหัด การใช้แหล่งทรัพยากรในชุมชน ศูนย์การเรียนรู้ (Learning center) ชุดการสอน (Instruction package) คอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI) บทเรียนสำเร็จรูป (Programmed text)

4. การจัดการเรียนการสอนแบบเน้นการปฏิสัมพันธ์ (Interactive instruction) ได้แก่ คู่คิด (Think-pair-share) การโต้เถียง การระดมพลังสมอง (Brainstorming) กลุ่มแก้ปัญหา บทบาทสมมติ (Role-play) Buzzing กลุ่มเอกฉันท์ 1-3-6 กลุ่มติว กลุ่มสืบค้น การอภิปราย การเรียนแบบร่วมมือ การประชุมแบบต่างๆ

5. การจัดการเรียนการสอนแบบเน้นประสบการณ์ (Experiential Instruction) ได้แก่ เกม (Game) กรณีตัวอย่าง (Case study) สถานการณ์จำลอง (Simulation) ละคร (Acting or dramatization) บทบาทสมมติ (Role-play)

6. การเรียนแบบร่วมมือ (Cooperative learning) ได้แก่ Jigsaw, Team-game-tournaments (TGT), Student teams and achievement divisions (STAD), Team assisted individualization (TAI), Group investigation (GI), Learning together (LT), Numbered heads together (NHT), Co-op Co-op

7. การเรียนแบบมีส่วนร่วม (Participation learning)

8. การจัดการเรียนการสอนแบบบูรณาการ (Integration) ได้แก่ การเรียนการสอนแบบ Storyline method

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า เทคนิควิธีการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ครูผู้สอนต้องจัดให้มีกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีความหลากหลาย สอดคล้องกับความต้องการความสามารถและความสนใจของผู้เรียน เพื่อช่วยให้ผู้เรียนมีความพร้อมในการเรียนรู้ รักการเรียนรู้และสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเองได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่า การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญนั้นส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนมากน้อยเพียงใด

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์พหุระดับ

3.1 ประวัติความเป็นมาของการวิเคราะห์พหุระดับ

กว่า 2 ทศวรรษที่ผ่านมา ในเรื่องของประเด็นแนวคิดและวิทยาการทางการวิจัยทางสังคมศาสตร์ที่เชื่อมโยงกับข้อมูลที่น่าไปสู่การพัฒนาเทคนิคการวิเคราะห์พหุระดับ มีชื่อมากมายที่ใช้อ้างอิงถึงโมเดลพหุระดับ เช่น โมเดลเชิงเส้นพหุระดับ (multilevel linear models) โมเดลเชิงเส้นลดหลั่น (hierarchical linear models) โมเดลอิทธิพลสุ่มและอิทธิพลผสม (mixed-effects and random-effects models) โมเดลสัมประสิทธิ์สุ่ม (random-components models) และโมเดลองค์ประกอบความแปรปรวน (covariance-components models) การใช้ชื่อที่แตกต่างกันจะเกี่ยวข้องกับการใช้ภายในสาขาวิชาที่ต่างกัน ทฤษฎีทางสถิติของการวิเคราะห์พหุระดับนี้ ถูกพัฒนาขึ้นมาจากหลายทิศทางในศาสตร์แต่ละสาขา รวมไปถึงโมเดลการวิเคราะห์ความแปรปรวนผสม (mixed-model ANOVA) ในทางชีววิทยา โมเดลการถดถอยสัมประสิทธิ์สุ่ม (random-coefficient regression models) ในทางเศรษฐศาสตร์ การพัฒนาในเชิงทฤษฎีสถิติด้วยโมเดลส่วนประกอบความแปรปรวน (covariance component models) และโมเดลเชิงเส้นที่ประมาณค่าแบบเบย์เซียน (Bayesian estimation of linear models)

จากที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นว่าการวิเคราะห์พหุระดับมีความหลากหลายในเรื่องของกระบวนการวิเคราะห์ และมีความหลากหลายในเรื่องของโปรแกรมคอมพิวเตอร์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ เช่น LISREL, HLM เป็นต้น วิธีการวิเคราะห์พหุระดับเป็นที่ยอมรับกันว่าเป็นวิธีการของโมเดลเชิงปริมาณ (ฉัตรศิริ ปิยะพิมลสิทธิ์. 2549: online)

3.2 แนวคิดและความหมายของการวิเคราะห์พหุระดับ

ได้มีผู้ให้ความหมายของการวิเคราะห์พหุระดับ ดังนี้

เครฟท์ และลีอู (Kreft; & Leeuw. 1991; อ้างถึงจาก ราชันย์ บุญธิมา. 2542: 40)

กล่าวว่า การวิเคราะห์พหุระดับเป็นการวิเคราะห์ข้อมูลที่มีตั้งแต่ 2 ระดับขึ้นไป

ศิริชัย กาญจนวาสี (2548: 66) กล่าวว่า การวิเคราะห์พหุระดับเป็นเทคนิคทางสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์อิทธิพลของตัวแปรทำนายหลายระดับที่มีต่อตัวแปรตาม ซึ่งตัวแปรทำนายและตัวแปรตามที่อยู่ระดับต่างต่างมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และได้รับอิทธิพลร่วมกันจากตัวแปรทำนายที่อยู่ระดับบน

สำราญ มีแจ้ง (2544: 228) กล่าวว่า การวิเคราะห์พหุระดับ หมายถึง เทคนิควิธีการทางสถิติที่ใช้วิเคราะห์อิทธิพลของตัวแปรอิสระที่มีโครงสร้างของตัวแปรเป็นระดับลดหลั่นกันอย่างน้อย 2 ระดับ ต่อตัวแปรตามซึ่งอยู่ในโมเดลการวัดซ้ำ โดยตัวแปรอิสระระดับบุคคลจะมีอิทธิพลต่อตัวแปรตามผ่านตัวแปรอิสระที่อยู่ในโมเดลการวัดซ้ำ และตัวแปรอิสระระดับเดียวกันจะมีปฏิสัมพันธ์ภายในด้วยกัน

จากที่กล่าวมา สรุปได้ว่า การวิเคราะห์พหุระดับ หมายถึง เทคนิควิธีการทางสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลที่มีตัวแปรอิสระตั้งแต่ 2 ระดับขึ้นไป ตามลักษณะโครงสร้างของข้อมูลที่มีระดับการวัดหลายระดับหรือที่เรียกกันว่าข้อมูลพหุระดับ (Multi - level data)

3.3 วัตถุประสงค์ของการวิเคราะห์พหุระดับ

นงลักษณ์ วิรัชชัย (2538 ข: 24) กล่าวว่า การวิเคราะห์พหุระดับมีวัตถุประสงค์ที่สำคัญ 4 ประการ ดังต่อไปนี้

1. เพื่อศึกษาความเปลี่ยนแปลงหรือพัฒนาการ หรือการเจริญเติบโตในช่วงระยะเวลาหนึ่ง
2. เพื่อประมาณค่าส่วนประกอบความแปรปรวนของตัวแปรแต่ละตัวแปรว่า

ความแปรปรวนของตัวแปรในแต่ละระดับมีความแตกต่างกันมากน้อยเพียงใด

3. เพื่อศึกษาอิทธิพลของตัวแปรต้นที่มีต่อตัวแปรตามในระดับ
4. เพื่อศึกษาอิทธิพลของตัวแปรต้นที่มีต่อตัวแปรตามในระดับหน่วยการวัดที่เล็กที่สุด และศึกษาว่าอิทธิพลจากความแตกต่างแต่ละระดับมีผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรตามอย่างไร

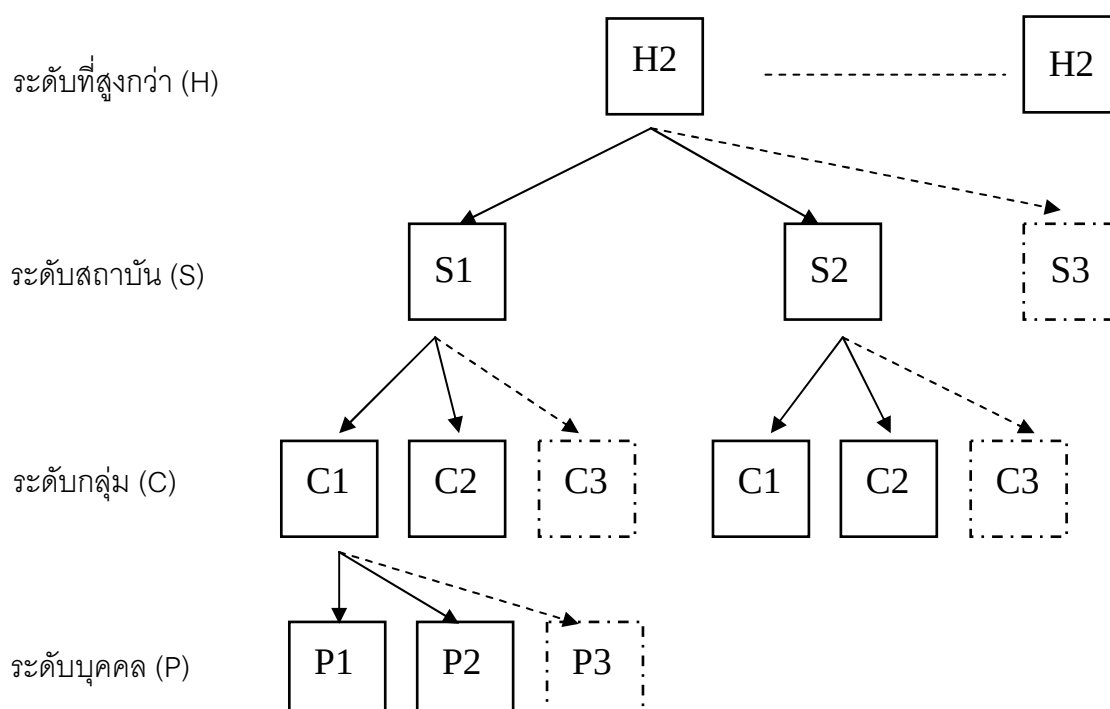
ฉัตรศิริ ปิยะพิมลสิทธิ์ (2549: online) กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการใช้โมเดลพหุระดับจะมี 2 วัตถุประสงค์ คือ

1. การวิเคราะห์พหุระดับจะใช้อ้างอิงเกี่ยวกับพารามิเตอร์โครงสร้างของโมเดล (เช่น จุดตัด สัมประสิทธิ์การถดถอย) ซึ่งอธิบายความแปรปรวนระหว่างหน่วยของกลุ่มจะเรียกว่า อิทธิพลสุ่ม (Random effects) หรือสัมประสิทธิ์สุ่ม (Random coefficients) จากสถิติต่างๆ ในการวิจัยเชิงทดลอง อิทธิพลสุ่มอธิบายได้เมื่อระดับของการทดลอง (เช่น กลุ่ม) สุ่มมาจากประชากรระดับการทดลองที่เป็นไปได้ทั้งหมด ดังนั้น อิทธิพลสุ่มจะไม่ใช่ค่าคงที่ ในทางกลับกัน อิทธิพลกำหนด (Fixes effects) เมื่อระดับของการทดลองที่เป็นไปได้ทั้งหมดนำมาใช้ในการทดลอง อิทธิพลกำหนดจะเป็นค่าคงที่ และถูกวัดโดยปราศจากความคลาดเคลื่อน (เพราะว่าระดับการทดลองที่เป็นไปได้ทั้งหมดถูกนำมาใช้ในการทดลอง)

2. การวิเคราะห์พหุระดับจะเกี่ยวกับการอ้างอิงถึงพารามิเตอร์ระดับบุคคลที่มีการแจกแจงที่หลากหลายข้ามหน่วยนั้นคือส่วนของความเป็นไปได้ที่จะอธิบายพฤติกรรมอย่างสุ่มของพารามิเตอร์ (เช่น จุดตัดของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความชันของฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว) โดยมาจากพื้นฐานของนักวิจัยจะเกี่ยวข้องกับการประมาณค่าพารามิเตอร์โครงสร้าง (เช่น สัมประสิทธิ์สุ่ม) ว่ามีน้อยข้ามกลุ่มหรือไม่ อย่างไรก็ตาม การประมาณค่าการแจกแจงที่ไม่รู้ในพารามิเตอร์แต่ละตัว (เช่น ความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการประมาณค่าพารามิเตอร์ของโมเดล อาจจะทำให้การประมาณค่าลำเอียงว่ามีความแปรปรวนในการประมาณค่าอิทธิพลข้ามกลุ่ม

3.4 ลักษณะของข้อมูลเพื่อวิเคราะห์พหุระดับ

ฉัตรศิริ ปิยะพิมลสิทธิ์ (2549: online) กล่าวว่า ข้อมูลที่นำมาวิเคราะห์มีลักษณะเป็น “ข้อมูลพหุระดับ” (Multilevel data) หรือเรียกว่า “ข้อมูลสอดแทรกกลดหลั่น” (Hierarchical nested data) โดยลักษณะของข้อมูลจะแบ่งออกเป็นระดับ โดยระดับล่างสุดจะเป็นข้อมูลในระดับบุคคล (P) ถ้าเป็นทางการศึกษาก็จะเป็นข้อมูลของนักเรียนเป็นรายบุคคล เช่น ความถนัดทางการเรียน ระดับผลการเรียน บุคลิกภาพ หรือความสนใจ ฯลฯ โดยข้อมูลระดับบุคคลจะได้รับอิทธิพลมาจากข้อมูลระดับกลุ่ม (C) หรือระดับห้องเรียน เช่น คุณภาพการสอน วุฒิการศึกษาของครู บรรยากาศในห้องเรียน ฯลฯ โดยข้อมูลระดับกลุ่มจะได้รับอิทธิพลมาจากข้อมูลระดับสถาบัน (S) หรือระดับโรงเรียน เช่น ภาวะผู้นำของผู้บริหารโรงเรียน ฯลฯ โดยข้อมูลระดับสถาบันจะได้รับอิทธิพลมาจากข้อมูลระดับที่สูงกว่าขึ้นไปต่อเนื่องเป็นชั้น เช่น ระดับเขตพื้นที่การศึกษา ระดับจังหวัด เป็นต้น โดยสามารถเขียนเป็นแผนภาพได้ดังนี้



ภาพประกอบ 3 ลักษณะโครงสร้างข้อมูลในการวิเคราะห์หุระดับ

จากลักษณะโครงสร้างข้อมูลในการวิเคราะห์หุระดับนี้ สามารถแบ่งลักษณะของข้อมูลได้เป็น 2 ประเภท คือ ประเภทแรกจะเป็นข้อมูลระดับบุคคล เรียกว่า “ข้อมูลระดับจุลภาค” (Micro-level data) ประเภทที่สองจะเป็นข้อมูลระดับกลุ่มขึ้นไป เรียกว่า “ข้อมูลระดับมหภาค” (Macro-level data) สังเกตว่าในการจะวิเคราะห์ข้อมูลโดยการนำตัวแปรต่างๆ ที่อยู่ต่างระดับกัน มาวิเคราะห์หรืออยู่ในระดับเดียวกันจึงเป็นการไม่สอดคล้องกับลักษณะธรรมชาติและโครงสร้างของข้อมูล จึงจำเป็นที่จะต้องวิเคราะห์ข้อมูลให้สอดคล้องตามธรรมชาติและโครงสร้างของข้อมูลด้วยการวิเคราะห์หุระดับ

ความสัมพันธ์ระดับจุลภาค ระดับมหภาค และข้ามระดับ ในการวิเคราะห์หุระดับนั้น จะมีระดับที่แตกต่างกันอยู่ 2 ระดับก็คือ ระดับมหภาคและระดับจุลภาค ซึ่งความสัมพันธ์ระหว่าง 2 ระดับแบ่งออกได้เป็น 3 แบบก็คือ ความสัมพันธ์ระดับจุลภาค (เช่น ความถนัดของนักเรียนส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน) ความสัมพันธ์ระดับมหภาค (เช่น วิธีสอนของครูส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเฉลี่ยรายห้องเรียน) และความสัมพันธ์ข้ามระดับ (เช่น วิธีสอนของครูส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน)

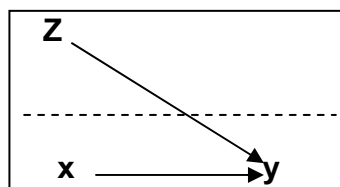
เพื่อความเข้าใจในความสัมพันธ์ของทั้งสองระดับ จะแสดงโมเดลพหุระดับด้วยแผนภาพ โดยใช้สัญลักษณ์ต่างๆ ดังนี้

- ให้เส้นประแทนเส้นแบ่งระดับ โดยใต้เส้นประแทนระดับจุลภาค และเหนือเส้นประแทนระดับมหภาค

- ตัวแปรระดับมหภาคแทนด้วยอักษรตัวใหญ่ เช่น X, Y, Z

- ตัวแปรระดับจุลภาคแทนด้วยอักษรตัวเล็ก เช่น x, y, z

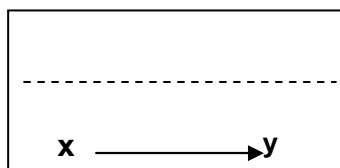
ความสัมพันธ์ข้ามระดับ



ภาพประกอบ 4 โครงสร้างของความสัมพันธ์ข้ามระดับ

ภาพประกอบ 4 จะเป็นอิทธิพลของตัวแปรระดับมหภาค Z (เช่น วิธีสอนของครู) ที่มีต่อตัวแปรระดับจุลภาค y (เช่น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน) โดยมีตัวแปรควบคุมในระดับจุลภาค x (เช่น ความถนัดของนักเรียน)

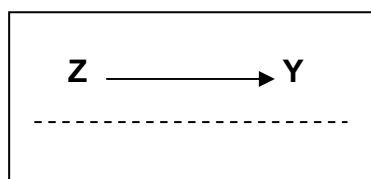
ความสัมพันธ์ระดับจุลภาค



ภาพประกอบ 5 โครงสร้างของความสัมพันธ์ระดับจุลภาค

ภาพประกอบ 5 จะแสดงให้เห็นถึงตัวแปรในระดับมหภาคไม่มีอิทธิพลต่อตัวแปรระดับจุลภาค ในการออกแบบสูตรตัวอย่างนั้นจะใช้เฉพาะระดับจุลภาคเท่านั้น

ความสัมพันธ์ระดับมหภาค

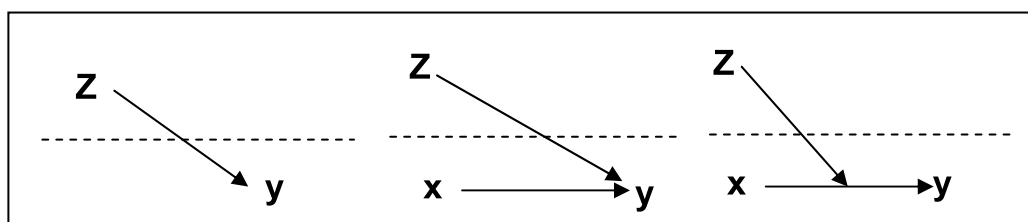


ภาพประกอบ 6 โครงสร้างของความสัมพันธ์ระดับมหภาค

ภาพประกอบ 6 ตัวแปรเหนือเส้นประเป็นระดับมหภาคที่ไม่สนใจตัวแปรในระดับหน่วยบุคคล แต่สนใจอิทธิพลของตัวแปรตามต่างๆ ในระดับหน่วยงานหรือองค์กร ซึ่งจะไม่เกิดการวิเคราะห์หุระดับ แต่ตัวแปรในระดับมหภาคบางครั้งอาจจะวัดไม่ได้โดยตรง แต่วัดได้โดยผ่านการวัดจากหน่วยบุคคลในระดับจุลภาคแล้วสรุปเป็นภาพรวม (aggregates) ของหน่วยงานหรือองค์กรในระดับมหภาค

ความสัมพันธ์ระดับมหภาคและจุลภาค

ในสถานการณ์โดยมากในการวิจัยทางสังคมศาสตร์ตัวแปรในระดับมหภาคอาจจะมีความสัมพันธ์กับตัวแปรในระดับจุลภาค ซึ่งความสัมพันธ์นั้นแบ่งออกได้เป็น 3 รูปแบบ ซึ่งจะเรียกได้ว่าเป็นสถานการณ์โดยทั่วไปของการวิเคราะห์หุระดับ

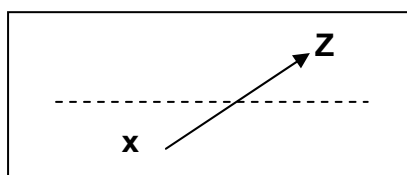


ภาพประกอบ 7 โครงสร้างของความสัมพันธ์ระดับมหภาคและจุลภาค

ในกรณีแรกเป็นความสัมพันธ์ระดับมหภาคถึงจุลภาค เป็นความสัมพันธ์ที่ชัดเจนและเป็นเรื่องในการวิจัยทางสังคมศาสตร์ ส่วนความสัมพันธ์ที่สองเป็นความสัมพันธ์ของตัวแปรระดับมหภาค Z ส่งผลต่อตัวแปรระดับจุลภาค y โดยมีตัวแปรระดับจุลภาค x ส่งผลต่อ y และในความสัมพันธ์สุดท้ายเป็นปฏิสัมพันธ์ที่เรียกว่า macro-micro-interaction หรืออาจเรียกว่า

“ปฏิสัมพันธ์ข้ามระดับ” (cross-level interaction) นั่นคือความสัมพันธ์ระหว่าง x และ y จะขึ้นอยู่กับ Z หรือในอีกกรณีหนึ่งความสัมพันธ์ระหว่าง Z และ y จะขึ้นอยู่กับ x อิทธิพลของความถนัดทางการเรียนต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอาจจะมีอิทธิพลน้อยเมื่อพิจารณาเป็นรายบุคคล แต่อาจจะมีอิทธิพลมากเมื่อพิจารณาเป็นรายห้องเรียน

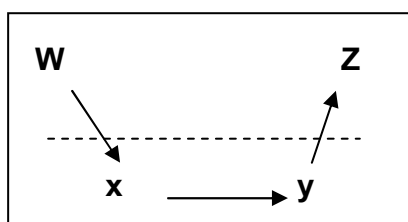
นอกเหนือจากสถานการณ์พหุระดับข้างต้นแล้ว ยังมีสถานการณ์พหุระดับที่จะนำเสนอต่อไป



ภาพประกอบ 8 โครงสร้างของความสัมพันธ์ระดับจุลภาคและมหภาค

ในกรณีภาพประกอบ 8 นี้ ตัวแปรระดับจุลภาค x มีอิทธิพลต่อตัวแปรระดับมหภาค Z (เช่น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมีอิทธิพลต่อความเครียดของครู)

กรณีสุดท้าย ภาพประกอบ 9 เป็นความสัมพันธ์เชิงสาเหตุแบบลูกโซ่ ระหว่างตัวแปรมหภาค W และ Z ที่มีอิทธิพลต่อกันโดยผ่านตัวแปรระดับจุลภาค x และ y



ภาพประกอบ 9 โครงสร้างของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุแบบลูกโซ่ของ

ตัวแปรระดับมหภาค – จุลภาค – จุลภาค – มหภาค

ตัวอย่างของความสัมพันธ์ในภาพประกอบ 9 เช่น ทำไมคุณภาพของครูฝึกทีมฟุตบอลมีอิทธิพลต่อชื่อเสียงทางสังคมของเขา เหตุผลของการมีครูฝึกที่ดีจะเป็นทุนให้เกิดแรงจูงใจต่อการเล่นเกมของนักกีฬา ดังนั้นผู้มาเป็นครูฝึกนักกีฬาก็จะต้องมีความสามารถสูงทำให้นักกีฬาแต่ละคนมี

ความสามารถในการเล่นเพิ่มขึ้น อันจะมีผลต่อการชนะเกมการแข่งขัน และผลที่ตามมาคือ ชื่อเสียงทางสังคมของครูฝึกนั่นเอง

3.5 การวิเคราะห์พหุระดับของการวิเคราะห์การถดถอย : กรณีที่มี 2 ระดับ

การวิเคราะห์พหุระดับเป็นเทคนิคที่นำโครงสร้างของระดับข้อมูลมาพิจารณาในการวิเคราะห์ ถ้ามีตัวแปรที่จะวิเคราะห์เป็นตัวแปรระดับนักเรียน และตัวแปรระดับห้องเรียนจะสามารถทำการวิเคราะห์การถดถอยตัวแปรระดับบนเป็นระดับล่าง และตัวแปรระดับห้องเรียนเป็นระดับบน มีรายละเอียดดังนี้ (สำราญ มีแจ้ง. 2544: 231 – 232)

ระดับที่ 1 ข้อมูลระดับนักเรียน (Micro level Analysis) เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง y_{ij} กับ x_{kij} ด้วยการแยกวิเคราะห์ถดถอยในแต่ละห้องเรียนที่มีรูปแบบสมการดังต่อไปนี้

$$y_{ij} = b_{0j} + b_{kj}x_{kij} + e_{ij}$$

เมื่อ y_{ij} แทน ตัวแปรระดับนักเรียน เช่น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
นักเรียนคนที่ i ห้องเรียนที่ j

x_{kij} แทน ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน เช่น ความถนัดทางการเรียนของ
นักเรียนคนที่ i ห้องเรียนที่ j

b_{0j} แทน ค่าคงที่ (Intercept) ของตัวแปรระดับนักเรียน ในห้องเรียนที่ j
($j = 1, 2, 3, \dots, m$)

b_{kj} แทน ความชันของการถดถอย (Regression slope) ซึ่งเป็นขนาด
ความสัมพันธ์ของ x_{kij} ต่อ Y_{ij} ในห้องเรียนที่ j

e_{ij} แทน ความคลาดเคลื่อนระดับนักเรียนในการทำนาย Y_{ij} และ
 $e \sim N(0, \sigma_j^2)$ โดยที่แต่ละห้องเรียนเป็นอิสระต่อกัน

จากนั้นใช้ค่า b_{0j} และค่า b_{kj} ของแต่ละห้องเรียนเป็นตัวแปรตามสำหรับวิเคราะห์ใน
ระดับห้องเรียนต่อไปด้วยการกำหนดให้ทั้งสองค่าเป็นผลคงที่ คือ เป็นค่าคงที่ภายในแต่ละห้องเรียน
และไม่มี ความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่าระหว่างห้องเรียน

ระดับที่ 2 ข้อมูลระดับห้องเรียน (Macro level Analysis)

การวิเคราะห์ข้อมูลระดับห้องเรียน เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง z_j กับ b_{0j} และ
ค่า b_{kj} ที่ได้จากการวิเคราะห์ระดับนักเรียน ด้วยการวิเคราะห์ถดถอยที่มีรูปแบบสมการดังต่อไปนี้

$$b_{oj} = \gamma_{00} + \gamma_{01}Z_j + u_{0j}$$

$$b_{kj} = \gamma_{10} + \gamma_{11}Z_j + u_{1j}$$

เมื่อ	z_j	แทน ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน เช่น ความไว้วางใจของครูในห้องเรียนที่ j
	γ_{00}	แทน ค่าคงที่ของ b_{oj}
	γ_{01}	แทน ความชัน (Slope) ที่แสดงผลของ z_j ต่อ b_{oj}
	u_{0j}	แทน ความคลาดเคลื่อนระดับห้องเรียนในการทำนาย b_{oj} ห้องเรียนที่ j
	γ_{10}	แทน ค่าคงที่ของ b_{kj}
	γ_{11}	แทน ความชัน (Slope) ที่แสดงผลของ z_j ต่อ b_{kj}
	u_{1j}	แทน ความคลาดเคลื่อนระดับห้องเรียนในการทำนาย b_{kj} ห้องเรียนที่ j

การประมาณพารามิเตอร์ด้วยวิธีนี้มีข้อจำกัดที่สำคัญคือ ถ้ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษามีขนาดเล็ก จะทำให้ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยที่ได้จากการวิเคราะห์ระดับนักเรียนมีค่าต่ำ ทำให้ความคลาดเคลื่อนของการสุ่มมีค่ามาก แล้วจะส่งผลต่อความสัมพันธ์ที่ได้จากการวิเคราะห์ระดับห้องเรียนมีค่าน้อยลง ตลอดจนค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวแปรระดับนักเรียนที่ได้ จะต้องมีความแปรปรวนเท่ากันในแต่ละค่าของตัวแปรระดับนักเรียน ถ้าไม่เป็นไปตามนั้นอาจทำให้ประสิทธิภาพในการประมาณค่าพารามิเตอร์ในระดับห้องเรียนมีค่าต่ำลง

3.6 การวิเคราะห์พหุระดับด้วยโปรแกรมเฮซแอลเอ็ม (HLM)

ไบรคและราวเดนบุช (ศิริชัย กาญจนวาสี และคณะ. 2544: 83; อ้างอิงจาก Bryk; & Raudenbush. 1986; Kanjanawasee. 1989) ได้พัฒนาโมเดลและโปรแกรมคอมพิวเตอร์ เรียกว่า HLM (Hierarchical Linear Model) สำหรับทำการวิเคราะห์ข้อมูลพหุระดับ HLM เป็นเทคนิคการวิเคราะห์ความแปรปรวนผสม ใช้หลักการสัมประสิทธิ์แบบสุ่ม และการประมาณค่าพารามิเตอร์ด้วยวิธีของเบส์ (Bayesian estimate) เทคนิคเฮซแอลเอ็มพัฒนามาจากสถิติหลายชนิด ได้แก่ เทคนิคการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบผสม (mixed model ANOVA) การถดถอยแบบสัมประสิทธิ์สุ่ม (Regression with random coefficient) โมเดลส่วนประกอบความแปรปรวนร่วม (Covariance component models) และการประมาณค่าในโมเดลเชิงเส้นด้วยวิธีของเบส์ (Bayesian estimate for linear models) โดยเทคนิคเฮซแอลเอ็มจะให้ผลการวิเคราะห์ที่คงเส้นคงวา และน่าเชื่อถือกว่าเทคนิคกำลังสองน้อยสุดแบบผสมการ

การวิเคราะห์พหุระดับด้วยเทคนิคเอชแอลเอ็ม มีขั้นตอนดังนี้ (สำราญ มีแจ้ง. 2544: 133-235; อ้างอิงจาก ศิริชัย กาญจนวาสี. 2532: 2-24)

1. การวิเคราะห์ระดับนักเรียน (Micro level หรือ Within-class analysis) มีขั้นตอนการวิเคราะห์ 2 ขั้นตอน ดังนี้

1.1 การวิเคราะห์โมเดลว่าง (Null model) เป็นการวิเคราะห์ขั้นแรกเพื่อให้เห็นภาพรวมของตัวแปรตาม โดยไม่มีตัวแปรอิสระใดๆ เข้ามาร่วมพิจารณา และเพื่อตรวจสอบว่าตัวแปรตามมีความแปรปรวนภายในหน่วย หรือระหว่างหน่วยเพียงพอที่จะวิเคราะห์หาตัวแปรอิสระที่มีผลในขั้นต่อไปหรือไม่ มีรูปแบบดังนี้

โมเดลภายในหน่วย (Within unit model)

$$Y_{ij} = b_{0j} + e_{ij}$$

โมเดลระหว่างหน่วย (Between unit model)

$$b_{0j} = \gamma_{00} + u_{0j}$$

(fixed effects) (random effects)

ค่าเฉลี่ย ค่าความคลาดเคลื่อน

เมื่อ	Y_{ij}	แทน	ตัวแปรตามของนักเรียนที่ i ห้องเรียนที่ j
	b_{0j}	แทน	ค่าคงที่ (Intercept) ของตัวแปรระดับนักเรียนในห้องเรียนที่ j
	γ_{00}	แทน	ค่าคงที่ของ b_{0j}
	e_{ij}	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนระดับนักเรียนในการทำนาย Y_{ij}
	u_{0j}	แทน	ความคลาดเคลื่อนระดับห้องเรียนในการทำนาย b_{0j} ห้องเรียนที่ j

จากสมการกำหนดให้ b_{0j} เป็นค่าที่เปลี่ยนแปลงได้และความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่าระหว่างชั้นเรียน ในกระบวนการวิเคราะห์เอชแอลเอ็มจะแบ่งผลพารามิเตอร์ออกเป็น Fixed effects และ Random effects และใช้การทดสอบที (t-test) เพื่อทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) ($H_0: \gamma_{00} = 0$) ถ้าไม่เป็น 0 แสดงว่ามี Intercept และตัวแปรอิสระส่งผลต่อ Y_{ij} นอกจากนี้ เอชแอลเอ็ม จะใช้การทดสอบไค-สแควร์ (χ^2 - test) เพื่อทดสอบความแปรปรวนของอิทธิพลสุ่ม (Random effects) ($H_0: \text{var}(b_{01}) = 0, H_0: \text{var}(u_{0j}) = 0$) ถ้าไม่เป็น 0 แสดงว่า

พารามิเตอร์ b_{01} มีความแปรปรวนระหว่างหน่วย ซึ่งสามารถตั้งข้อจำกัดให้เป็นค่าคงที่ในการวิเคราะห์ได้

1.2 การวิเคราะห์โมเดลอย่างง่าย (Simple model) เป็นการวิเคราะห์โดยการนำตัวแปรอิสระระดับนักเรียนเข้ามาวิเคราะห์ทีละตัว เพื่อดูว่าตัวแปรอิสระเหล่านั้นมีผลต่อ b_{0j} หรือไม่ ตลอดจนเพื่อตรวจสอบว่า ตัวแปรอิสระเหล่านั้นเมื่อนำมาวิเคราะห์แล้วทำให้เกิดความแปรปรวนระหว่างหน่วยที่ศึกษาเพียงพอที่จะนำไปวิเคราะห์ผลของตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนในขั้นต่อไปหรือไม่ มีรูปแบบดังนี้

โมเดลภายในหน่วย (Within unit model)

$$y_{ij} = b_{01} + b_{ij}(x_{ij}) + e_{ij}$$

โมเดลระหว่างหน่วย (Between unit model)

$$b_{0j} = \gamma_{00} + u_{0j}$$

$$b_{ij} = \gamma_{ko} + u_{1j}$$

(fixed effects) (random effects)

ค่าเฉลี่ย ค่าความคลาดเคลื่อน

เมื่อ	y_{ij}	แทน	ตัวแปรตามของนักเรียนที่ i ห้องเรียนที่ j
	x_{ij}	แทน	ตัวแปรอิสระระดับนักเรียนของนักเรียนคนที่ i ห้องเรียนที่ j
	b_{0j}	แทน	ค่าคงที่ (Intercept) ของตัวแปรระดับนักเรียนในห้องเรียนที่ j
	b_{ij}	แทน	ความชันของการถดถอย (Regression slope) ซึ่งเป็นขนาดความสัมพันธ์ของ x_{ij} ต่อ y_{ij} ในห้องเรียนที่ j
	γ_{00}	แทน	ค่าคงที่ของ b_{0j}
	γ_{ko}	แทน	ค่าคงที่ของ b_{ij}
	e_{ij}	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนระดับนักเรียนในการทำนาย Y_{ij}
	u_{0j}	แทน	ความคลาดเคลื่อนระดับห้องเรียนในการทำนาย b_{0j} ห้องเรียนที่ j
	u_{1j}	แทน	ความคลาดเคลื่อนระดับห้องเรียนในการทำนาย b_{ij} ห้องเรียนที่ j

จากสมการเอชแอลเอ็ม ใช้การทดสอบที (t-test) เพื่อทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) ($H_0: \gamma_{00} = 0$) และใช้การทดสอบไค-สแควร์ (χ^2 -test) เพื่อทดสอบอิทธิพลสุ่ม (Random effects) ($H_0: \text{var}(b_{0i}) = 0, H_0: \text{var}(u_{0j}) = 0$)

2. การวิเคราะห์ระดับห้องเรียน (Micro level) เป็นการวิเคราะห์โมเดลสมมติฐาน (Hypothetical model) โดยนำตัวแปรอิสระระดับนักเรียนที่ผ่านการวิเคราะห์และพิจารณาว่าเหมาะสมจากการวิเคราะห์ระดับนักเรียน มาวิเคราะห์ร่วมกับตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน เพื่อตรวจสอบผลของตัวแปรระดับห้องเรียนที่มีต่อตัวแปรระดับนักเรียน มีรูปแบบดังนี้

โมเดลภายในหน่วย (Within unit model)

$$y_{ij} = b_{0j} + b_{1j}(x_{1j}) + b_{2j}(x_{2j}) + \dots + e_{ij}$$

โมเดลระหว่างหน่วย (Between unit model)

$$b_{0j} = \gamma_{00} + \gamma_{1j}(Z_{1j}) + \gamma_{2j}(Z_{2j}) + \dots + u_{0j}$$

$$b_{1j} = \gamma_{10} + \gamma_{11}(Z_{1j}) + \gamma_{12}(Z_{2j}) + \dots + u_{1j}$$

$$b_{2j} = \gamma_{20} + \gamma_{21}(Z_{1j}) + \gamma_{22}(Z_{2j}) + \dots + u_{2j}$$

.

.

.

$$b_{kj} = \gamma_{k0} + \gamma_{k1}(Z_{1j}) + \gamma_{k2}(Z_{2j}) + \dots + u_{kj}$$

เมื่อ	y_{ij}	แทน	ตัวแปรตามของนักเรียนที่ i ห้องเรียนที่ j
	x_{1j}, x_{2j}	แทน	ตัวแปรอิสระระดับนักเรียนตัวที่ 1 และ 2
	z_{1j}, z_{2j}	แทน	ตัวแปรอิสระระดับนักเรียนตัวที่ 1 และ 2
	b_{0j}	แทน	ค่าคงที่ (Intercept) ของตัวแปรระดับนักเรียนในห้องเรียนที่ j
	b_{1j}	แทน	ความชันของการถดถอย (Regression slope) ซึ่งเป็นขนาดความสัมพันธ์ของ x_{1ij} ต่อ Y_{ij} ในห้องเรียนที่ j
	b_{2j}	แทน	ความชันของการถดถอย (Regression slope) ซึ่งเป็นขนาดความสัมพันธ์ของ x_{2ij} ต่อ Y_{ij} ในห้องเรียนที่ j
	b_{kj}	แทน	ความชันของการถดถอย (Regression slope) ซึ่งเป็นขนาดความสัมพันธ์ของ x_{kij} ต่อ Y_{ij} ในห้องเรียนที่ j
	γ_{00}	แทน	ค่าคงที่ของ b_{0j}

γ_{10}	แทน	ค่าคงที่ของ b_{1j}
γ_{20}	แทน	ค่าคงที่ของ b_{2j}
γ_{k0}	แทน	ค่าคงที่ของ b_{kj}
γ_{1j}	แทน	ความชันของการถดถอย (Regression slope) ซึ่งเป็น ขนาดความสัมพันธ์ของ z_{1j} ต่อ b_{0j}
γ_{11}	แทน	ความชันของการถดถอย (Regression slope) ซึ่งเป็น ขนาดความสัมพันธ์ของ z_{1j} ต่อ b_{1j}
γ_{21}	แทน	ความชันของการถดถอย (Regression slope) ซึ่งเป็น ขนาดความสัมพันธ์ของ z_{1j} ต่อ b_{2j}
γ_{k1}	แทน	ความชันของการถดถอย (Regression slope) ซึ่งเป็น ขนาดความสัมพันธ์ของ z_{1j} ต่อ b_{kj}
γ_{2j}	แทน	ความชันของการถดถอย (Regression slope) ซึ่งเป็น ขนาดความสัมพันธ์ของ z_{2j} ต่อ b_{0j}
γ_{12}	แทน	ความชันของการถดถอย (Regression slope) ซึ่งเป็น ขนาดความสัมพันธ์ของ z_{2j} ต่อ b_{1j}
γ_{22}	แทน	ความชันของการถดถอย (Regression slope) ซึ่งเป็น ขนาดความสัมพันธ์ของ z_{2j} ต่อ b_{2j}
γ_{k2}	แทน	ความชันของการถดถอย (Regression slope) ซึ่งเป็น ขนาดความสัมพันธ์ของ z_{2j} ต่อ b_{kj}
e_{ij}	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนระดับนักเรียนในการทำนาย Y_{ij}
u_{0j}	แทน	ความคลาดเคลื่อนระดับห้องเรียนในการทำนาย b_{0j} ห้องเรียนที่ j
u_{1j}	แทน	ความคลาดเคลื่อนระดับห้องเรียนในการทำนาย b_{1j} ห้องเรียนที่ j
u_{2j}	แทน	ความคลาดเคลื่อนระดับห้องเรียนในการทำนาย b_{2j} ห้องเรียนที่ j
u_{kj}	แทน	ความคลาดเคลื่อนระดับห้องเรียนในการทำนาย b_{kj} ห้องเรียนที่ j

โดยที่ $e \sim N(0, \sigma_j^2)$

จากสมการเอชแอลเอ็ม ใช้การทดสอบที (t-test) เพื่อทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) และใช้การทดสอบไค-สแควร์ (χ^2 -test) เพื่อทดสอบอิทธิพลสุ่ม (Random effects) ในทำนองเดียวกับการทดสอบโมเดลอย่างง่าย

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี

4.1 งานวิจัยในประเทศ

สุมาลี พัวชู (2547: 83-84) ได้ทำการศึกษาพัฒนาการความสามารถในการคิดวิเคราะห์และการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาช่วงชั้นที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานคร เขต 3 จำนวน 767 คน โดยอาศัยวิธีการวิจัยเชิงพัฒนาในลักษณะภาพตัดขวาง ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่เรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มัธยมศึกษาปีที่ 2 และมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีระดับการมองโลกในแง่ดีไม่แตกต่างกัน และไม่มีพัฒนาการของการมองโลกในแง่ดีของนักเรียน เพิ่มขึ้นตามลำดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 แต่ประการใด และนักเรียนหญิงและนักเรียนชายมีระดับการมองโลกในแง่ดีแตกต่างกัน โดยนักเรียนหญิงมีระดับการมองโลกในแง่ดีสูงกว่านักเรียนชาย นอกจากนี้ การศึกษาผลปฏิสัมพันธ์ของการมองโลกในแง่ดีแบบ 2 ทาง (Two way interaction effects) ไม่ปรากฏผลปฏิสัมพันธ์จากตัวแปรเพศกับระดับชั้นต่อการมองโลกในแง่ดี

ปิยะดี ลิ้มพะบำรุง (2547: บทนำ) ได้ทำการศึกษาการพัฒนาการมองโลกในแง่ดีด้วยโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาการมองโลกในแง่ดีด้วยโปรแกรมฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี และเพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดีและเพศของนิสิตที่มีต่อการมองโลกในแง่ดี กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2546 ชั้นปีที่ 1 คณะศิลปกรรมศาสตร์ที่อาสาสมัครเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี จำนวน 36 คน แบ่งเป็นนิสิตชาย 18 คน และนิสิตหญิง 18 คน เพื่อเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมด้วยวิธีการสุ่มนิสิตชาย 18 คน และนิสิตหญิง 18 คน เข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 9 คน โดยให้กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี จำนวน 9 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัยเป็นคะแนนการมองโลกในแง่ดีก่อนและหลังการได้รับโปรแกรมการฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี วิเคราะห์ข้อมูลโดย t-test ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนการมองโลกในแง่ดีทุกมิติและด้านรวมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะการคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี เพศชายและเพศ

หญิงมีคะแนนการมองโลกในแง่ดีไม่แตกต่างกัน และไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างเพศกับโปรแกรมการฝึกทักษะเพื่อการมองโลกในแง่ดีที่มีผลต่อการมองโลกในแง่ดี

เนตรชนก พุ่มพวง (2546: 74) ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนราชวินิตบางแก้ว อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 318 คน พบว่า ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มีตัวแปร 8 ตัวแปร ได้แก่ ระดับชั้นที่กำลังเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ บุคลิกภาพ ทักษะคิดต่อการเรียน ความคาดหวังของผู้ปกครอง สิ่งแวดล้อมทางการเรียน สัมพันธภาพระหว่างครู สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน

นันทนา จันทรผืน (2545: 82) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การกระตุ้นทางการเรียน ประสิทธิภาพการสอนของครู และสภาพแวดล้อมในห้องเรียนกับความคาดหวังในอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดเชียงราย พบว่า ตัวแปรในระดับห้องเรียนด้านสภาพแวดล้อมในห้องเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความคาดหวังในอนาคต มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .755 และค่าน้ำหนักความสำคัญของสภาพแวดล้อมในห้องเรียนส่งผลต่อความคาดหวังในอนาคตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พรทิพย์ เจนจริยานนท์ (2542: 101) ได้ศึกษาเรื่อง ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดตรัง กลุ่มตัวอย่างจำนวน 970 คน พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตโดยรวมทุกด้านมีความสัมพันธ์กับเพศ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ บุคลิกภาพ บรรยากาศในการเรียนการสอน และการรับข่าวสารจากสื่อมวลชน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และมีความสัมพันธ์กับฐานะเศรษฐกิจของครอบครัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุนารี เตชะโชควิวัฒน์ (2527: 64) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู วินัยในตนเอง และความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 พบว่า นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจฉนิก (2520: 102-109) ได้ศึกษาจริยธรรมของเยาวชนไทย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนในโรงเรียนรัฐบาลและนิติตั้งชายและหญิงในเขตกรุงเทพมหานคร และเป็นผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มัธยมศึกษาปีที่ 1,3,5 และ

มหาวิทยาลัยปีที่ 2 ซึ่งมีอายุนระหว่าง 11-25 ปี และมาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมทั้งสามระดับ จำนวน 1,400 คน พบว่า

1. ลักษณะมุงอนาคตแปรปรวนไปตามลักษณะทางสังคม 3 ประการ คือ เพศ ชั้นเรียน และสถานที่เกิด โดยผู้หญิงมีลักษณะมุงอนาคตสูงกว่าผู้ชาย ผู้ที่เรียนอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุงอนาคตสูงกว่าผู้ชาย ผู้ที่เรียนอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 มีคะแนนเฉลี่ยของลักษณะมุงอนาคตต่ำที่สุด และผู้ตอบที่เกิดในกรุงเทพมหานครมีลักษณะมุงอนาคตสูงกว่าผู้ตอบที่เกิดในต่างจังหวัด

2. ลักษณะมุงอนาคตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการอบรมเลี้ยงดู 3 แบบ คือ ผู้ที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรัก แบบใช้เหตุผล และแบบลงโทษทางจิตจะมีลักษณะมุงอนาคตสูง

3. ลักษณะมุงอนาคตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับระดับจริยธรรม

4.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

ไฮโนเนน และคณะ (Heinonen; et al. 2005: online) ได้ทำการศึกษาระยะยาว 21 ปี เกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองในวัยรุ่นตอนต้นและวัยรุ่นตอนปลาย เพื่อพยากรณ์รูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดีและการมองโลกในแง่ร้ายในผู้ใหญ่ของประเทศฟินแลนด์ ผลการวิจัยพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองในวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับรูปแบบการอธิบายตนเอง เพื่อการมองโลกในแง่ดีและการมองโลกในแง่ร้ายในวัยผู้ใหญ่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

มาคิกากาส และคณะ (Makikangas; et al. 2004: online) ได้ศึกษาข้อมูลจากลูกจ้างเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง รูปแบบการอธิบายเพื่อการมองโลกในแง่ดีและภาวะสุขภาพ ซึ่งมีจุดประสงค์ในการติดตามข้อมูลจากลูกจ้างชาวฟินแลนด์จำนวน 426 คน ภายในระยะเวลา 1 ปี จุดประสงค์ข้อแรกคือ เพื่อสำรวจตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดี จุดประสงค์ข้อสองคือ เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างโครงสร้างบุคลิกภาพ ภาวะทางจิตใจและลักษณะอาการทางร่างกาย ผลของการวิเคราะห์องค์ประกอบ (Confirmatory Factor Analysis : CFA) ปรากฏว่า การเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์กันสูง (Time 1, $r = .90$, Time 2, $r = .87$)

เมราเบียน (Mehrabian. 2000: 133-239) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการวัดศักยภาพความสำเร็จของแต่ละบุคคลที่นอกเหนือเขาวนปัญญา โดยเขาศึกษาว่าองค์ประกอบของความสำเร็จในชีวิต (Life Success) ประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 ประการ ต่อไปนี้

1. องค์ประกอบแรกคือ อารมณ์ที่ผ่อนคลาย ได้แก่ คุณลักษณะที่เกี่ยวกับความพอใจ - ไม่พอใจ ความวิตกกังวล ความซึมเศร้า การมองโลกในแง่ดี ความภาคภูมิใจในตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเองและความยืดหยุ่น

2. องค์ประกอบที่ 2 คือ อารมณ์ที่ก่อให้เกิดการตื่นตัว ได้แก่ คุณลักษณะที่เกี่ยวกับความตื่นตัว ความเห็นอกเห็นใจ การคิดหวนระลึกถึงอารมณ์ และความผูกพันทางอารมณ์ความรู้สึก

3. องค์ประกอบที่ 3 คือ การกำหนดทิศทางเป้าหมายอย่างเคร่งครัดหรือมีวินัย ได้แก่ คุณลักษณะที่เกี่ยวกับการรู้จักอด-รอได้ สามารถยับยั้งอารมณ์หุนหันพลันแล่น ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง มีความอดทน มีความซื่อสัตย์ สามารถปรับตัวให้สอดคล้องกับสถานการณ์ และรู้จักใช้อารมณ์อย่างฉลาด

จากการศึกษาดังกล่าวข้างต้น เมราเปียน พบว่า ศักยภาพความสำเร็จในชีวิตของบุคคลมีความสัมพันธ์กับอารมณ์ที่ผ่อนคลาย การกำหนดทิศทางของเป้าหมายอย่างเคร่งครัดและอารมณ์ที่มีพลัง แต่มีความสัมพันธ์ทางลบกับอารมณ์บางด้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งอารมณ์ที่ก่อให้เกิดการตื่นตัวและความซึมเศร้า

เมเยอร์ ชาโลเวย์ และแครูโซ (Mayer, Salovey; & Caruso. 2000: 396-420) กล่าวว่ารูปแบบต่างๆ ของความฉลาดทางอารมณ์จะผสมผสานระหว่างความสามารถทางสมองกับบุคลิกภาพ เช่น ความอดทน ความกระตือรือร้น และการมองโลกในแง่ดี

สตีเฟน (Stepien. 2000: 568) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตสังคมกับชีวิตการมองโลกในแง่ดีในวัยรุ่น (กรณีศึกษาต่อเนื่อง) ซึ่งการศึกษานี้พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างการมองโลกในแง่ดีของวัยรุ่นผู้ซึ่งเมื่อ 8 ปีก่อนเป็นวัยรุ่นที่มีสุขภาพดี ในการศึกษาครั้งแรกเรื่อง “คุณและสุขภาพ” โดยใช้แบบสอบถามของสตีเฟน และเมื่อเวลาผ่านไป 8 ปี ในวัยรุ่นชาย 159 คน วัยรุ่นหญิง 157 คน พบว่า

1. ไม่พบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของชีวิตการมองโลกในแง่ดีของวัยรุ่นชายและวัยรุ่นหญิง และเมื่อเวลาผ่านไป 8 ปี ในกลุ่มหญิงมีระดับค่าเฉลี่ยของการมองโลกในแง่ดีลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2. ระหว่างการมองโลกในแง่ดีของกลุ่มวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับการรับรู้ความสามารถของตนเอง (ทั้งกลุ่มชายและกลุ่มหญิง)

ฟอนแทน และโจนส์ (Fontaine; & Jones. 1997: 59-63) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และความซึมเศร้า ทำการวิเคราะห์ข้อมูลระยะยาวกับหญิงตั้งครรภ์ อายุเฉลี่ย 31 ปี จำนวน 45 คน ผลการวิจัยพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดี ($r = .80$)

เทเยอร์และคณะ (Parkinson; et al. 1996: 147; citing Thayer; et al. 1994) พบว่าเมื่อมีเหตุการณ์ทางลบ เพศชายรายงานตนเองว่าใช้กลยุทธ์ในการจัดการความเครียดโดยตรง

คือ ดิ่มเหล้า รับประทานยา ช่วยในการเปลี่ยนอารมณ์ ขณะที่เพศหญิงจะยอมรับอารมณ์ของตนเองได้ง่าย โดยใช้การดูหนัง ซื่อของ ปรีक्षाกับผู้อื่น

เชียร์ และคณะ (Scheier; et al. 1994: 1063-1078) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างกลุ่มใหญ่จำนวน 4,309 คน เพื่อตรวจสอบการมองโลกในแง่ดีเพื่ออธิบายภาวะสุขภาพและการปรับตัวเมื่อควบคุมการเห็นคุณค่าในตนเอง ผลการวิจัยพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดี ($r = .54$)

เนอร์มี (เนตรชนก พุ่มพวง. 2546: 19; อ้างอิงจาก Nurmi. 1988: 1-9) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการปะทะสังสรรค์แบบพ่อแม่ และเด็กกับลักษณะมุ่งอนาคตของวัยรุ่น ตามอายุและเพศ จากการศึกษาใช้กลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นอายุ 11 ปี และ 15 ปี พบว่า อายุและเพศมีอิทธิพลต่อการปะทะสังสรรค์แบบพ่อแม่ และเด็กของวัยรุ่น และลักษณะมุ่งอนาคตของเขาเอง แต่ในทางตรงกันข้าม การพูดคุยกันในครอบครัวของเด็กอายุ 15 ปี ทำให้การมองโลกในแง่ดีเพิ่มขึ้น รวมทั้งการวางแผนความมีเหตุมีผลเพิ่มขึ้นด้วย

ซารากอน (สมพิศ ไชยกิจ. 2536: 19; อ้างอิงจาก Sarakon. 1986) พบว่า การสร้างบรรยากาศในชั้นเรียนที่อบอุ่นและเป็นกันเอง การเสริมแรงแก่นักเรียนเมื่อทำสิ่งที่ถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนทั้งบุคลิกภาพของครู เช่น ลักษณะทางกายภาพ อารมณ์ ความสนใจเด็ก ความเชื่อและทัศนคติของครูที่มีต่อนักเรียนล้วนมีผลต่อความภาคภูมิใจในตนเอง

เชียร์ และคาร์เวอร์ (Scheier; & Carver. 1985: 219-247) ได้ให้ความสำคัญกับการศึกษาความแตกต่างระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดี โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 324 คน ใช้แบบวัด Rosenberg's RSES ผลการวิจัยพบว่า การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเอง ($r = .48$) และจากการศึกษาทำให้ทราบว่าความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดีของเพศหญิง ($r = .60$) สูงกว่าเพศชาย ($r = .33$) ซึ่งแสดงให้เห็นว่าเพศทำให้เกิดความแตกต่างของความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้ง 2 ตัว

รูบินและแมคเนล (สมพิศ ไชยกิจ. 2536: 19; อ้างอิงจาก Rubin; & Mcneil. 1981) พบว่า ครอบครัวที่บิดามารดามีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีความยืดหยุ่น มีความมั่นใจในตนเอง มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุตร โดยการแสดงการยอมรับในตัวเด็ก เน้นการใช้เหตุผล ให้ความรักความเอาใจใส่ กำหนดมาตรฐานและขอบเขตการกระทำไว้กว้างๆ ไม่ใช้อำนาจขู่บังคับ ตลอดจนให้ความสนใจสิ่งต่างๆ ที่อยู่แวดล้อมเด็ก เช่น เพื่อน กิจกรรมที่เด็กกระทำสิ่งเหล่านี้จะทำให้เด็กมีแนวโน้มที่จะเป็นคนยืดหยุ่น มีอารมณ์มั่นคง ไม่โลเล และมีความภาคภูมิใจในตนเอง

เทสเซอร์ (มะลิ อุดมภาพ. 2538: 20; อ้างอิงจาก Tesser. 1980) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ของความภาคภูมิใจในตนเองที่เกี่ยวข้องกับบุคคลในครอบครัว พบว่า ตัวแปรด้านความใกล้ชิด การปฏิบัติต่อกันและความสัมพันธ์กันในครอบครัวมีผลต่อความภาคภูมิใจในตนเอง

แลมม์ ชมิทท์ และทรมมส์ดอร์ฟฟ์ (เนตรชนก พุ่มพวง. 2546: 17; อ้างอิงจาก Lamm, Schmidt; & Trommsdorff. 1976: 317) ได้ศึกษาเกี่ยวกับตัวแปรที่เกี่ยวกับเพศและชนชั้นที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุงอนาคตของเด็กวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กวัยรุ่นชนชั้นกลางกับชนชั้นต่ำที่เป็นเด็กหญิงและเด็กชายกลุ่มละ 100 คน ที่มีอายุระหว่าง 14-16 ปี โดยวัดลักษณะมุงอนาคตด้านความหวัง ความกลัว จากคำบอกเล่าของเด็ก การตัดสินใจเกี่ยวกับระยะเวลาในการมุงอนาคตและการมองโลกในแง่ดีและร้าย ผลการศึกษาพบว่า เด็กหญิงที่มาจากชนชั้นต่ำมองโลกในทางดีมากกว่าเด็กหญิงที่มีจากชนชั้นกลาง เด็กชายที่มาจากชนชั้นต่ำได้แสดงความหวังและความกลัวในด้านอาชีพมากและจะเพิ่มขึ้นในอนาคตมากกว่าเด็กหญิงที่มาจากชนชั้นต่ำ

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดีทั้งในประเทศและต่างประเทศ สรุปได้ว่า มีตัวแปรหลายตัวที่สัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดี คือ การยอมรับและรู้จักตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ความสุขในชีวิต ประสบการณ์ที่ได้รับจากการอบรมเลี้ยงดู การตั้งความคาดหวังเกี่ยวกับอนาคต สภาพแวดล้อมรอบตัวเด็ก การเห็นตัวแบบ การมองโลกในแง่ดีเป็นสิ่งที่ควรส่งเสริมและพัฒนาตั้งแต่วัยเด็ก เพราะเป็นช่วงของการเรียนรู้จากสิ่งแวดล้อมรอบตัว พัฒนาการการเรียนรู้ของวัยเด็กจะส่งผลต่อวัยรุ่น เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงในหลายๆ ด้านพร้อมกัน ทำให้เกิดความเครียด การมองโลกในแง่ดีจะช่วยให้วัยรุ่นสามารถเรียนรู้การใช้ชีวิตได้ดีขึ้น ดังนั้นถ้าเราทราบว่าตัวแปรใดบ้างที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีก็จะทำให้สามารถส่งเสริมและพัฒนาการมองโลกในแง่ดีของเด็กได้ นอกจากนี้ในประเทศไทยยังมีการศึกษาการมองโลกในแง่ดีของวัยรุ่นน้อยมาก โดยส่วนใหญ่จะศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาการมองโลกในแง่ดีด้วยโปรแกรมฝึกทักษะการคิด เพื่อให้ผู้เรียนมีการมองโลกในแง่ดีสูงขึ้น ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาตัวแปรที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุงอนาคต การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์หุระดับ ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การสร้างและการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 3 เขต ซึ่งทั้ง 3 เขตพื้นที่การศึกษากกรุงเทพมหานคร มีโรงเรียนทั้งหมด 116 โรงเรียน มีจำนวนนักเรียน 57,077 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร เขต 2 ปีการศึกษา 2549 จำนวน 12 โรงเรียน จำนวนนักเรียน 1,390 คน จำนวนห้องเรียน 90 ห้องเรียน โดยทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Random Sampling) โดยมีขั้นตอนในการสุ่มดังนี้

1. คำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ โดยการศึกษาลัดส่วนของประชากร โดยมีขั้นตอนดังนี้

1.1 กำหนดค่าความคลาดเคลื่อนของการประมาณค่าสัดส่วน (e) ได้เท่ากับ 1.5

1.2 กำหนดค่าความเชื่อมั่น 95 % ($\alpha = .05$)

1.3 คำนวณค่าความแปรปรวนของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร เขต 2 จำนวน 135 คน จากแบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี จำนวน 45 ข้อ ที่ได้จากการหาค่าพิสัยของคะแนน ซึ่ง

ได้ผลดังนี้ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของนักเรียนในโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ เท่ากับ 17.13
โรงเรียนขนาดใหญ่ เท่ากับ 19.48 และโรงเรียนขนาดกลาง เท่ากับ 20.04

2. คำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่างตามขนาดของโรงเรียน ซึ่งคำนวณได้ดังนี้

ในที่นี้ $N = 57,077$ $K = 3$ $\alpha = .05$ $e = 1.5$

$$\sigma_1^2 = 293 \quad \sigma_2^2 = 379 \quad \sigma_3^2 = 401$$

$$n_1 = 26,803 \quad n_2 = 20,773 \quad n_3 = 9,501$$

หาสัดส่วนของประชากรคำนวณได้ดังนี้

เนื่องจากทุกชั้นมีขนาดของกลุ่มตัวอย่างไม่เท่ากัน จึงใช้สูตร

$$W_1 = \frac{n_1}{N} = \frac{26,803}{57,077} = 0.5$$

$$W_2 = \frac{n_2}{N} = \frac{20,773}{57,077} = 0.4$$

$$W_3 = \frac{n_3}{N} = \frac{9,501}{57,077} = 0.1$$

ในการคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างใช้สูตร

$$\text{จากสูตร} \quad n = \frac{\sum_{g=1}^K \frac{N_g^2 \sigma_g^2}{w_g}}{\frac{N^2 e^2}{4} + \sum_{g=1}^K N_g \sigma_g^2}$$

เมื่อ	n	แทน	ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสม
	N	แทน	ขนาดของประชากร ในที่นี้ 57,077 คน
	K	แทน	จำนวนชั้นที่ประชากรถูกแบ่งออก
	N_g	แทน	จำนวนสมาชิกของประชากรในชั้นที่ g
	σ^2	แทน	ค่าความแปรปรวนของประชากรชั้นที่ g
	W_g	แทน	อัตราส่วนของจำนวนสมาชิกของชั้นที่ g
	e	แทน	ความคลาดเคลื่อนของการสุ่ม

จากสูตรคำนวณได้ดังนี้

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{\frac{n_1^2 \sigma_1^2}{w_1} + \frac{n_2^2 \sigma_2^2}{w_2} + \frac{n_3^2 \sigma_3^2}{w_3}}{\frac{N^2 e^2}{4} + n_1 \sigma_1^2 + n_2 \sigma_2^2 + n_3 \sigma_3^2} \\
 &= \frac{\frac{(26,803)^2 (293)}{0.50} + \frac{(20,773)^2 (379)}{0.40} + \frac{(9,501)^2 (401)}{0.10}}{\frac{57,077^2 (1.5)^2}{4} + 26,803(293) + 20,773(379) + 9,501(401)} \\
 &= 961.34 \\
 &\approx 961
 \end{aligned}$$

ดังนั้น จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดที่จะต้องทำการสุ่มอย่างน้อย 961 คน โดยแต่ละชั้นมีขนาดของกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย ดังนี้

$$\text{ชั้นที่ 1 } n_1 = w_1 n = (0.50)(961) = 480.5 \approx 480 \text{ คน}$$

$$\text{ชั้นที่ 2 } n_2 = w_2 n = (0.40)(961) = 384.4 \approx 384 \text{ คน}$$

$$\text{ชั้นที่ 3 } n_3 = w_3 n = (0.10)(961) = 96.1 \approx 96 \text{ คน}$$

3. ขั้นตอนในการสุ่มกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Random Sampling) โดยมีขั้นตอนในการสุ่มดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งกลุ่ม (Cluster Random Sampling) โดยโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร มีทั้งหมด 3 เขต ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ได้โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร เขต 2 โดยมีโรงเรียนทั้งหมด 35 โรงเรียน

ขั้นตอนที่ 2 ทำการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยแบ่งโรงเรียนออกเป็น 3 ขนาด คือ ขนาดใหญ่พิเศษ ขนาดใหญ่ และขนาดกลาง

1. สุ่มโรงเรียนที่เปิดสอนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 แต่ละขนาด โดยมีขนาดโรงเรียนเป็นชั้น (Strata) และมีโรงเรียนเป็นหน่วยการสุ่ม (Sampling Unit) ดังนี้

โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ	มีจำนวน	21 โรงเรียน
โรงเรียนขนาดใหญ่	มีจำนวน	12 โรงเรียน
โรงเรียนขนาดกลาง	มีจำนวน	2 โรงเรียน

2. ผู้วิจัยคำนวณหาจำนวนโรงเรียนในแต่ละขนาดที่จะใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างโดยคำนวณจาก 1 ใน 3 ของโรงเรียนทั้งหมด 35 โรงเรียน ซึ่งคำนวณได้ดังนี้

$$\text{คำนวณโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ จำนวน 21 โรงเรียน} = \frac{21 \times 1}{3} = 7$$

ดังนั้นทำการสุ่มตัวอย่างจากโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ จำนวน 7 โรงเรียน

$$\text{คำนวณโรงเรียนขนาดใหญ่ จำนวน 12 โรงเรียน} = \frac{12 \times 1}{3} = 4$$

ดังนั้นทำการสุ่มตัวอย่างจากโรงเรียนขนาดใหญ่ จำนวน 4 โรงเรียน

$$\text{คำนวณโรงเรียนขนาดกลาง จำนวน 2 โรงเรียน} = \frac{2 \times 1}{3} = 0.67$$

ดังนั้นทำการสุ่มตัวอย่างจากโรงเรียนขนาดกลาง จำนวน 1 โรงเรียน

ขั้นตอนที่ 3 ผู้วิจัยทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างห้องเรียนจากโรงเรียนที่สุ่มได้ในขั้นตอนที่ 2 โดยการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ซึ่งทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างห้องเรียนจากโรงเรียนแต่ละขนาด ร้อยละ 60 ผู้วิจัยทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster Random Sampling) โดยใช้ห้องเรียนเป็นกลุ่ม (Cluster) และนักเรียนเป็นหน่วยการสุ่ม (Unit) ซึ่งใช้ห้องเรียนเป็นกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 60 จากโรงเรียนในแต่ละขนาดที่สุ่มได้ในขั้นตอนที่ 2 และทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างนักเรียนจากห้องเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 30 จากการคำนวณได้กลุ่มตัวอย่างแสดงได้ดังตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียน
สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร เขต 2

ระดับ สถานศึกษา	โรงเรียน	ประชากร		กลุ่มตัวอย่าง	
		จำนวน ห้องเรียน	จำนวน นักเรียน	จำนวน ห้องเรียน	จำนวน นักเรียน
โรงเรียน ขนาดใหญ่ พิเศษ	1. ราชวินิตบางเขน	13	608	8	113
	2. เตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า	12	747	7	130
	3. บางกะปิ	12	656	7	116
	4. เตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ	14	740	8	127
	5. สตรีวิทยา 2	18	969	11	178
	6. เศรษฐบุตรบำเพ็ญ	16	925	10	174
	7. บดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี) ๒	12	604	7	105
โรงเรียน ขนาดใหญ่	8. เทพลีลา	10	491	6	88
	9. มัธยมวัดบึงทองหลาง	10	523	6	94
	10. ราชดำริ	14	623	8	108
	11. สีกัน	12	536	7	95
โรงเรียน ขนาดกลาง	12. จันทร์หุ่นบำเพ็ญ	9	371	5	62
รวม		140	7,258	90	1,390

หมายเหตุ โรงเรียนขนาดเล็ก : จำนวนนักเรียน 1 - 499 คน
โรงเรียนขนาดกลาง : จำนวนนักเรียน 500 – 1,499 คน
โรงเรียนขนาดใหญ่ : จำนวนนักเรียน 1,500 – 2,499 คน
โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ : จำนวนนักเรียน 2,500 คนขึ้นไป
โดยใช้เกณฑ์ของกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ (2545)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งสิ้น 6 ฉบับ ดังนี้

ชุดที่ 1 เครื่องมือที่เก็บข้อมูลระดับนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ประกอบด้วย

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ จำนวน 45 ข้อ

ฉบับที่ 2 แบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ จำนวน 15 ข้อ

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามวัดลักษณะมุ่งอนาคต มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ จำนวน 15 ข้อ

ฉบับที่ 4 แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ จำนวน 15 ข้อ

ชุดที่ 2 เครื่องมือที่เก็บข้อมูลระดับห้องเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ประกอบด้วย

ฉบับที่ 5 แบบสอบถามวัดบรรยากาศในชั้นเรียน มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ จำนวน 15 ข้อ

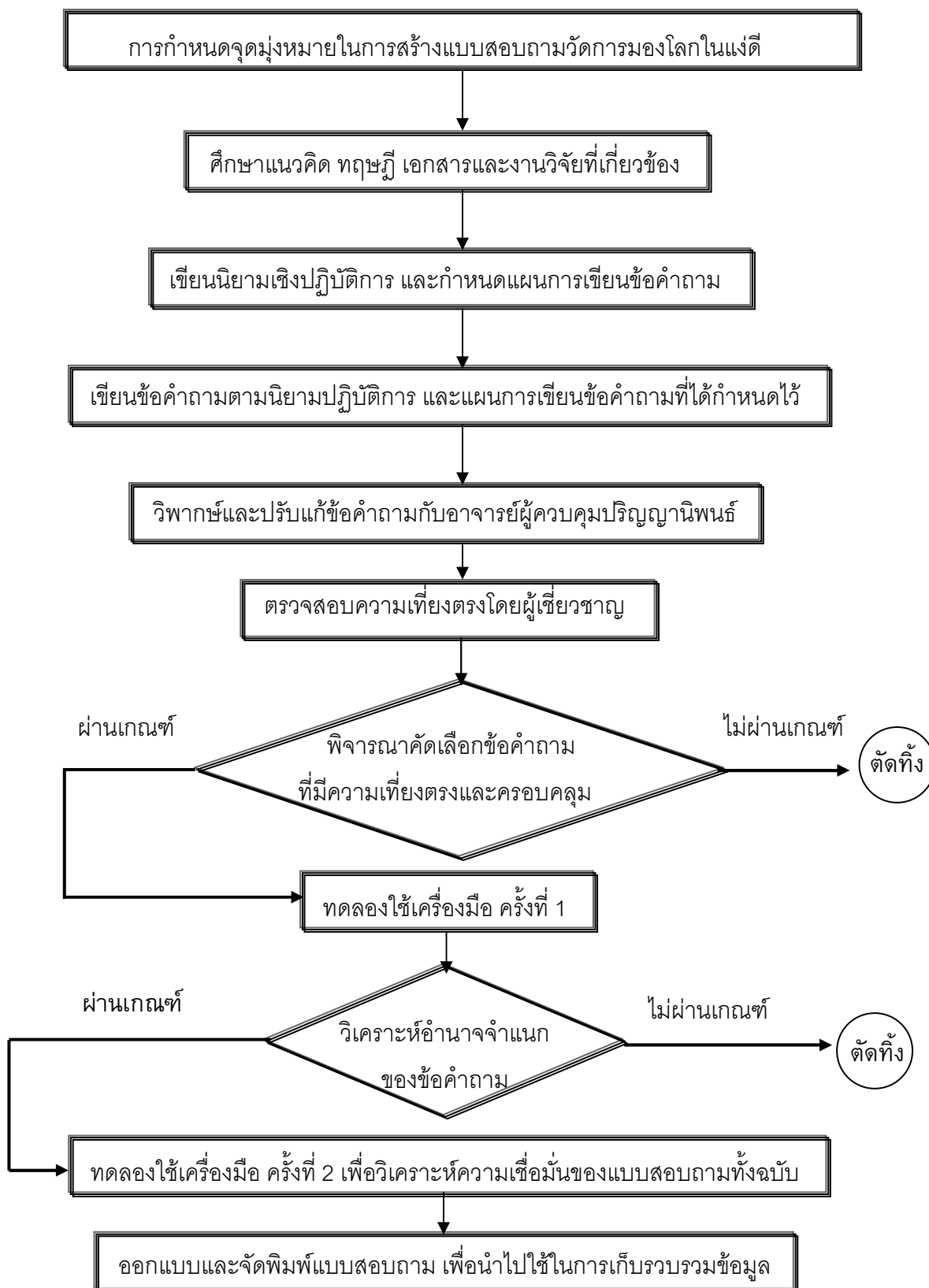
ฉบับที่ 6 แบบสอบถามวัดการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ จำนวน 15 ข้อ

3. การสร้างและการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 เครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

เครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ได้แก่ แบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดีของนักเรียน ซึ่งแบ่งเป็น 5 ด้าน คือ ด้านมิติความคงทนถาวร มิติความเป็นตนเอง และมิติความครอบคลุม โดยผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการอาศัยผสมผสานแนวคิดและทฤษฎีของเซลิกันแมน (อรพินทร์ ชูชม. 2544: 43-45; อ้างอิงจาก Seligman. 1998) จำนวน 60 ข้อ เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยผู้วิจัยมีวิธีดำเนินการสร้างและการหาคุณภาพเครื่องมือ ดังภาพประกอบ 10

วิธีดำเนินการสร้างและการหาคุณภาพแบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี



ภาพประกอบ 10 ลำดับขั้นการสร้างแบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี

1. กำหนดจุดมุ่งหมายในการสร้างแบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี
2. ศึกษาปริมาณ ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี โดยผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีการมองโลกในแง่ดีของเซลิกแมน
3. เขียนนิยามปฏิบัติการของการมองโลกในแง่ดี โดยเขียนนิยามตามคุณลักษณะที่ต้องการวัด พร้อมทั้งกำหนดแผนการเขียนข้อคำถาม
4. เขียนข้อคำถามตามนิยามปฏิบัติการ และแผนการเขียนข้อคำถามที่ได้กำหนดไว้ ซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ ได้แก่ ระดับมากที่สุด ระดับมาก ระดับปานกลาง ระดับน้อย ระดับน้อยที่สุด โดยผู้วิจัยเขียนข้อคำถามเป็นข้อความสั้นๆ โดยแบ่งการวัดออกเป็น 3 ด้าน ด้านละ 20 ข้อ ได้แก่ ด้านมิติความคงทนถาวร ด้านมิติความเป็นตนเอง และด้านมิติความครอบคลุม จากนั้นนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปพิจารณาร่วมกับประธานและกรรมการควบคุมปริญญาโท พร้อมทั้งปรับแก้ข้อคำถามตามข้อเสนอแนะ จำนวน 60 ข้อ
5. ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงพื้นผิว (Face Validity) ของแบบสอบถามที่สร้างขึ้นมาโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน เป็นผู้พิจารณาความสอดคล้องและความครอบคลุมของแบบสอบถามกับนิยามปฏิบัติการ จากนั้นคัดเลือกข้อคำถาม โดยใช้เกณฑ์ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) โดยพิจารณาตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป ซึ่งเป็นข้อที่สมบูรณ์และมีความเหมาะสม พบว่า ข้อคำถามในแบบสอบถามที่วัดตัวแปรตามการมองโลกในแง่ดี มีจำนวนข้อคำถามด้านละ 20 ข้อ รวมทั้งหมด 60 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.60 - 1.00
6. นำแบบสอบถามที่ได้จากข้อ 5 ไปทดลองใช้ (Try Out) ครั้งที่ 1 กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ เตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า จำนวน 100 คน จากนั้นนำผลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยการวิเคราะห์หาค่า Item Total Correlation และพิจารณาคัดเลือกข้อคำถามของแบบวัดในแต่ละฉบับที่มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .20 ขึ้นไป และเป็นข้อที่มีความสมบูรณ์ ครอบคลุมโครงสร้างของนิยามเชิงปฏิบัติการ พร้อมทั้งพิจารณาปรับปรุงข้อคำถามที่บกพร่อง ได้ข้อคำถามแบบสอบวัดตัวแปรตาม คือ การมองโลกในแง่ดี จำนวน 45 ข้อ โดยด้านมิติความคงทนถาวร มีจำนวน 15 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ 0.284 ถึง 0.525 ด้านมิติความเป็นตนเอง มีจำนวน 15 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ 0.338 ถึง 0.553 และด้านมิติความครอบคลุม มีจำนวน 15 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ 0.234 ถึง 0.606
7. นำแบบสอบถามที่ได้จากข้อ 6 ไปทดลองใช้ (Try Out) ครั้งที่ 2 กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 ของโรงเรียนแต่ละขนาด ได้แก่ โรงเรียนบางกะปิ โรงเรียนเทพศิลา และโรงเรียนจันทน์หุ่นบำเพ็ญ จำนวน 135 คน วิเคราะห์หาค่าความ

เชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) พบว่า แบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดีมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.918

8. จัดเตรียมแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ เพื่อใช้ในการรวบรวมข้อมูลในการวิจัย

3.2 เครื่องมือที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

ผู้วิจัยได้พัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 5 ฉบับ ดังนี้

1. แบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้วิจัยได้พัฒนาจากแบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของคินาพร แสงใส (2548: 135-137) ใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประเมินค่า มี 5 ระดับ จำนวน 50 ข้อ ซึ่งแบบสอบถามมีค่าอำนาจจำแนก (r) อยู่ระหว่าง 0.2348-0.6906 มีค่าความเชื่อมั่น (α) เท่ากับ 0.8848

2. แบบสอบถามวัดลักษณะมุ่งอนาคต ผู้วิจัยได้พัฒนาจากแบบสอบถามวัดลักษณะมุ่งอนาคตของสมพิศ แซ่เฮง (2546: 112-113) ใช้กับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประเมินค่า มี 4 ระดับ จำนวน 15 ข้อ ซึ่งแบบสอบถามมีค่าอำนาจจำแนก (t) อยู่ระหว่าง 6.094-12.329 มีค่าความเชื่อมั่น (α) เท่ากับ 0.8586

3. แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ผู้วิจัยพัฒนาแบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลของอุษา ธนาบุญฤทธิ์ (2544: 40) ซึ่งเป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประเมินค่า มี 5 ระดับ จำนวน 25 ข้อ ซึ่งแบบสอบถามมีค่าอำนาจจำแนก (t) อยู่ระหว่าง 3.786-9.699 มีค่าความเชื่อมั่น (α) เท่ากับ 0.8944

4. แบบสอบถามวัดบรรยากาศในชั้นเรียน ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสอบถามวัดบรรยากาศในชั้นเรียนของประกิจศรี เผ่าเมือง (2546: 74) ใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประเมินค่า มี 5 ระดับ จำนวน 20 ข้อ ซึ่งแบบสอบถามมีค่าอำนาจจำแนก (t) อยู่ระหว่าง 2.329-10.287 มีค่าความเชื่อมั่น (α) เท่ากับ 0.8511

5. แบบสอบถามวัดการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบสอบถามวัดการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญของประกิจศรี เผ่าเมือง (2546: 74) ซึ่งใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประเมินค่า มี 5 ระดับ จำนวน 20 ข้อ ซึ่งแบบสอบถามมีค่าอำนาจจำแนก (t) อยู่ระหว่าง 3.167- 8.882 มีค่าความเชื่อมั่น (α) เท่ากับ 0.8787

แบบสอบถามทั้ง 5 ฉบับ ดังกล่าว ผู้วิจัยดำเนินการพัฒนาโดยการปรับภาษาให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย และปรับแบบสอบถามให้เป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ คือ ระดับความเป็นจริงมากที่สุด จริงมาก จริงปานกลาง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด โดย

การคัดเลือกบางข้อคำถาม ซึ่งการคัดเลือกข้อคำถามผู้วิจัยพัฒนาให้ครอบคลุมนิยามเชิงปฏิบัติการ

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามทั้ง 5 ฉบับ ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร เขต 2 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ โรงเรียนบางกะปิ โรงเรียนเทพลีลา และโรงเรียนจันทรหุ่นบำเพ็ญ จำนวน 135 คน แล้วตรวจให้คะแนน นำผลที่ได้มาวิเคราะห์หาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม แต่ละฉบับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient Alpha) ของครอนบัค (Cronbach) ปรากฏผล ดังนี้

แบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง	มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.833
แบบสอบถามวัดลักษณะมุ่งอนาคต	มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.817
แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล	มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.852
แบบสอบถามวัดบรรยากาศในชั้นเรียน	มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.859
แบบสอบถามวัดการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ	มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.885

3.3 ลักษณะของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ลักษณะของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม 6 ฉบับ ได้แก่ แบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี แบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง แบบสอบถามวัดลักษณะมุ่งอนาคต แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล แบบสอบถามวัดบรรยากาศในชั้นเรียน และแบบสอบถามวัดการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ คือ จริงมากที่สุด จริงมาก จริงปานกลาง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด ซึ่งแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประเมินค่าแต่ละฉบับมีลักษณะดังนี้

ตัวอย่างแบบสอบถาม

ข้อ ที่	ข้อความ	ระดับความเป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
	แบบสอบถามวัด การมองโลกในแง่ดี					
0.	ด้านมิติความคงทนถาวร ข้าพเจ้าสามารถยอมรับความล้มเหลวที่เกิดขึ้น จริงๆ ได้					
00.	ข้าพเจ้ามักทุกข์ร้อนกับปัญหาเล็กๆ น้อยๆ ที่ เกิดขึ้น.....					
	ด้านมิติความเป็นตนเอง					
0.	ข้าพเจ้ามั่นใจว่าสามารถเรียนรู้สิ่งต่างๆ ที่ ตนเองสนใจได้.....					
00.	เมื่อคะแนนสอบออกมาไม่ดี ข้าพเจ้ามักจะคิด ว่าเป็นเพราะข้าพเจ้าเรียนไม่เก่ง.....					
	ด้านมิติความครอบคลุม					
0.	ข้าพเจ้ามองเห็นข้อดีของทุกๆ คนที่ข้าพเจ้า รู้จัก.....					
00.	การที่ข้าพเจ้าทำผิดแล้วถูกทำโทษ ทำให้ ข้าพเจ้าไม่กล้าลงมือทำสิ่งอื่นอีกต่อไป.....					
	แบบสอบถามวัดการเห็น คุณค่าในตนเอง					
0.	ข้าพเจ้ารู้สึกภูมิใจในตนเองกับการเป็นที่รักของ เพื่อนในห้อง.....					
00.	ข้าพเจ้าพอใจในตัวของตัวเอง.....					
	แบบสอบถามวัดลักษณะ มุ่งอนาคต					
0.	ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนเพื่อประสบความสำเร็จใน การเรียน.....					

ข้อ ที่	ข้อความ	ระดับความเป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
00.	ข้าพเจ้าไม่ชอบเรียนหนังสือให้สูงๆ เพราะไม่คุ้มค่า เสียเวลา เสียเงิน.....					
	แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล					
0.	เมื่อถูกทำโทษผู้ปกครองจะอธิบายถึงสาเหตุของการทำโทษ.....					
00.	พ่อแม่ไม่ฟังเหตุผลของการกระทำของข้าพเจ้า.....					
	แบบสอบถามวัดบรรยากาศในชั้นเรียน					
0.	ห้องเรียนของข้าพเจ้าสะอาด ถูกสุขลักษณะเหมาะแก่การเรียน.....					
00.	ในชั่วโมงเรียน ครูจะพูดคุยกับนักเรียนด้วยคำพูดที่ไพเราะ และเป็นมิตร.....					
	แบบสอบถามวัดการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ					
0.	ในการเรียนวิชาต่างๆ ครูจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นให้นักเรียนได้ฝึกคิดหรือฝึกปฏิบัติจนค้นพบความรู้ด้วยตนเอง.....					
00.	ครูใช้เทคนิควิธีสอนที่หลากหลายเหมาะสมกับบทเรียน เช่น การสาธิต การตั้งคำถาม การอภิปราย การระดมสมอง ฯลฯ.....					

เกณฑ์การตรวจให้คะแนน

เกณฑ์การตรวจให้คะแนนของแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ดังนี้

	ข้อความทางบวก (คะแนน)	ข้อความทางลบ (คะแนน)
เป็นจริงมากที่สุด	5	1
เป็นจริงมาก	4	2
เป็นจริงปานกลาง	3	3
เป็นจริงน้อย	2	4
เป็นจริงน้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์ในการแปลความหมายของคะแนน

1. แบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี จำนวน 45 ข้อ ซึ่งมีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 45-225 คะแนน โดยมีเกณฑ์การแปลความหมายคะแนน ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยรายข้อ	คะแนนเฉลี่ยรายฉบับ	การแปลความหมาย
4.50 – 5.00	205.00 – 225.00	มีการมองโลกในแง่ดีในระดับสูงมาก
3.50 – 4.49	155.00 – 204.99	มีการมองโลกในแง่ดีในระดับค่อนข้างสูง
2.50 – 3.49	105.00 – 154.99	มีการมองโลกในแง่ดีในระดับปานกลาง
1.50 – 2.49	65.00 – 104.99	มีการมองโลกในแง่ดีในระดับค่อนข้างต่ำ
1.00 – 1.49	45.00 – 64.99	มีการมองโลกในแง่ดีในระดับต่ำมาก

2. แบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง จำนวน 15 ข้อ ซึ่งมีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 15 - 75 คะแนน โดยมีเกณฑ์การแปลความหมายคะแนน ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยรายข้อ	คะแนนเฉลี่ยรายฉบับ	การแปลความหมาย
4.50 – 5.00	67.50 – 75.00	มีคุณลักษณะการเห็นคุณค่าในตนเองระดับสูงมาก
3.50 – 4.49	52.50 – 67.49	มีคุณลักษณะการเห็นคุณค่าในตนเองระดับค่อนข้างสูง
2.50 – 3.49	37.50 – 52.49	มีคุณลักษณะการเห็นคุณค่าในตนเองระดับปานกลาง
1.50 – 2.49	22.50 – 37.49	มีคุณลักษณะการเห็นคุณค่าในตนเองระดับค่อนข้างต่ำ
1.00 – 1.49	15.00 – 22.49	มีคุณลักษณะการเห็นคุณค่าในตนเองระดับต่ำมาก

3. แบบสอบถามวัดลักษณะมุ่งอนาคต จำนวน 15 ข้อ ซึ่งมีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 15 - 75 คะแนน โดยมีเกณฑ์การแปลความหมายคะแนน ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย รายข้อ	คะแนนเฉลี่ย รายฉบับ	การแปลความหมาย
4.50 – 5.00	67.50 – 75.00	มีคุณลักษณะมุ่งอนาคตในระดับสูงมาก
3.50 – 4.49	52.50 – 67.49	มีคุณลักษณะมุ่งอนาคตในระดับค่อนข้างสูง
2.50 – 3.49	37.50 – 52.49	มีคุณลักษณะมุ่งอนาคตในระดับปานกลาง
1.50 – 2.49	22.50 – 37.49	มีคุณลักษณะมุ่งอนาคตในระดับค่อนข้างต่ำ
1.00 – 1.49	15.00 – 22.49	มีคุณลักษณะมุ่งอนาคตในระดับต่ำมาก

4. แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล จำนวน 15 ข้อ ซึ่งมีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 15 - 75 คะแนน โดยมีเกณฑ์การแปลความหมายคะแนน ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย รายข้อ	คะแนนเฉลี่ย รายฉบับ	การแปลความหมาย
4.50 – 5.00	67.50 – 75.00	มีการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลในระดับสูงมาก
3.50 – 4.49	52.50 – 67.49	มีการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลในระดับค่อนข้างสูง
2.50 – 3.49	37.50 – 52.49	มีการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลในระดับปานกลาง
1.50 – 2.49	22.50 – 37.49	มีการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลในระดับค่อนข้างต่ำ
1.00 – 1.49	15.00 – 22.49	มีการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลในระดับต่ำมาก

5. แบบสอบถามวัดบรรยากาศในชั้นเรียน จำนวน 15 ข้อ ซึ่งมีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 15 - 75 คะแนน โดยมีเกณฑ์การแปลความหมายคะแนน ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย รายข้อ	คะแนนเฉลี่ย รายฉบับ	การแปลความหมาย
4.50 – 5.00	67.50 – 75.00	มีบรรยากาศในชั้นเรียนในระดับดี
3.50 – 4.49	52.50 – 67.49	มีบรรยากาศในชั้นเรียนในระดับค่อนข้างดี
2.50 – 3.49	37.50 – 52.49	มีบรรยากาศในชั้นเรียนในระดับดีปานกลาง
1.50 – 2.49	22.50 – 37.49	มีบรรยากาศในชั้นเรียนในระดับค่อนข้างไม่ดี
1.00 – 1.49	15.00 – 22.49	มีบรรยากาศในชั้นเรียนในระดับไม่ดี

6. แบบสอบถามวัดการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ จำนวน 15 ข้อ ซึ่งมีช่วงคะแนนอยู่ระหว่าง 15 - 75 คะแนน โดยมีเกณฑ์การแปลความหมายคะแนน ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย รายชื่อ	คะแนนเฉลี่ย รายฉบับ	การแปลความหมาย
4.50 – 5.00	67.50 – 75.00	มีการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญมาก
3.50 – 4.49	52.50 – 67.49	มีการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ค่อนข้างมาก
2.50 – 3.49	37.50 – 52.49	มีการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ปานกลาง
1.50 – 2.49	22.50 – 37.49	มีการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ค่อนข้างน้อย
1.00 – 1.49	15.00 – 22.49	มีการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญน้อย

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ติดต่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ซึ่งผู้วิจัยได้รับหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย เมื่อวันที่ 29 มกราคม 2550

2. นำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากบัณฑิตวิทยาลัย พร้อมทั้งแบบสอบถามที่จะใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ยื่นต่อหัวหน้าสถานศึกษาของโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัย พร้อมทั้งนัดหมายวัน เวลา สถานที่ ในการเก็บรวบรวมข้อมูลของแต่ละโรงเรียนที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

3. จัดเตรียมจำนวนแบบสอบถามให้พอกับจำนวนนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจริงผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูล 1.2 เท่าของจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการจริงจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

4. เก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่าง 12 โรงเรียน จำนวนห้องเรียนทั้งหมด 90 ห้องเรียน ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยขอความร่วมมือจากครูประจำชั้นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยเก็บรวบรวมข้อมูลในคาบวิชาแนะแนว ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามวันเวลานัดหมายกับทางโรงเรียน ตั้งแต่วันที่ 5 กุมภาพันธ์ ถึงวันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2550 ในวันเวลาราชการ

5. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลได้ทั้งหมด 1,668 ฉบับ จากนั้นพิจารณาคัดเลือกแบบสอบถาม 2 ขั้นตอน คือ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยคัดฉบับที่กลุ่มตัวอย่างไม่ตั้งใจในการตอบแบบสอบถามออก ทั้งนี้เห็นได้จากการสังเกตในระหว่างดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยคัดฉบับที่ไม่สมบูรณ์ในการตอบแบบสอบถามออก ซึ่งเหลือแบบสอบถามที่มีความสมบูรณ์เพียงพอกับจำนวนของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการจริง คือ 1,390 ชุด ผู้วิจัยจึงนำข้อมูลที่ได้ไปดำเนินการวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐานที่ตั้งไว้

5. การจัดการข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลสำหรับการวิจัยครั้งนี้ มีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์หาค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรในระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ตัวแปรระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ และตัวแปรตาม คือ การมองโลกในแง่ดี

2. วิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียนและระดับห้องเรียนกับตัวแปรตาม โดยวิเคราะห์แยกตามระดับ ดังนี้

2.1 วิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล กับ การมองโลกในแง่ดี

2.2 วิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ กับ การมองโลกในแง่ดี

3. วิเคราะห์หุ้ระดับเพื่อศึกษาความสัมพันธ์และค้นหาตัวแปรอิสระระดับนักเรียนและระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี ตามขั้นตอนการวิเคราะห์ ดังนี้

3.1 การวิเคราะห์ข้อมูลระดับนักเรียน (Within-class analysis)

3.1.1 การวิเคราะห์โมเดลว่าง (Null model)

3.1.2 การวิเคราะห์โมเดลอย่างง่าย (Simple model)

3.2 การวิเคราะห์ข้อมูลระดับห้องเรียน (Between-class analysis)

6. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติที่ใช้ในการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อใช้ในการประมาณค่าเฉลี่ยของประชากร โดยใช้สูตรการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น ในระดับความเชื่อมั่นที่ .95 (มยุรี ศรีชัย. 2538: 105)

$$\text{จากสูตร} \quad n = \frac{\sum_{g=1}^K \frac{N_g^2 \sigma_g^2}{w_g}}{\frac{N^2 e^2}{4} + \sum_{g=1}^K N_g \sigma_g^2}$$

เมื่อ	n	แทน	ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสม
	N	แทน	ขนาดของประชากร ในที่นี้ 57,077 คน
	K	แทน	จำนวนชั้นที่ประชากรถูกแบ่งออก
	N_g	แทน	จำนวนสมาชิกของประชากรในชั้นที่ g
	σ^2	แทน	ค่าความแปรปรวนของประชากรชั้นที่ g
	W_g	แทน	อัตราส่วนของจำนวนสมาชิกของชั้นที่ g
	e	แทน	ความคลาดเคลื่อนของการสุ่ม

2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ

2.1 การหาความเที่ยงตรงเชิงพินิจของแบบสอบถาม โดยหาดัชนีความสอดคล้อง (IOC) โดยใช้สูตรของโรวินลลีและแฮมเบลตัน (บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์. 2545: 175)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC แทน ดัชนีความสอดคล้อง

$$\frac{\sum R}{N} \text{ แทน ผลรวมของการพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด} \\ N \text{ แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญ}$$

2.2 การวิเคราะห์ข้อคำถามรายข้อ (Item Analysis) เพื่อหาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) ของแบบสอบถาม โดยใช้สูตรสหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) (บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์. 2545: 84)

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n \sum X^2 - (\sum X)^2][n \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

เมื่อ	r_{xy}	แทน	ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ
	X	แทน	คะแนนรายข้อของแบบสอบถาม
	Y	แทน	คะแนนรวมของข้ออื่นๆ ที่เหลือทุกข้อ
	n	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

2.3 หาความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha - coefficient) ของครอนบัค (บุญเชิด ภิญญอนันตพงษ์. 2545: 220)

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right]$$

เมื่อ	α	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม
	K	แทน	จำนวนข้อของแบบสอบถาม
	$\sum S_i^2$	แทน	ผลรวมของความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ
	S_t^2	แทน	คะแนนความแปรปรวนของคะแนนแบบสอบถาม ทั้งฉบับ

3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

3.1 ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S) และค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.)

3.2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย (Simple correlation coefficient) โดยใช้สูตรสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson product-moment correlation coefficient) (บุญเชิด ภิญญอนันตพงษ์. 2545: 166)

$$r_{xy} = \frac{n\sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{[n\sum X^2 - (\sum X)^2][n\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

เมื่อ	r_{xy}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
	$\sum X$	แทน	ผลรวมของคะแนน X
	$\sum Y$	แทน	ผลรวมของคะแนน Y
	$\sum X^2$	แทน	ผลรวมของคะแนน X แต่ละตัวยกกำลังสอง
	$\sum Y^2$	แทน	ผลรวมของคะแนน Y แต่ละตัวยกกำลังสอง
	$\sum XY$	แทน	ผลรวมของผลคูณ X กับ Y ทุกคู่

n แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

3.3 ทดสอบความมีนัยสำคัญของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ โดยใช้ t-test

(ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2544: 317)

$$t = r \frac{\sqrt{N-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

เมื่อ	t	แทน	ค่าการแจกแจงแบบที
	r	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
	N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

3.4 การทดสอบความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงของสมการถดถอย โดยใช้สูตร

(ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2540: 349)

$$F = \frac{MS_{reg}}{MS_{res}}$$

เมื่อ	F	แทน	ค่าการแจกแจงของเอฟ
	MS_{reg}	แทน	ความแปรปรวนของการถดถอย
	MS_{res}	แทน	ความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อน
	$df_1=k$		
	$df_2=N-k-1$		

3.5 ค่าสัมประสิทธิ์การทำนาย (Coefficient of determination) หรือค่าสัมประสิทธิ์ของการวัดร่วมกันที่คำนวณได้จากผลการวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมเอชแอลเอ็มดังนี้ (Snijders; & Bosker. 1999: 102-103)

Balance Model

$$\text{Model A} \quad Y_{ij} = \beta_0 + U_{0j} + E_{ij}$$

$$\text{Model B} \quad Y_{ij} = \beta_0 + \beta_1(x_{ij} - \bar{x}_{.j}) + \beta_2 \bar{x}_{.j} + U_{0j} + E_{ij}$$

$$3.5.1 \quad R_1^2 = 1 - \frac{\text{var}(Y_{ij} - \sum_h \gamma_h X_{hj})}{\text{var}(Y_{ij})}$$

$$\text{โดยที่ } \text{var} \left(Y_{ij} - \sum_h \gamma_h X_{hj} \right) = \sigma_1^2 + \tau_{01}^2$$

$$\text{var}(Y_{ij}) = \sigma^2; \sigma^2 = \sigma^2 + \tau_{00}^2$$

เมื่อ	R_1^2	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การวัดร่วมกันในระดับนักเรียน
	σ_1^2	แทน	ความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนใน Simple Model
	τ_{01}^2	แทน	ความแปรปรวนของตัวคงที่ใน Simple Model
	σ_0^2	แทน	ความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนใน Empty Model
	τ_{00}^2	แทน	ความแปรปรวนของตัวคงที่ใน Empty Model

$$3.5.2 \quad R_2^2 = 1 - \frac{\text{var}(\bar{Y}_{ij} - \sum_h \gamma_h \bar{X}_{hij})}{\text{var}(\bar{Y}_{ij})}$$

$$\text{โดยที่ } \text{var}(\bar{Y}_{ij} - \sum_h \gamma_h \bar{X}_{hij}) = \frac{\sigma_2^2}{n_j} + \tau_{02}^2$$

$$\text{var}(\bar{Y}_{ij}) = \frac{\sigma_0^2}{n_j} + \tau_{00}^2$$

เมื่อ	R_2^2	แทน	สัมประสิทธิ์การวัดร่วมกันในระดับห้องเรียน
	σ_2^2	แทน	ความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนใน Hypothetical Model
n_j	แทน	จำนวนนักเรียนโดยเฉลี่ยของแต่ละห้อง (group size) หาได้จาก	
	สูตร	$n_j = \frac{\text{จำนวนนักเรียนทั้งหมด}}{\text{จำนวนห้องเรียนทั้งหมด}}$	
	τ_{02}^2	แทน	ความแปรปรวนของตัวคงที่ ใน Hypothetical Model

3.6 หาตัวแปรที่สัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้วยการวิเคราะห์พหุระดับ (Multilevel Analysis) เทคนิคเอชแอลเอ็ม (HLM) สามารถคำนวณจากโปรแกรมสำเร็จรูป HLM (Hierarchical Linear Model) Version 6.0 Student Edition for Windows

3.6.1 วิเคราะห์ระดับนักเรียน (Micro level หรือ within-class analysis)

3.6.1.1 วิเคราะห์โมเดลว่าง (Null Model)

โมเดลภายในหน่วย (within unit model)

$$Y_{ij} = b_{0i} + e_{ij}$$

โมเดลระหว่างหน่วย (between unit model)

$$b_{0i} = \gamma_{00} + u_{0i}$$

เมื่อ y_{ij} แทน คะแนนตัวแปรตามด้านการมองโลกในแง่ดี

b_{0i} แทน ค่าคงที่ของตัวแปรระดับนักเรียน

γ_{00} แทน ค่าคงที่ของ b_{0i}

e_{ij} แทน ค่าความคลาดเคลื่อนระดับนักเรียน

u_{0i} แทน ค่าความคลาดเคลื่อนระดับห้องเรียน

โดยที่ $e, u \sim N(0, \sigma_1^2)$

3.6.1.2 วิเคราะห์โมเดลอย่างง่าย (Simple model)

โมเดลภายในหน่วย (within unit model)

$$Y_{ij} = b_0 + b_1(SESTE) + b_2(FUTRE) + b_3(RESO) + e_{ij}$$

โมเดลระหว่างหน่วย (between unit model)

$$b_0 = \gamma_{00} + u_0$$

$$b_1 = \gamma_{10} + u_1$$

$$b_2 = \gamma_{20} + u_2$$

$$b_3 = \gamma_{30} + u_3$$

เมื่อ

Y_{ij} แทน คะแนนตัวแปรตามการมองโลกในแง่ดี

SESTE แทน คะแนนตัวพยากรณ์ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง

FUTRE แทน คะแนนตัวพยากรณ์ด้านลักษณะมุ่งอนาคต

RESO แทน คะแนนตัวพยากรณ์ด้านการอบรมเลี้ยงดูแบบ
ใช้เหตุผล

b_0 แทน ค่าคงที่ระดับนักเรียน

b_1 แทน ค่าน้ำหนักความสำคัญของ SESTE

b_2 แทน ค่าน้ำหนักความสำคัญของ FUTRE

b_3 แทน ค่าน้ำหนักความสำคัญของ RESO

γ_{00} แทน ค่าคงที่ของ b_0

γ_{10} แทน ค่าคงที่ของ b_1

γ_{20}	แทน ค่าคงที่ของ b_2
γ_{30}	แทน ค่าคงที่ของ b_3
e_{ij}	แทน ค่าความคลาดเคลื่อนระดับนักเรียน
u_0	แทน ค่าความคลาดเคลื่อนของ b_0
u_1	แทน ค่าความคลาดเคลื่อนของ b_1
u_2	แทน ค่าความคลาดเคลื่อนของ b_2
u_3	แทน ค่าความคลาดเคลื่อนของ b_3

โดยที่ $e, u \sim N(0, \sigma_j^2)$

3.6.2 วิเคราะห์ระดับห้องเรียน (Macro level หรือ Between-class)

โมเดลภายในหน่วย (within unit model)

$$Y_{ij} = b_0 + b_1(SESTE) + b_2(FUTRE) + b_3(RESO) + e_{ij}$$

โมเดลระหว่างหน่วย (between unit model)

$$b_0 = \gamma_{00} + \gamma_{01}(CLIM) + \gamma_{02}(CHTD) + u_0$$

$$b_1 = \gamma_{10} + \gamma_{11}(CLIM) + \gamma_{12}(CHTD) + u_1$$

$$b_2 = \gamma_{20} + \gamma_{21}(CLIM) + \gamma_{22}(CHTD) + u_2$$

$$b_3 = \gamma_{30} + \gamma_{31}(CLIM) + \gamma_{32}(CHTD) + u_3$$

เมื่อ

Y_{ij}	แทน คะแนนตัวแปรตามการมองโลกในแง่ดี
CLIM	แทน คะแนนตัวพยากรณ์ด้านบรรยากาศในชั้นเรียน
CHTD	แทน คะแนนตัวพยากรณ์ด้านการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
b_0	แทน ค่าคงที่ระดับนักเรียน
b_1	แทน ค่าน้ำหนักความสำคัญของ SESTE
b_2	แทน ค่าน้ำหนักความสำคัญของ FUTRE
b_3	แทน ค่าน้ำหนักความสำคัญของ RESO
γ_{00}	แทน ค่าคงที่ของ b_0
γ_{10}	แทน ค่าคงที่ของ b_1
γ_{20}	แทน ค่าคงที่ของ b_2
γ_{30}	แทน ค่าคงที่ของ b_3

γ_{11}	แทน ค่าน้ำหนักความสำคัญของ CLIM ที่ส่งผลต่อ b_1
γ_{12}	แทน ค่าน้ำหนักความสำคัญของ CHTD ที่ส่งผลต่อ b_1
γ_{21}	แทน ค่าน้ำหนักความสำคัญของ CLIM ที่ส่งผลต่อ b_2
γ_{22}	แทน ค่าน้ำหนักความสำคัญของ CHTD ที่ส่งผลต่อ b_2
γ_{31}	แทน ค่าน้ำหนักความสำคัญของ CLIM ที่ส่งผลต่อ b_3
γ_{32}	แทน ค่าน้ำหนักความสำคัญของ CHTD ที่ส่งผลต่อ b_3
e_{ij}	แทน ค่าความคลาดเคลื่อนระดับนักเรียนในการทำนาย Y_{ij}
u_0	แทน ค่าความคลาดเคลื่อนของ b_0
u_1	แทน ค่าความคลาดเคลื่อนของ b_1
u_2	แทน ค่าความคลาดเคลื่อนของ b_2
u_3	แทน ค่าความคลาดเคลื่อนของ b_3

โดยที่ $e, u \sim N(0, \sigma_j^2)$

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันในการแปลความหมายของผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการแปลผลดังนี้

K	แทน	จำนวนข้อ
N	แทน	จำนวนตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	คะแนนเฉลี่ย
S	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
C.V.	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย
SESTE	แทน	การเห็นคุณค่าในตนเอง
FUTRE	แทน	ลักษณะมุ่งอนาคต
RESO	แทน	การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล
CLIM	แทน	บรรยากาศในชั้นเรียน
CHTD	แทน	การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
OPT	แทน	การมองโลกในแง่ดี
SE	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการวัด
t	แทน	ค่าสถิติในการแจกแจงแบบที
F	แทน	ค่าสถิติในการแจกแจงแบบเอฟ
χ^2	แทน	ค่าสถิติในการแจกแจงแบบไค-สแควร์ (Chi-square)
df	แทน	ชั้นของความเป็นอิสระ (Degrees of freedom)
σ_0^2	แทน	ค่าความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนภายในหน่วย (within unit error variance) จากการวิเคราะห์โมเดลว่าง (Null model)

σ_1^2	แทน	ค่าความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนภายในหน่วย (within unit error variance) จากการวิเคราะห์โมเดลอย่างง่าย (Simple model)
σ_2^2	แทน	ค่าความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนภายในหน่วย (within unit error variance) จากการวิเคราะห์โมเดลสมมติฐาน (Hypothetical model)
R_1^2	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การวัดร่วมกันในระดับนักเรียน
R_2^2	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การวัดร่วมกันในระดับห้องเรียน
b_{oj}	แทน	ค่าคงที่ (intercept) หรือค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดี
b_{1j}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อ การมองโลกในแง่ดี
b_{2j}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของลักษณะมุ่งอนาคตที่ส่งผลต่อ การมองโลกในแง่ดี
b_{3j}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี
γ_{01}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของบรรยาภาศในชั้นเรียนที่ส่งผลต่อ b_{oj}
γ_{02}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียน เป็นสำคัญที่ส่งผลต่อ b_{oj}
γ_{11}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของบรรยาภาศในชั้นเรียนที่ส่งผลต่อ b_{1j}
γ_{12}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียน เป็นสำคัญที่ส่งผลต่อ b_{1j}
γ_{21}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของบรรยาภาศในชั้นเรียนที่ส่งผลต่อ b_{2j}
γ_{22}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียน เป็นสำคัญที่ส่งผลต่อ b_{2j}
*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
**	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์พระระดับในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับดังต่อไปนี้

1. ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์การกระจายของตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ส่วนตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ และตัวแปรตาม คือ การมองโลกในแง่ดี

2. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน กับการมองโลกในแง่ดี ดังนี้

2.1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล กับการมองโลกในแง่ดี

2.2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ กับค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน

3. การวิเคราะห์พระระดับ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ และค้นหาตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี ขั้นตอนการวิเคราะห์มีดังนี้

3.1 การวิเคราะห์ระดับนักเรียน (Micro level หรือ Within-class analysis)

3.1.1 การวิเคราะห์โมเดลว่าง (Null model)

3.1.2 การวิเคราะห์โมเดลอย่างง่าย (Simple model)

3.2 การวิเคราะห์ระดับห้องเรียน (Macro level หรือ Between-class analysis)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีดังต่อไปนี้

1. ค่าสถิติพื้นฐาน ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์การกระจายของตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ส่วนตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ และตัวแปรตาม คือ การมองโลกในแง่ดี ดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3 ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน และการมองโลกในแง่ดี

ตัวแปร	N	K	$\bar{X}$	S	C.V. (%)	การแปล ความหมาย
ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน						
การเห็นคุณค่าในตนเอง (SESTE)	1,390	15	55.27	7.62	13.79	ค่อนข้างสูง
ลักษณะมุ่งอนาคต (FUTRE)	1,390	15	56.61	8.02	14.17	ค่อนข้างสูง
การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล (RESO)	1,390	15	55.81	8.07	14.46	ค่อนข้างสูง
ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน						
บรรยากาศในชั้นเรียน (CLIM)	90	15	56.16	7.99	14.23	ค่อนข้างดี
การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้น ผู้เรียนเป็นสำคัญ (CHTD)	90	15	58.06	7.98	13.74	ค่อนข้างมาก
ตัวแปรตาม						
การมองโลกในแง่ดี (OPT)	1,390	45	160.74	15.99	9.95	ค่อนข้างสูง

จากตาราง 3 เมื่อพิจารณาตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ซึ่งคำนวณจากกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร จำนวน 1,390 คน ผลปรากฏว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ของนักเรียนมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 55.27, 56.61 และ 55.81 ตามลำดับ แสดงว่า นักเรียนมีการเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลอยู่ในระดับค่อนข้างสูง สำหรับค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของตัวแปรอิสระระดับนักเรียนมีค่าอยู่ในระหว่าง 13.79 -14.46 แสดงว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลของนักเรียนมีการกระจายมากที่สุด รองลงมาคือ ลักษณะมุ่งอนาคต และการเห็นคุณค่าในตนเอง มีการกระจายน้อยที่สุด

เมื่อพิจารณาตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ซึ่งคำนวณจากนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ค่าเฉลี่ยรายห้องเรียน จำนวน 90 ห้องเรียน ผลปรากฏว่า บรรยากาศในชั้นเรียนและการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 56.16 และ 58.06 ตามลำดับ แสดงว่า บรรยากาศในชั้นเรียนอยู่ในระดับค่อนข้างดี และนักเรียนได้รับการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญอยู่ในระดับค่อนข้างมาก สำหรับค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของบรรยากาศใน

ชั้นเรียนและการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีค่าเท่ากับ 14.23 และ 13.74 ตามลำดับ แสดงว่า บรรยากาศในชั้นเรียนมีการกระจายมากกว่าการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

เมื่อพิจารณาตัวแปรตาม คือ การมองโลกในแง่ดี ซึ่งคำนวณจากกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร จำนวน 1,390 คน ผลปรากฏว่า การมองโลกในแง่ดีของนักเรียนมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 160.74 แสดงว่า นักเรียนมีการมองโลกในแง่ดีอยู่ในระดับค่อนข้างสูง

2. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนกับการมองโลกในแง่ดี ดังนี้

2.1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง (SESTE) ลักษณะมุ่งอนาคต (FUTRE) และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล (RESO) กับการมองโลกในแง่ดี (OPT) ซึ่งคำนวณจากนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 1,390 คน ดังแสดงในตาราง 4

ตาราง 4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน กับการมองโลกในแง่ดี

ตัวแปร		ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน			ตัวแปรตาม
		SESTE	FUTRE	RESO	OPT
ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน	SESTE	1.000	0.422**	0.466**	0.526**
	FUTRE		1.000	0.632**	0.564**
	RESO			1.000	0.528**
ตัวแปรตาม	OPT				1.000

** $p < .01$

จากตาราง 4 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียนแต่ละตัว กับการมองโลกในแง่ดี ผลปรากฏว่า ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล มีความสัมพันธ์ทางบวก กับการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า โดยที่ลักษณะมุ่งอนาคต

มีความสัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดีมากที่สุด ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.564 ส่วนการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล และการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดีเป็นอันดับรองลงมาตามลำดับ ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.528 และ 0.526 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ผลปรากฏว่า ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.422-0.632 ซึ่งมีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า โดยที่ลักษณะมุ่งอนาคตกับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลมีความสัมพันธ์กันมากที่สุด ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.632 ส่วนการเห็นคุณค่าในตนเองกับลักษณะมุ่งอนาคตมีความสัมพันธ์กันน้อยที่สุด ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.422

2.2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน (CLIM) การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ (CHTD) กับค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน (MOPT) ซึ่งคำนวณจากนักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ค่าเฉลี่ยรายห้องเรียน จำนวน 90 ห้องเรียน ดังแสดงในตาราง 5

ตาราง 5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน กับค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดี

ตัวแปร		ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน		ตัวแปรตาม
		CLIM	CHTD	MOPT
ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน	CLIM	1.000	0.671**	0.447**
	CHTD		1.000	0.467**
ตัวแปรตาม	MOPT			1.000

** $p < .01$

จากตาราง 5 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนแต่ละตัว กับค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน ผลปรากฏว่า ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า โดยที่การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีความสัมพันธ์กับค่าเฉลี่ย

การมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.467 มากกว่าบรรยากาศในชั้นเรียน ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.447

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ผลปรากฏว่า บรรยากาศในชั้นเรียนกับการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญมีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.671

3. การวิเคราะห์หุระดับ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์และค้นหาตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ ตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

3.1 การวิเคราะห์หุระดับนักเรียน (Micro level หรือ Within-class analysis) มีขั้นตอนการวิเคราะห์ 2 ขั้นตอน ดังนี้

3.1.1 การวิเคราะห์โมเดลว่าง (Null model) เป็นการวิเคราะห์ขั้นแรก เพื่อให้เห็นภาพรวมของตัวแปรตาม ได้แก่ การมองโลกในแง่ดีของนักเรียนแต่ละห้อง โดยไม่มีตัวแปรอิสระใดๆ เข้ามาร่วมพิจารณา และเพื่อตรวจสอบว่าการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนแต่ละห้องมีความแปรปรวนภายในห้องเรียน และระหว่างห้องเรียนเพียงพอที่จะวิเคราะห์หาตัวแปรอิสระที่มีผลต่อตัวแปรตาม ขึ้นต่อไปหรือไม่ ดังแสดงในตาราง 6

ตาราง 6 ผลการทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) และอิทธิพลสุ่ม (Random effects) ของการมองโลกในแง่ดี จากการวิเคราะห์โมเดลว่าง (Null model)

ตัวแปรตาม	Fixed effects			Random effects		
	Coefficient	SE	t	Variance component	df	χ^2
Intercept ; b_{oj}	160.635	0.587	273.542**	15.730	89	179.025**
Level 1 error ; $\sigma_0^2 = 240.337$						

** $p < .01$

จากตาราง 6 ผลการวิเคราะห์โมเดลว่าง (Null model) เมื่อพิจารณาผลการทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) พบว่า ค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน (b_{oj}) มีค่าเท่ากับ

160.635 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า ภายในห้องเรียนแต่ละห้องเรียน นักเรียนมีการมองโลกในแง่ดีแตกต่างกัน

เมื่อพิจารณาผลการทดสอบอิทธิพลสุ่ม (Random effects) พบว่า ค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน (b_{0j}) มีค่าของส่วนประกอบความแปรปรวน (Variance component) เท่ากับ 15.730 ซึ่งมีความแปรปรวนระหว่างห้องเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า มีตัวแปรอิสระต่างๆ ที่เกี่ยวข้องคือ ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ซึ่งส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียน ดังนั้นจึงต้องทำการวิเคราะห์ในขั้นที่ 2 คือ การวิเคราะห์โมเดลอย่างง่าย (Simple model) เพื่อทดสอบผลของตัวแปรอิสระระดับนักเรียนต่อไป

3.1.2 ผลการวิเคราะห์โมเดลอย่างง่าย (Simple model) เป็นการวิเคราะห์โดยนำตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล เข้ามาวิเคราะห์ร่วมกับตัวแปรการมองโลกในแง่ดี เพื่อทดสอบว่าตัวแปรอิสระเหล่านั้นส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนหรือไม่ และเพื่อทดสอบว่าการมองโลกในแง่ดีของนักเรียน และตัวแปรอิสระเหล่านั้นยังมีความแปรปรวนระหว่างห้องเรียนเพียงพอในการนำไปวิเคราะห์ผลของตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนในขั้นต่อไปหรือไม่ ดังแสดงในตาราง 7

ตาราง 7 ผลการทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) และอิทธิพลสุ่ม (Random effects) ของตัวแปรระดับนักเรียน จากการวิเคราะห์โมเดลอย่างง่าย

ตัวแปร ระดับนักเรียน	Fixed effects			Random effects		
	Coefficient	SE	t	Variance component	df	χ^2
Intercept ; b_{0j}	160.586	0.589	272.623**	23.365	89	342.164**
SESTE slope ; b_{1j}	0.708	0.058	12.267**	0.079	89	116.202*
FUTRE slope ; b_{2j}	0.543	0.063	8.515**	0.113	89	127.188**
RESO slope ; b_{3j}	0.328	0.057	5.727**	0.033	89	99.187
Level 1 error ; $\sigma_1^2 = 125.798$						
$R_1^2 = 0.438$	$R_1 = 0.662$			F = 359.908**		

** p < .01, * p < .05

จากตาราง 7 ผลการวิเคราะห์โมเดลอย่างง่าย (Simple model) เมื่อพิจารณาผลการทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) พบว่า ค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน (b_{0j}) มีค่าเท่ากับ 160.586 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเอง (b_{1j}) ลักษณะมุ่งอนาคต (b_{2j}) และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล (b_{3j}) มีค่าเท่ากับ 0.708, 0.543 และ 0.328 ตามลำดับ ซึ่งมีผลทางบวกต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิเคราะห์ข้างต้น แสดงว่า นักเรียนในแต่ละห้องเรียนมีการมองโลกในแง่ดีแตกต่างกัน เนื่องจากผลของตัวแปรอิสระระดับนักเรียนทั้ง 3 ตัว ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล

ทั้งนี้ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียนทั้ง 3 ตัว กับการมองโลกในแง่ดี มีค่าเท่ากับ 0.662 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนได้ร้อยละ 43.8 ($R_1^2 = 0.438$)

เมื่อพิจารณาผลการทดสอบอิทธิพลสุ่ม (Random effects) พบว่า ค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน มีค่าความแปรปรวนระหว่างห้องเรียนเท่ากับ 23.365 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของลักษณะมุ่งอนาคตที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีมีค่าส่วนประกอบความแปรปรวนเท่ากับ 0.113 ซึ่งมีความแปรปรวนระหว่างห้องเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี มีค่าความแปรปรวนเท่ากับ 0.079 ซึ่งมีความแปรปรวนระหว่างห้องเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี มีค่าความแปรปรวนเท่ากับ 0.033 ซึ่งมีความแปรปรวนระหว่างห้องเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการวิเคราะห์ดังกล่าว แสดงว่า มีตัวแปรอิสระอื่นๆ ในระดับสูงกว่าระดับนักเรียน ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียน และส่งผลต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของลักษณะมุ่งอนาคต และการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี

ดังนั้น จึงต้องทำการวิเคราะห์ระดับห้องเรียน (Macro level) โดยให้ค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน (b_{0j}) และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเอง (b_{1j}) และลักษณะมุ่งอนาคต (b_{2j}) ที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรตามในการวิเคราะห์ระดับ

ห้องเรียน เพื่อทดสอบผลของตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ว่าส่งผลต่อตัวแปรระดับนักเรียนอย่างไร

4.2 การวิเคราะห์ระดับห้องเรียน (Macro level หรือ Between-class analysis) เป็นการวิเคราะห์โมเดลตามสมมติฐาน (Hypothetical model) โดยการนำตัวแปรอิสระระดับนักเรียนที่ผ่านการวิเคราะห์และพิจารณาว่าเหมาะสมจากการวิเคราะห์ระดับนักเรียน ได้แก่ ค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน (b_{0j}) และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเอง (b_{1j}) และลักษณะมุ่งอนาคต (b_{2j}) ที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี มาวิเคราะห์ร่วมกับตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ เพื่อตรวจสอบผลของตัวแปรระดับห้องเรียนที่มีต่อตัวแปรระดับนักเรียน ดังแสดงในตาราง 8

ตาราง 8 ผลการทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) และอิทธิพลสุ่ม (Random effects) ของตัวแปรระดับห้องเรียน จากการวิเคราะห์ระดับห้องเรียน (Between-class analysis)

ตัวแปร ระดับห้องเรียน	Fixed effects			Random effects		
	Coefficient	SE	t	Variance componen t	df	χ^2
สำหรับ Intercept ; b_{0j}	136.269	4.588	29.702**	16.166	87	263.035**
CLIM slope ; γ_{01}	0.032	0.020	1.618			
CHTD slope ; γ_{02}	-0.004	0.020	-0.180			
สำหรับ SESTE slope ; b_{1j}	0.126	0.389	0.324	0.040	87	96.334
CLIM slope ; γ_{11}	0.008	0.002	3.802**			
CHTD slope ; γ_{12}	0.007	0.002	3.368**			
สำหรับ FUTRE slope ; b_{2j}	0.592	0.555	1.066	0.134	87	128.658**
CLIM slope ; γ_{21}	-0.002	0.002	-0.940			
CHTD slope ; γ_{22}	0.002	0.002	0.922			
Level 1 error ; $\sigma_2^2 = 125.037$						
$R_2^2 = 0.251$	$R_2 = 0.501$		F = 232.463**			

** p < .01

จากตาราง 8 ผลการวิเคราะห์ระดับห้องเรียน (Macro level) เมื่อใช้ค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน (b_{0j}) เป็นตัวแปรตาม เพื่อตรวจสอบผลของตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ผลการทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) พบว่า ค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน มีค่าเท่ากับ 136.269 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของบรรยากาศในชั้นเรียน (γ_{01}) มีค่าเท่ากับ 0.032 ซึ่งส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ (γ_{02}) มีค่าเท่ากับ -0.004 ซึ่งส่งผลทางลบต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า บรรยากาศในชั้นเรียนและการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ไม่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียน

สำหรับอิทธิพลสุ่ม (Random effects) พบว่า ค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน มีค่าส่วนประกอบความแปรปรวนเท่ากับ 16.166 ซึ่งมีความแปรปรวนระหว่างห้องเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า ยังมีตัวแปรอิสระอื่นๆ ในระดับที่สูงกว่าระดับห้องเรียน ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียน

เมื่อใช้ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเอง (b_{1j}) ที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรตาม ผลการทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) พบว่า ค่าเฉลี่ยของสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีแต่ละห้องเรียน มีค่าเท่ากับ 0.126 ซึ่งไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของบรรยากาศในชั้นเรียน (γ_{11}) มีค่าเท่ากับ 0.008 ซึ่งส่งผลทางบวกต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ (γ_{12}) มีค่าเท่ากับ 0.007 ซึ่งส่งผลต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า บรรยากาศในชั้นเรียนและการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ส่งผลต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี

สำหรับอิทธิพลสุ่ม (Random effects) พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีมีค่าส่วนประกอบความแปรปรวนเท่ากับ 0.040 ซึ่งมีความแปรปรวนระหว่างห้องเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ไม่มีตัวแปรอิสระอื่นๆ ในระดับที่สูงกว่าระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเอง ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี

เมื่อใช้ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของลักษณะมุงอนาคต (b_{2j}) ที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีเป็นตัวแปรตาม ผลการทดสอบอิทธิพลคงที่ (Fixed effects) พบว่า ค่าเฉลี่ยของสัมประสิทธิ์การถดถอยของลักษณะมุงอนาคตที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีแต่ละห้องเรียน มีค่าเท่ากับ 0.592 ซึ่งไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของบรรยากาศในชั้นเรียน (γ_{21}) มีค่าเท่ากับ -0.002 ซึ่งส่งผลทางลบต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของลักษณะมุงอนาคตที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ (γ_{22}) มีค่าเท่ากับ 0.002 ซึ่งส่งผลต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของลักษณะมุงอนาคตที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า บรรยากาศในชั้นเรียนและการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญไม่ส่งผลต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของลักษณะมุงอนาคตที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี

สำหรับอิทธิพลสุ่ม (Random effects) พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของลักษณะมุงอนาคตที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีมีค่าส่วนประกอบความแปรปรวนเท่ากับ 0.134 ซึ่งมีความแปรปรวนระหว่างห้องเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่ามีตัวแปรอิสระอื่นๆ ในระดับที่สูงกว่าระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของลักษณะมุงอนาคตส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี

ทั้งนี้ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนทั้ง 2 ตัว กับ การมองโลกในแง่ดี มีค่าเท่ากับ 0.501 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนได้ร้อยละ 25.1 ($R_2^2 = 0.251$)

จากผลการวิเคราะห์พหุระดับ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์และค้นหาตัวแปรอิสระระดับนักเรียนและระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี สรุปได้ว่า

1. ผลการวิเคราะห์ระดับนักเรียน

1.1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียนทั้ง 3 ตัว กับ การมองโลกในแง่ดี มีค่าเท่ากับ 0.662 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 แสดงว่า ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุงอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนได้ร้อยละ 43.8

1.2 ตัวแปรระดับนักเรียนที่ส่งผลทางบวกต่อการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุงอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล

2. ผลการวิเคราะห์ระดับห้องเรียน พบว่า

2.1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนทั้ง 2 ตัว กับ การมองโลกในแง่ดี มีค่าเท่ากับ 0.501 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนได้ร้อยละ 25.1

2.2 ตัวแปรระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ไม่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี แต่บรรยากาศในชั้นเรียนและการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญส่งผลต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญกับการมองโลกในแง่ดี ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เรียนอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2549 ของโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กรุงเทพมหานคร เขต 2 จำนวน 12 โรงเรียน จำนวนนักเรียน 1,390 คน จำนวนห้องเรียน 90 ห้องเรียน ซึ่งผู้วิจัยได้มาโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi - Stage Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม 6 ฉบับ ได้แก่ แบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี จำนวน 45 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก (r) ระหว่าง 0.234 - 0.606 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.918 แบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง จำนวน 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.833 แบบสอบถามวัดลักษณะมุ่งอนาคต จำนวน 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.817 แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล จำนวน 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.852 แบบสอบถามวัดบรรยากาศในชั้นเรียน จำนวน 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.859 และแบบสอบถามวัดการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ จำนวน 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.885

สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows version 13.0 และโปรแกรมสำเร็จรูป HLM (Hierarchical Linear Model) Version 6.0 Student Edition for Windows ซึ่งมีรูปแบบการวิเคราะห์ 2 ระดับ ได้แก่ ระดับนักเรียน และระดับห้องเรียน โดยระดับที่ 1 เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลระดับนักเรียน (Within-class analysis) ประกอบด้วย การวิเคราะห์โมเดลว่าง (Null model) และการวิเคราะห์โมเดลอย่างง่าย (Simple model) และการวิเคราะห์ระดับที่ 2 เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลระดับห้องเรียน (Between-class analysis)

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนกับการมองโลกในแง่ดี จำแนกการวิเคราะห์ดังนี้

1.1 ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียนกับการมองโลกในแง่ดี

1.2 ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนกับการมองโลกในแง่ดี

2. เพื่อค้นหาตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี จำแนกการวิเคราะห์ดังนี้

2.1 ตัวแปรอิสระระดับนักเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี

2.2 ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี

สรุปผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อประมาณค่าเฉลี่ยประชากรของตัวแปร การศึกษาความสัมพันธ์ การค้นหาตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี พบว่า

การประมาณค่าเฉลี่ยของตัวแปรอิสระระดับนักเรียน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล อยู่ในระดับค่อนข้างสูง โดยเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยพบว่ามีความเท่ากับ 55.27, 56.61 และ 55.81 ตามลำดับ ส่วนตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความเห็นว่าบรรยากาศในชั้นเรียน อยู่ในระดับค่อนข้างดี และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ อยู่ในระดับค่อนข้างมาก โดยเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยพบว่ามีความเท่ากับ 56.16 และ 58.06 ตามลำดับ สำหรับการมองโลกในแง่ดี ซึ่งเป็นตัวแปรตาม พบว่า มีค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 160.74 ซึ่งอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ส่วนการวิเคราะห์ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน สรุปผลได้ดังนี้

จากการวิเคราะห์หุระดับเพื่อศึกษาความสัมพันธ์และค้นหาตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี สรุปได้ว่า

1. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนกับการมองโลกในแง่ดี พบว่า

1.1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรอิสระระดับนักเรียนทั้ง 3 ตัว กับการมองโลกในแง่ดี มีค่าเท่ากับ 0.662 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของการมองโลกในแง่ดีของนักเรียนได้ร้อยละ 43.8 โดยที่ลักษณะ

มุ่งอนาคต กับมุมมองโลกในแง่ดี มีความสัมพันธ์กันสูงที่สุด รองลงมาคือ การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล และการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.564, 0.528 และ 0.526 ตามลำดับ

1.2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนทั้ง 2 ตัว กับมุมมองโลกในแง่ดี มีค่าเท่ากับ 0.501 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่า ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของมุมมองโลกในแง่ดีของนักเรียนได้ร้อยละ 25.1 โดยที่การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีความสัมพันธ์กับค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียนมากกว่าบรรยากาศในชั้นเรียน โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.467 และ 0.4477 ตามลำดับ

2. ผลการวิเคราะห์เพื่อค้นหาตัวแปรอิสระระดับนักเรียน และตัวแปรอิสระระดับห้องเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี พบว่า

2.1 ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ส่งผลทางบวกต่อการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.2 ตัวแปรระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ไม่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวแปรอิสระระดับนักเรียน คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่า ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญส่งผลต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

ผลการวิจัยในครั้งนี้อภิปรายได้ดังนี้

1. ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล มีความสัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และตัวแปรอิสระระดับนักเรียนทุกตัวส่งผลทางบวกต่อการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากผลการวิจัยข้างต้นอภิปรายได้ว่า การมองโลกในแง่ดีซึ่งเป็นคุณลักษณะที่สำคัญที่ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนมองสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในทางบวก เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ได้เลวร้าย และมีทางแก้ไขได้ สามารถปรับตัวตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้เหมาะสม มีความสามารถในการต่อสู้อุปสรรคโดยไม่ย่อท้อหรือเลี้ยวหนี และเป็นผู้ที่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจนั้น มีความเกี่ยวข้องกับตัวแปรอิสระระดับนักเรียนที่

นำมาศึกษา กล่าวคือ การพัฒนาให้นักเรียนเกิดการมองโลกในแง่ดีนั้นจะต้องส่งเสริมให้นักเรียนมีการเห็นคุณค่าในตนเอง มีลักษณะมุ่งอนาคต และอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลกับนักเรียน

ซึ่งจากการวิจัยที่พบว่า ตัวแปรอิสระที่นำมาศึกษานั้นส่งผลทางบวกต่อการมองโลกในแง่ดี มีความสอดคล้องกับแนวคิดและงานวิจัยของบุคคลต่างๆ ดังต่อไปนี้

ตัวแปรการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่พบว่าส่งผลทางบวกต่อการมองโลกในแง่ดีนั้นมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ ไฮโนเนน และคณะ (Heinonen; et al. 2005: online) ซึ่งพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองในวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับรูปแบบการอธิบายตนเองเพื่อการมองโลกในแง่ดีและการมองโลกในแง่ร้ายในวัยรุ่น และสอดคล้องกับงานวิจัยของ มาคิกากาส และคณะ (Makikangas; et al. 2004: online) ผลของการวิเคราะห์ห้องศ์ประกอบ (Confirmatory Factor Analysis : CFA) ปรากฏว่า การเห็นคุณค่าในตนเองและการมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์กันสูง และคล้ายคลึงกับงานวิจัยของ ฟอนแทน และโจนส์ (Fontaine; & Jones. 1997: 59-63) เชียร์ และคณะ (Scheier; et al. 1994: 1063-1078) เชียร์ และคาร์เวอร์ (Scheier; & Carver. 1985: 219-247) ที่ผลการวิจัยพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดี

ตัวแปรลักษณะมุ่งอนาคต และตัวแปรการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ที่พบว่าส่งผลทางบวกต่อการมองโลกในแง่ดีนั้นมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ เนอร์มี (เนตรชนก พุ่มพวง. 2546: 19; อ้างอิงจาก Nurmi. 1988: 1-9) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการปะทะสังสรรค์แบบพ่อแม่ และเด็กกับลักษณะมุ่งอนาคตของวัยรุ่น ตามอายุและเพศ ซึ่งพบว่า การพูดคุยกันในครอบครัวของเด็กอายุ 15 ปี ทำให้การมองโลกในแง่ดีเพิ่มขึ้น รวมทั้งการวางแผน ความมีเหตุมีผลเพิ่มขึ้นด้วย และสอดคล้องกับงานวิจัยของเซลิกแมน (ปิยะวดี สีพหะบำรุง. 2547: 19; อ้างอิงจาก Seligman; et al. 1998: 181-185) ที่กล่าวว่า การมองโลกในแง่ดีหรือการมองโลกในแง่ร้ายนั้นขึ้นอยู่กับกระบวนการอบรมเลี้ยงดูและการเป็นตัวแบบ (Modeling) ให้เด็กเกิดกระบวนการเรียนรู้ จดจำ และนำไปใช้ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของรูบินและแมคเนล (สมพิศ ไชยกิจ. 2536: 19; อ้างอิงจาก Rubin; & Mcneil. 1981) พบว่า ครอบครัวที่บิดามารดา มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีความยืดหยุ่น มีความมั่นใจในตนเอง มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุตร โดยการแสดงการยอมรับในตัวเด็ก เน้นการใช้เหตุผล ให้ความรักความเอาใจใส่ กำหนดมาตรฐานและขอบเขตการกระทำไว้กว้างๆ ไม่ใช้อำนาจขู่บังคับ ตลอดจนให้ความสนใจสิ่งต่างๆ ที่อยู่แวดล้อมเด็ก เช่น เพื่อน กิจกรรมที่เด็กกระทำ สิ่งเหล่านี้จะทำให้เด็กมีแนวโน้มที่จะเป็นคนยืดหยุ่น มีอารมณ์มั่นคง ไม่โลเล และมีความภาคภูมิใจในตนเอง และสอดคล้องกับความคิดเห็นของสุมาลี พัวชู (สุมาลี พัวชู. 2547: 28-29) ที่กล่าวว่า ถ้าบรรยากาศในบ้านดี มีความอบอุ่น บิดามารดาคอยสนับสนุนให้กำลังใจ มีการสอนแนะนำในทางสร้างสรรค์ก็จะทำให้เด็กพัฒนาความคิดใน

ทางที่ดีต่อตนเอง คิดว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ และมีความคิดในทางที่ดีหรือในทางบวกต่อโลกนี้ มีความกล้า มองโลกในแง่ดี ซึ่งจะมีผลต่อการแสดงออกของเด็กด้วย

2. ตัวแปรอิสระระดับห้องเรียน ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีความสัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากผลการวิจัยข้างต้นอภิปรายได้ว่า ตัวแปรระดับห้องเรียนมีส่วนเกี่ยวข้องกับการมองโลกในแง่ดี ซึ่งการจัดบรรยากาศที่ดีในชั้นเรียนจะช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนมีเจตคติที่ดี ช่วยให้สุขภาพจิตดี รวมทั้งการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญจะช่วยให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาทางด้านสติปัญญา อารมณ์ และสังคม ทำให้ผู้เรียนเกิดการมองโลกในแง่ดี

ซึ่งจากการวิจัยตัวแปรระดับห้องเรียนข้างต้นมีความสอดคล้องกับแนวคิดและงานวิจัยของบุคคลต่างๆ ดังต่อไปนี้

ตัวแปรบรรยากาศในชั้นเรียน และตัวแปรการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญที่พบว่ามีความสัมพันธ์กับการมองโลกในแง่ดีนั้นสอดคล้องกับความเห็นของชาน (Chang, 2001: 310-311) ที่กล่าวว่า ต้องจัดให้มีรูปแบบการฝึกที่หลากหลายเพื่อให้เด็กและเยาวชนสามารถเข้าถึงการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางปัญญาเพื่อการมองโลกในแง่ดีโดยไม่เบื้อหน้าย เช่น การแสดงละครสั้น (Skits) เพื่อใช้เป็นตัวอย่างประกอบให้เห็นลักษณะพิเศษของผู้ที่มองโลกในแง่ดีและการมองโลกในแง่ร้าย การแสดงบทบาทสมมติ (Role-plays) การสร้างเรื่อง (Stories) การอภิปราย (Discussion) รวมทั้งการใช้การ์ตูน (Cartoons)

การวิจัยครั้งนี้พบว่า ตัวแปรระดับห้องเรียนที่นำมาศึกษา ได้แก่ บรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ไม่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีโดยตรง แต่ส่งผลต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะบรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ยังไม่สามารถส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการมองโลกในแง่ดีได้ แต่เป็นเพียงตัวแปรที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีมากขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ตัวแปรอิสระระดับนักเรียน ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี ส่วนบรรยากาศในชั้นเรียน และการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญไม่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของ

นักเรียนโดยตรง แต่ส่งผลต่อค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของการเห็นคุณค่าในตนเองที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียน ดังนั้น ผู้ที่เกี่ยวข้องทางการศึกษาสามารถใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริม สนับสนุน และพัฒนาให้นักเรียนมองโลกในแง่ดีมากยิ่งขึ้น ดังนี้

1.1 ในส่วนของผู้ปกครอง ควรให้ความดูแลเอาใจใส่ในนักเรียน ส่งเสริมบรรยากาศภายในบ้านให้มีความรัก ความอบอุ่น นักเรียนได้รับความยุติธรรม มีอิสระในการคิดและการแสดงความคิดเห็น มีความเป็นตัวของตัวเอง ผู้ปกครองให้การยอมรับนับถือความสามารถของเด็ก นอกจากนี้ควรปลูกฝังให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการศึกษา และการประกอบอาชีพตามที่ตนมุ่งหวังในอนาคต สามารถวางแผนกำหนดเป้าหมายเพื่ออนาคตที่ดีของตน โดยการประเมินจากความรู้ ความสามารถของตนเอง และมีการชี้แนะให้นักเรียนมีความพยายามที่จะทำให้สิ่งที่ตนมุ่งหวังนั้นให้ประสบความสำเร็จจากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น จะเป็นตัวส่งเสริมให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง มองโลกในแง่ดี สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

1.2 ในส่วนของครูผู้สอน ควรสนับสนุนและส่งเสริมให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง และมีลักษณะมุ่งอนาคต นอกจากนี้ควรจัดบรรยากาศในชั้นเรียนที่อยู่รอบตัวนักเรียนให้มีความเหมาะสมทั้งทางด้านกายภาพ ทางจิตวิทยา และทางสังคม เช่น ความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความสะอาด อากาศถ่ายเทได้ดี ปราศจากเสียงรบกวน การให้ความร่วมมือกันและกัน การไว้วางใจ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูผู้สอนกับนักเรียน และระหว่างนักเรียนกับนักเรียน นอกจากนี้ครูควรจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยสอดคล้องกับความถนัด ความสามารถ ความสนใจ และศักยภาพของผู้เรียน กระตุ้นให้ผู้เรียนแสวงหาความรู้ด้วยตนเองโดยใช้แหล่งการเรียนรู้ที่หลากหลายทั้งในและนอกห้องเรียน มีการประเมินผลตามสภาพจริง เพื่อให้นักเรียนสามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ นอกจากนี้รูปแบบการจัดกิจกรรมที่มีความหลากหลายจะทำให้นักเรียนไม่รู้สึกละเลินเล่อ ทำให้เป็นการส่งเสริมการมองโลกในแง่ดี

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาตัวแปรที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี โดยการวิเคราะห์พหุระดับกับกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย นักเรียนระดับอุดมศึกษา เป็นต้น และควรศึกษาตัวแปรอิสระระดับอื่นๆ ที่น่าจะส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี ทั้งตัวแปรในระดับนักเรียน เช่น ความเชื่อมั่นในตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเอง และตัวแปรในระดับห้องเรียน เช่น คุณภาพการสอนของครู เป็นต้น

2.2 ควรทำการวิจัยด้วยการวิเคราะห์เส้นทาง โดยใช้ตัวแปรอิสระต่างๆ เพื่อค้นหาว่าตัวแปรใดบ้างที่มีอิทธิพลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อการมองโลกในแง่ดี

2.3 ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ค่าเฉลี่ยการมองโลกในแง่ดีรายห้องเรียน และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของลักษณะมุ่งอนาคตที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี มีความแปรปรวนระหว่างห้องเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่ายังมีตัวแปรอิสระอื่นๆ ในระดับที่สูงกว่าในระดับห้องเรียน เช่น ระดับโรงเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดีของนักเรียน ดังนั้นในการวิจัยครั้งต่อไปควรที่จะมีการศึกษาตัวแปรอิสระอื่นๆ ในระดับโรงเรียนที่ส่งผลต่อการมองโลกในแง่ดี เช่น ขนาดของโรงเรียน สภาพแวดล้อมในโรงเรียน ความสำเร็จทางวิชาการของโรงเรียน ประสบการณ์ของผู้บริหาร เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมวิชาการ. (2542). *การเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนสำคัญที่สุด : แนวทางสู่การปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ: คุรุสภา.
- . (2543). *รูปแบบหรือแนวการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมสร้างคุณลักษณะ ดี เก่ง มีสุข ระดับประถมศึกษา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- . กระทรวงศึกษาธิการ. (2542). *สรุปตัวชี้ลักษณะครูที่ดี การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ลักษณะของผู้บริหารที่สนับสนุนการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง*. (เอกสารประกอบการประชุมเชิงปฏิบัติการครูต้นแบบ 2542). กรุงเทพฯ: กรมวิชาการ. อัดสำเนา.
- กรมสุขภาพจิต. (2544). *คู่มือความฉลาดทางอารมณ์*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- . (2547). *คู่มือการพัฒนาความรู้และทักษะการเสริมสร้างสุขภาพใจสำหรับ อสม/ออส นนทบุรี: สำนักงานกิจกรรมการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก*.
- . (2543). *เอกสารประกอบการประชุมวิชาการประจำปี เรื่อง สุขภาพจิตดีด้วยอีคิว*. เกษร ภูมิดี. (2546). *การศึกษาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ที่มีบุคลิกภาพและรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). มหาสารคาม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ถ่ายเอกสาร.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. (2543). *ใช้ชีวิตด้วยจิตวิทยา*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: ที พี พรินท์.
- คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน. (2542). *พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542*. กรุงเทพฯ: บริษัท พริกหวานกราฟิก จำกัด.
- คณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, สำนักงาน. (2545). *กรอบประเด็นการระดมความคิดเห็น เรื่อง “การพัฒนาศักยภาพคนไทย : หนทางสู่สังคมเศรษฐกิจฐานความรู้”*, *เอกสารประกอบการประชุมประจำปี 2545 “ความอยู่ดีมีสุขของคนไทย : 5 ปี หลังวิกฤตเศรษฐกิจ”* วันศุกร์ที่ 21 มิถุนายน 2545 ณ ศูนย์การประชุมและแสดงสินค้าอิมแพ็ค เมืองทองธานี จังหวัดนนทบุรี.
- . (2545). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-2549)*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- คณะกรรมการการปฏิรูปการเรียนรู้. (2543). *ปฏิรูปการเรียนรู้ผู้เรียนสำคัญที่สุด*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.

- จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ. (2543). *สถานะสุขภาพคนไทย*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- จรรยา สุวรรณทัต. (2531). *ประมวลบทความวิชาการระหว่างปีพุทธศักราช 2526-2531 ฉบับอภินันทนาการครบรอบ 33 ปี สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ : เยาวชนไทยกับการมุ่งอนาคต*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ฉวีวรรณ กินางศ์. (2533). *การศึกษาเด็ก*. พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- ฉัตรศิริ ปิยะพิมลสิทธิ์. (2546). *การพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุของเชาวน์อารมณ์สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ด. (การทดสอบและการวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- . (2549). *แนะนำการวิเคราะห์พระดั่ง*. สืบค้นเมื่อวันที่ 27 มิถุนายน 2549, จาก <http://www.watpon.com>
- ชาญชัย อาจีนสมาจาร. (2544, เมษายน). บรรยากาศในชั้นเรียนและการจูงใจนักเรียน. *วารสารวิชาการ*. 4 (4): 42-47.
- ชูศรี วงศ์รัตนะ. (2544). *เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย*. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ: ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เชาวนา อมรสงเจริญ. (2537). *ผลการใช้บทบาทสมมติที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 วิทยาลัยนาฏศิลป์พัทลุง จังหวัดพัทลุง*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2524). *จิตวิทยาจริยธรรมและจิตวิทยาภาษา*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน; และคณะ. (2529). *การวัดทัศนคติ. ในเอกสารเพื่อการอบรมการวิจัยการศึกษา เล่ม 6*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์นายกรัฐมนตรี.
- . (2528). *ปัจจัยทางจิตวิทยานิเวศน์ที่เกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กของมารดาไทย*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน; และเพ็ญแข ประจันปัจฉนิก. (2520). *จริยธรรมของเยาวชนไทย. ในรายงานการวิจัย สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ทิตนา แหมมณี. (2543). *การจัดการสอนโดยยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ โมเดลชิปปา*. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ: ชนารักษ์.

- (2543). การจัดการเรียนการสอนโดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง : โมเดลชิปปา.
 ในประมวลบทความนวัตกรรมเพื่อการเรียนรู้สำหรับครูยุคปฏิรูปการเรียนรู้การศึกษา.
 กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธีระ ชัยยุทธยรรยง. (2544, กุมภาพันธ์). การเสริมสร้างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง.
 การศึกษากทม. 24 (5): 19-26.
- นันทนา จันทร์ผืน. (2545). การศึกษาตัวแปรที่สัมพันธ์กับความคาดหวังในอนาคตของนักเรียน
 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา สังกัดสำนักงานการ
 ประถมศึกษา จังหวัดเชียงราย ด้วยการวิเคราะห์หุระดับ. ปรินญานินพนธ์ กศ.ม.
 (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
 ถ่ายเอกสาร.
- นัตยา ปิณฑนานนท์. (2526). อนาคตศาสตร์. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- นิตยา คชภักดี. (2542). ไช 10 ข้อข้อใจ พัฒนา E.Q. คู่ I.Q. การส่งเสริมสุขภาพและ
 อามัยสิ่งแวดล้อม. 22 (4): 95.
- เนตรชนก พุ่มพวง. (2546). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน
 ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนราชวินิตบางแก้ว อำเภอบางพลี
 จังหวัดสมุทรปราการ. ปรินญานินพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ:
 บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นงลักษณ์ วิรัชชัย. (2538, กรกฎาคม-ธันวาคม). วิถีวิทยาขั้นสูง ด้านการวิจัยและสถิติ.
 วารสารวิถีวิทยาการวิจัย. 7 (2): 1-36.
- นวลศิริ เปาโรหิตย์. (2520). สุขภาพจิตและการปรับอารมณ์. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2524). รูปแบบของผลการเรียนในโรงเรียน. ปรินญานินพนธ์ กศ.ด.
 (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
 ถ่ายเอกสาร.
- บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์. (2545). ประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือสำหรับการ
 ประเมินผลการศึกษา (หน่วยที่ 3). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ประกิตศรี เผ่าเมือง. (2546). การศึกษาตัวแปรที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง
 ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนนทบุรี
 โดยการวิเคราะห์หุระดับ. ปรินญานินพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา).
 กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ประดินันท์ อูปรมัย. (2537). การพัฒนาความรับผิดชอบของเด็ก. *เอกสารประกอบการสอน*
ชุดวิชาพฤติกรรมเด็ก มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. กรุงเทพฯ: วิกตอรีการพิมพ์.
 อัดสำเนา.
- ประเทิน มหาจันทร์. (2536). *เลี้ยงลูกให้ถูกทาง*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- ประเวศ วะสี. (2541). *คุยกัน เรื่องความคิด*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: มูลนิธิโกมลคีมทอง.
- . (2543). ปฐมกถา. ใน *ปฏิรูปการเรียนรู้ผู้เรียนสำคัญที่สุด*. พิมพ์ครั้งที่ 5. หน้า ก-ค.
 กรุงเทพฯ: คณะอนุกรรมการปฏิรูปการเรียนรู้ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ.
- ประสูติ หุ่นวงศ์มาศ. (2533). *ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบของการอธิบายและผลสัมฤทธิ์*
ทางการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัด
กรมสามัญศึกษา. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ:
 บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ปราณี รามสูตร. (2546). *จิตวิทยาธุรกิจ*. กรุงเทพฯ: สถาบันราชภัฏธนบุรี.
- ปรารธนา ช้อนแก้ว. (2542). *การพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง ของเยาวชนชายใน*
สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดยะลา โดยใช้กิจกรรมการออกกำลังกาย
เป็นสื่อ. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปรีชา ธรรมมา. (2547, เมษายน). การเห็นคุณค่าของตนเอง. *วารสารสารานุกรม*
ศึกษาศาสตร์. 32 (4): 48-53.
- ปิยะวดี ลิ้มพะบำรุง. (2547). *การพัฒนาการมองโลกในแง่ดีด้วยโปรแกรมการฝึกทักษะการคิด*
ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินิพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พระราชวรมนู. (2540). *ความสุขที่แท้จริงของชีวิตกับจิตพิสัย*. จิตพิสัย : มิติสำคัญของ
การพัฒนาคน. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พิเชษฐ รัตนพงษ์เพียร; และคณะ. (2542). *ปัญหาสุขภาพจิตและการแก้ไขปัญหาของนักศึกษา*
แพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ขอนแก่น : คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น:
 1-35.
- พิมพ์พันธ์ เดชะคุปต์. (2544). *การเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ : แนวคิด วิธี และเทคนิค*
การสอน. กรุงเทพฯ: เดอะมาสเตอร์กรุ๊ป แมเนจเม้นท์.
- เพ็ญแข ประจันปัจฉินัก. (2526). *ลักษณะมุ่งอนาคต*. ใน *เอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการ*
วัยรุ่นและการอบรม หน่วยที่ 9-15. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

- ไพโรจน์ โตเทศ. (2531, มีนาคม). อนาคตของกลุ่มประสบการณ์ที่ควรมีในหลักสูตรประถมศึกษา.
วารสารการศึกษา กทม. 11 (6): 18-21.
- มะลิ อุดมภาพ. (2538). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความภาคภูมิใจ
ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.
- มยุรี ศรีชัย. (2538). เทคนิคการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง. กรุงเทพฯ: วิ.เจ.พรินติ้ง.
- มานิช หล่อตระกูล. (2545, สิงหาคม). ข่าวตัวตายกันทำไม. สืบค้นเมื่อ 12 สิงหาคม 2549,
จาก simplemag.com/health/tips_gentip_00038.html.
- มาลัย งามระยับ. (2548). ปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับความมีเหตุผลเชิงวิเคราะห์ของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดลพบุรี โดยการวิเคราะห์หระดับ. ปรินญานิพนธ์
กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.
- มาลี วิทยาธรรัตน์. (2540). ผลของการฝึกการมุ่งอนาคตแก่เด็กในสถานสงเคราะห์เด็กชาย
บ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- รังสรรค์ เพ็งหนู. (2531). อนาคตศาสตร์และการแนะแนวเชิงอนาคต. ราชบุรี:
โรงเรียนหนองโพวิทยา.
- ราชันย์ บุญธิมา. (2542). การวิเคราะห์หระดับ. กรุงเทพฯ: สำนักทดสอบทางการศึกษาและ
จิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ล้วน สายยศ; และอังคณา สายยศ. (2540). สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- ว.วชิรเมธีภิกขุ. (2545). เห็นสุขในทุกข์ เห็นโอกาสในวิกฤต. เนชั่นสุดสัปดาห์. สืบค้นเมื่อ 12
สิงหาคม 2549, จาก <http://www.BKKnews.com/weekend/20011105/wed16.html>.
- วัฒนาพร ระงับทุกข์. (2542). แผนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง. กรุงเทพฯ:
คอมพิวเตอร์ กราฟิก.
- วันเพ็ญ บุญประกอบ. (2532). ปัญหาสุขภาพจิตของเด็ก. กรุงเทพฯ : แปลนพับลิชชิง.
- ศิราณี ศรีโยธี. (2548). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการที่ส่งผลสัมฤทธิ์
ทางการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 กลุ่มศรีนคริน
กรุงเทพมหานคร. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ศินาพร แสงใส. (2548). ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษามุสลิม เขต 4. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม.
(การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ .
ถ่ายเอกสาร.
- ศิริชัย กาญจนวาสี. (2548). การวิเคราะห์พระดุษฎี. พิมพ์ครั้งที่ 3 (ฉบับปรับปรุงเพิ่มเติม).
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริชัย กาญจนวาสี และคณะ. (2544). การเลือกใช้สถิติที่เหมาะสมสำหรับการวิจัย. กรุงเทพฯ:
บุญศิริการพิมพ์
- สุนารี เตชะโชควิวัฒน์. (2527). ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู วินัยในตนเอง
และความภาคภูมิใจในตนเอง. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ . ถ่ายเอกสาร.
- สุมาลี พัวชู. (2547). การศึกษาพัฒนาการความสามารถในการคิดวิเคราะห์และการมองโลก
ในแง่ดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาช่วงชั้นที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษากทมมหานคร
เขต 3. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2537). จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุวรรณณี พุกศรี; และชัชวาลย์ ศิลปกิจ. (2541, ตุลาคม-ธันวาคม). การพัฒนา
แบบสอบถาม *The Five-Scale Test of Self-Esteem for Children* ฉบับภาษาไทย.
สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 43 (4): 358-366.
- สมพิศ แซ่เฮง. (2546). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความมีวินัย
ในตนเองของนักเรียนสาขาช่างอุตสาหกรรม โรงเรียนอาชีวศึกษา สังกัดสำนักงาน
คณะกรรมการการศึกษาเอกชน ในเขตกรุงเทพมหานคร. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม.
(การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
ถ่ายเอกสาร.
- สมพิศ ไชยกิจ. (2536). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนราธิวาส.
ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมศักดิ์ ภู่วิภาดาธรรม. (2544). การยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางและการประเมินตามสภาพจริง.
พิมพ์ครั้งที่ 2. เชียงใหม่: The Knowledge Center.

- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรี. (2546). *วิธีการเรียนรู้คุณลักษณะที่คาดหวังในช่วงวัย*. กรุงเทพฯ: พริกหวานกราฟิก จำกัด.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2543). *พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์กรรมการศาสนา.
- สำราญ มีแจ้ง. (2544). *สถิติขั้นสูงสำหรับการวิจัย*. ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ นเรศวร. พิษณุโลก: นิชนแอตเวอร์ไทซิงกรุ๊ป.
- อมรรัตน์ พาชิยานุกุล. (2545). *การรับรู้ความสามารถของตนเองต่อพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- อรพินท์ ชูชม. (2544, พฤษภาคม). จากทฤษฎีสู่แนวปฏิบัติในการมองโลกในแง่ดี. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์*. 7 (1): 43.
- อัจฉรา สุขารมณ์. (2543). *EQ กับ การเลี้ยงดูเด็ก. รวมบทความทางวิชาการ EQ*. กรุงเทพฯ: ชมรมผู้สนใจ EQ.
- อาภา จันทรสกุล. (2535). *ทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษา*. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2543). *Everest พาลูกค้นหาความนับถือตนเอง*. กรุงเทพฯ: ชันดำการพิมพ์.
- อุไร จักขตรีมงคล. (2545). *การพัฒนาโครงสร้างเขาวงกตอารมณ์สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4*. ปรียุณานิพนธ์ กศ.ด. (การทดสอบและวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อุษา ธนาบุญฤทธิ์. (2544). *การศึกษาปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับความเชื่ออำนาจภายในตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดนครปฐม*. ปรียุณานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและสถิติทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- Bar-On, R. (1997). *EQ-I : Baron emotional quotient inventory*. Toronto: Multi- Health Systems Inc.
- Beck, A.T; et al. (1985). *Treatment of depression with Cognitive therapa and amitriptyline*. London: Edward Brothers.

- Brandes, Donna; & Ginnis, Paul. (1988). *A Guide to Student-Centred Learning*. London: Blackwell.
- Brown, G.H.; & Harris, T.J. (1978). *Social origins of depression*. London : Trivstock.
- Bull, Shirley; & Solity, Jonathan. (1987). *Classroom Management : Principles to Practice*. New York: Croom Helm.
- Chang, E.C. (2001). *Optimism & Pessimism*. London: Edward Brother, Inc., Ann Arbor.
- Clarke, G.N; et al. (1999, January). Cognitive-Behavioral treatment of adolescent depression : Efficacy of acute group treatment and booster session. *Journal of the American Academy of child and Adolescent Psychiatry*. 38: 272-279.
- Driscoll, Marcy P. (1994). *Psychology of Learning for Instruction Needham Heights*. Massachusetts: Allyn & Bacon.
- Faw, T.; & Belkin, Gay S. (1989). *Child Psychology*. New York: McGrew-Hill Publishing Company.
- Fontaine, K.R.; & Jones, L.C. (1997). Self-esteem, optimism, and postpartum Depression. *Journal of Clinical Psychology*. 53. pp. 59-63.
- Good, Carter V. (1973). *Dictionary of Education Tomorrow's Valuable Citizen*.
http://thailis.uni.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence : why it can matter more than IQ*. New York: Bantam Books.
- (1998). *Working with emotion intelligence*. New York : Bantam Books.
- Heinonen, Kati, Raikkonen, Katri; & Heltikangas Jarvinen, Liisa. (2005). *Self-esteem in early and late adolescence predicts dispositional optimism-pessimism in adulthood: A 21 year longitudinal study*. Retrieved 15 August 2006 from www.google.co.th
- Lawrenz, F. (1976). Student perception of Classroom Learning Environment in Biology, Chemistry and Physics Course. *Journal of Research in Science Teaching*. 13: 315-323.
- Makikangas, Anne, kinnunen, Ulla; & Feldt, Taru. (2004). *Self-esteem, dispositional optimism, and health : Evidence from cross-lagged data on employees*. Retrieved 12 August 2006 from www.google.co.th

- Maslow, A. (1962). *Introduction to Psychology*. New York: Harcourt, Brace & World.
- (1970). *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row.
- Mayer, John D., Salovey, Peter; & Caruso David. (2000). *Model of Emotional Intelligence*. New York: Cambridge University Press.
- Mehrabian, Albert. (2000, May). Beyond IQ : Broad-based Management of Individual Success Potential or Emotional Intelligence. *Genetic, Social and General Psychology Monographs*. 126 (2): 133-239.
- Mischel, W. (1974). Process in Delay of Gratification. in L. Berkowitz (ed.) *Advances in Experimental Social Psychology*. Vol.7 : 249-293. New York: Academic Press.
- Moos, Rudolf H.; & Moos, Bernice S. (1978, April). Classroom Social Climate and Student Absences and Grades. *Journal of Educational Psychology*. 70 (2): 263-269.
- Newman, P. R. (1986). *Principle of psychology*. Llionis: The Dorsey press.
- Nurmi J.E. (1991). How Do Adolescents See Their Future ? A Review of the Development Of Future Orientation and Planning. *Development Review*. 11: 1-5.
- Parkinson, B.; et al. (1996). *Changing Moods*. London: Tottenham Corert.
- Peterson, C.; & Seligman, M.E.P. (1987). Explanatory style and illness. *Journal of Personality*. 55 (1): 237-265.
- Raynor. (1982). *Motivation Career Striving and Aging*. Washington : Hemisphere.
- Scheier, M.F.; & Carver, C.S. (1985). Optimism, coping and health : Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*. 219-247.
- Scheier, M.F, Carver, C.S. ; & Bridges, M.W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, Self-mastery, and self-esteem) : A reevaluation of the life orientation test. *Journal of Personality and Social Psychology*. 67 pp.1063-1078.
- Scheier, M.F, Weintraub, J.K. ; & Carver, C.S. (1986). Coping with stress : Divergent Strategie of optimist and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*. 51 (6), 1257-1264.

- Seginer, Rachel; & Hoda Halabi. (1991). Cross-Cultural Variations of Adolescents Future Orientation: The Case of Israeli Druze Versus Israeli Arab and Jewish Male. *Journal of Cross Cultural Psychology*. 22 (2): 244-257.
- Seligman, M.E.P. (1990). *Learning optimism*. New York: Pocket Books.
- Seligman, M.E.P; et al. (1997, January). Explanatory style change during Cognitive therapy for unipolar depression. *Journal of abnormal Psychology*. 93: 13-18.
- Snijders, Tom A.; & Bosker, Roel J. (1999). *Multilevel Analysis : An Introduction to Basic and Advanced Modeling*. London: Sage Publications.
- Stepien, E. (2000). Psychosocial correlates of life Optimism in Adolescence and Few years later (A follow-up Study). Retrieved 15 August 2006 from www.adolescence.org/assisi2000/stepien.html.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
คุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตาราง 9 ค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่น (α) ของแบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี

ด้าน	ข้อ	r	ด้าน	ข้อ	r
มิติความคงทนถาวร	1	0.450		24	0.384
	2	0.466		25	0.338
	3	0.425		26	0.533
	4	0.514		27	0.404
	5	0.362		28	0.511
	6	0.525		29	0.389
	7	0.380		30	0.476
	8	0.489	มิติความครอบคลุม	31	0.439
	9	0.448		32	0.513
	10	0.284		33	0.606
	11	0.430		34	0.367
	12	0.424		35	0.460
	13	0.462		36	0.434
	14	0.304		37	0.530
	15	0.521		38	0.516
มิติความเป็นตนเอง	16	0.434		39	0.536
	17	0.540		40	0.234
	18	0.418		41	0.431
	19	0.373		42	0.401
	20	0.490		43	0.496
	21	0.553		44	0.281
	22	0.438		45	0.439
	23	0.531			

ค่าความเชื่อมั่น (α) ของแบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดีทั้งฉบับ เท่ากับ 0.918

ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามมีทั้งหมด 6 ฉบับ คือ

ฉบับที่ 1	แบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี	จำนวน 45 ข้อ
ฉบับที่ 2	แบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง	จำนวน 15 ข้อ
ฉบับที่ 3	แบบสอบถามวัดลักษณะมุ่งอนาคต	จำนวน 15 ข้อ
ฉบับที่ 4	แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล	จำนวน 15 ข้อ
ฉบับที่ 5	แบบสอบถามวัดบรรยากาศในชั้นเรียน	จำนวน 15 ข้อ
ฉบับที่ 6	แบบสอบถามวัดการจัดกระบวนการเรียนรู้ ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ	จำนวน 15 ข้อ

2. แบบสอบถามนี้เป็นการประเมินความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง แต่ละข้อไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด คำตอบที่ดีที่สุดคือคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกของนักเรียนที่เกิดขึ้นครั้งแรกเมื่ออ่านข้อความในแต่ละข้อคำถามนั้น

3. คำตอบที่จริงใจของนักเรียนจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการวิจัย และผู้วิจัยขอรับรองว่าคำตอบของนักเรียนไม่มีผลกระทบต่อผลการเรียนใดๆ ของนักเรียนทั้งสิ้น และคำตอบจะถูกเก็บเป็นความลับ

ขอขอบคุณนักเรียนที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามมา ณ โอกาสนี้

สุรีย์พร ไชยฤกษ์

นิสิตปริญญาโท สาขาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี

คำชี้แจง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย ✓ ในช่องทางขวามือของข้อความในแต่ละข้อเพียงช่องเดียว
ที่ตรงกับความรู้สึกของนักเรียนมากที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ระดับความเป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
	มิติความคงทนถาวร					
1.	ถึงแม้จะมีสถานการณ์ที่เลวร้ายเกิดขึ้นในชีวิต ข้าพเจ้าก็มีความหวังว่าสามารถจะคลี่คลายไปในทางที่ดี					
2.	ข้าพเจ้าเชื่อว่าทุกๆ ปัญหาที่เกิดขึ้นมักมีทางออก					
3.	ข้าพเจ้าสามารถยอมรับความล้มเหลวที่เกิดขึ้นจริงๆ ได้					
4.	ข้าพเจ้ามีปัญหาไม่รู้จักจบสิ้นจนไม่รู้จะแก้ปัญหาอย่างไร					
5.	ข้าพเจ้ามักทุกข์ร้อนกับปัญหาเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้น					
6.	ข้าพเจ้าสามารถทำให้ตัวเองรู้สึกดีได้เสมอ					
7.	ข้าพเจ้าคิดว่าตัวเองไม่เคยทำอะไรถูกเลย					
8.	ข้าพเจ้าคิดว่าอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิตเปรียบเสมือนโอกาสหรือบทเรียนที่จะเสริมสร้างความเข้มแข็งให้ชีวิต					
9.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตัวเองมีชีวิตอยู่อย่างไม่มีความสุข					
10.	ข้าพเจ้าพยายามมองเหตุการณ์เลวร้ายที่เกิดขึ้นกับตัวเองในแง่มุมใหม่ที่ดี					
11.	เมื่อต้องเผชิญกับปัญหา ข้าพเจ้าสามารถหาวิธีการแก้ปัญหาที่เหมาะสมได้					
12.	เมื่อข้าพเจ้ารู้สึกเครียดกับปัญหา ข้าพเจ้าสามารถหาทางผ่อนคลายความเครียดได้					
13.	ข้าพเจ้ามีกำลังใจที่จะฟันฝ่าอุปสรรคต่างๆ ทำให้ปัญหาความยุ่งยากคลี่คลายลงได้					
14.	ข้าพเจ้ารู้สึกท้อแท้และหมดหวัง เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาหลายๆ เรื่องพร้อมกัน					
15.	ข้าพเจ้าคิดอยู่เสมอว่า พรุ่งนี้ต้องดีกว่าวันนี้แน่นอน					

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ระดับความเป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
	มิติความเป็นตนเอง					
16.	ข้าพเจ้ามีความสามารถในการทำงาน ทำให้ผลงานประสบความสำเร็จ.....					
17.	ข้าพเจ้ามั่นใจว่าสามารถเรียนรู้สิ่งต่างๆ ที่ตนเองสนใจได้.....					
18.	ข้าพเจ้าคิดว่าความผิดพลาดที่เกิดขึ้นไม่ใช่ความผิดของคนใดคนหนึ่ง จึงไม่จำเป็นต้องหาตัวผู้กระทำความผิด.....					
19.	เมื่อแพ้ในการแข่งขันใดๆ ข้าพเจ้ามักจะคิดเสมอว่าตนเองเป็นสาเหตุ.....					
20.	เมื่อเผชิญกับอุปสรรค ข้าพเจ้าจะต่อสู้โดยไม่ย่อท้อหรือเลี้ยวหนี.....					
21.	สาเหตุที่ทำให้ข้าพเจ้าได้คะแนนดี เกิดขึ้นเนื่องจากข้าพเจ้าขยันเรียน.....					
22.	ข้าพเจ้ามักคิดเสมอว่าไม่มีใครรักข้าพเจ้า.....					
23.	ข้าพเจ้าเป็นที่รักของคนในครอบครัว.....					
24.	เมื่อคะแนนสอบออกมาไม่ดี ข้าพเจ้ามักจะคิดว่าเป็นเพราะข้าพเจ้าเรียนไม่เก่ง.....					
25.	เมื่อเกิดปัญหาขึ้น ข้าพเจ้ามักคิดว่าตนเองเป็นต้นเหตุของปัญหานั้น.....					
26.	สาเหตุที่ข้าพเจ้าเข้ากับเพื่อนๆ ทุกคนในโรงเรียนได้เป็นอย่างดี เป็นเพราะเพื่อนๆ เห็นว่าข้าพเจ้ามีความเป็นมิตร.....					
27.	เมื่อข้าพเจ้าชวนเพื่อนไปดูหนัง แต่เพื่อนปฏิเสธ ข้าพเจ้าจะคิดว่าเพื่อนมีธุระที่สำคัญกว่า.....					
28.	ข้าพเจ้าสามารถเผชิญหน้ากับสถานการณ์เลวร้ายด้วยการยอมรับ และทำหายความพ่ายแพ้โดยมีความพยายามมากขึ้น.....					
29.	ข้าพเจ้ามักคิดเสมอว่าสิ่งดีๆ ที่เกิดขึ้นกับข้าพเจ้าเป็นเพราะโชคหรือบุคคลอื่นเป็นผู้กระทำ.....					
30.	สาเหตุที่ทำให้ข้าพเจ้าได้รับของขวัญที่ถูกต้อง เกิดขึ้นเนื่องจากบุคคลที่มอบให้มีความภาคภูมิใจในตัวข้าพเจ้า.....					

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามวัดการมองโลกในแง่ดี (ต่อ)

ข้อ	ข้อความ	ระดับความเป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
	มิติความครอบคลุม					
31.	ข้าพเจ้าประสบแต่สิ่งดีๆ ในชีวิต.....					
32.	ข้าพเจ้ามองเห็นข้อดีของทุกๆ คนที่ข้าพเจ้ารู้จัก.....					
33.	ข้าพเจ้ายอมรับความผิดของผู้อื่นและพร้อมที่จะสร้างสัมพันธภาพกับคนอื่นได้ยืนยาว.....					
34.	การที่ข้าพเจ้าถูกตำหนิ ทำให้เพื่อนๆ คิดว่าข้าพเจ้าเป็นคนไม่ดี...					
35.	การที่ข้าพเจ้าได้คะแนนดีในวิชาใดวิชาหนึ่ง ทำให้ข้าพเจ้ามีกำลังใจในการทำวิชาอื่นๆ.....					
36.	ข้าพเจ้าเป็นคนรอบรู้ในหลายๆ ด้าน นอกเหนือจากเนื้อหาที่เรียน.....					
37.	เมื่อประสบปัญหาในการทำงาน ข้าพเจ้าจะมองว่าเกิดขึ้นเฉพาะงานนี้เท่านั้น ไม่นำไปวิตกกังวลกับสถานการณ์อื่นๆ.....					
38.	การที่ข้าพเจ้าเข้ากับเพื่อนๆ ทุกคนได้ดี ทำให้ข้าพเจ้าเข้ากับคนอื่นได้ดีเช่นกัน ถึงแม้จะไม่เคยรู้จักกับเพื่อนคนนั้นมาก่อน.....					
39.	เมื่อทำงานใดงานหนึ่งสำเร็จ ข้าพเจ้าจะคิดหาวิธีการใหม่ๆ เพื่อจะได้พัฒนาตนเองในงานชิ้นต่อไปให้ดียิ่งขึ้นอีก.....					
40.	การที่ข้าพเจ้าทำผิดแล้วถูกทำโทษ ทำให้ข้าพเจ้าไม่กล้าลงมือทำสิ่งอื่นอีกต่อไป.....					
41.	การที่ข้าพเจ้าต้องเรียนรู้สิ่งที่ยากเกินความสามารถ ทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกท้อแท้และยกเลิกการเรียนเรื่องนั้น.....					
42.	การที่ถูกครูตำหนิเป็นเพราะข้าพเจ้าทำผิด ไม่ใช่เป็นเพราะครูไม่ชอบข้าพเจ้า.....					
43.	การที่ข้าพเจ้าทำงานได้สำเร็จ ทำให้ข้าพเจ้ามั่นใจว่าการทำงานชิ้นต่อไปจะสำเร็จด้วย.....					
44.	การที่พ่อแม่ตำหนิข้าพเจ้าเป็นเพราะข้าพเจ้าไม่ปฏิบัติตามคำสั่ง ไม่ใช่เป็นเพราะพ่อแม่ไม่รักข้าพเจ้า.....					
45.	เมื่อได้รับคำชมจากเพื่อนว่าพูดรายงานหน้าชั้นเรียนได้ดี ทำให้ข้าพเจ้ากล้าแสดงออกมากขึ้น.....					

ฉบับที่ 2 แบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

ข้อ	ข้อความถาม	ระดับความเป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.	ข้าพเจ้ารู้สึกภูมิใจในตนเองกับการเป็นที่รักของเพื่อนในห้อง.....					
2.	เมื่อเพื่อนมีปัญหา มักจะมาขอคำปรึกษาจากข้าพเจ้า.....					
3.	เมื่อข้าพเจ้าแสดงความคิดเห็นในการทำกิจกรรมกลุ่ม มักได้รับการยอมรับ.....					
4.	ในการทำกิจกรรมกลุ่ม เพื่อนจะขอให้ข้าพเจ้าทำหน้าที่สำคัญๆ.....					
5.	ถ้าข้าพเจ้าได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบงานใดแล้ว เพื่อนจะให้ความไว้วางใจ.....					
6.	รายงานที่ข้าพเจ้าทำได้รับคำชมจากครูว่าเป็นรายงานที่สมควรใช้เป็นตัวอย่างสำหรับเพื่อน.....					
7.	ในการทำกิจกรรมทางการเรียนไม่ว่าเกิดปัญหาใดขึ้น ข้าพเจ้าก็สามารถแก้ปัญหานั้นๆ ได้.....					
8.	ข้าพเจ้ารู้สึกว่าตนเองเป็นความภาคภูมิใจของพ่อแม่.....					
9.	การปฏิบัติตัวของข้าพเจ้าเป็นที่ไว้วางใจของพ่อแม่.....					
10.	พ่อแม่เชื่อมั่นว่าข้าพเจ้าสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีแก่บุคคลในครอบครัวได้.....					
11.	ข้าพเจ้าพอใจในตัวของตัวเอง.....					
12.	ข้าพเจ้าไม่เคยคิดเปรียบเทียบรูปร่างหน้าตาของข้าพเจ้ากับเพื่อนๆ.....					
13.	ข้าพเจ้าเป็นคนแต่งกายทันสมัยและเหมาะสมกับสถานการณ์.....					
14.	ข้าพเจ้าคิดว่าตนเองสามารถเข้าประกวดนักเรียนนุคลิกภาพดีเด่นของโรงเรียนได้.....					
15.	ข้าพเจ้าสามารถยอมรับความผิดพลาดที่เกิดจากการกระทำหรือการตัดสินใจของตนเองได้.....					

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามวัดลักษณะมุ่งอนาคต

ข้อ	ข้อความถาม	ระดับความเป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.	ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนเพื่อประสบความสำเร็จในการเรียน.....					
2.	การเรียนต่อเป็นความพอใจ และเป็นความปรารถนาสูงสุดของข้าพเจ้า.....					
3.	ข้าพเจ้าไม่ยอมเรียนหนังสือให้สูงๆ เพราะไม่คุ้มค่า เสียเวลาเสียเงิน					
4.	ก่อนสอบข้าพเจ้าจะดูหนังสืออย่างสม่ำเสมอ เพื่อทำข้อสอบให้ได้คะแนนดี.....					
5.	ข้าพเจ้าคิดว่าควรจะเรียนต่ออะไรหลังจากเรียนจบ.....					
6.	ข้าพเจ้าไม่ชอบวางแผนการทำงานไว้ล่วงหน้า.....					
7.	ข้าพเจ้าจะอดทนต่อการเรียน ไม่ว่าจะยากลำบากเพียงใด เพื่อความสำเร็จในการศึกษาต่อ.....					
8.	อาชีพที่ข้าพเจ้าจะเลือกเป็นอาชีพที่เหมาะสมกับสติปัญญาและความสามารถที่มีอยู่.....					
9.	ก่อนที่จะตัดสินใจเลือกศึกษาต่อ ข้าพเจ้าจะศึกษารายละเอียดของสาขาวิชานั้นๆ เพื่อให้มั่นใจว่าจะเรียนได้สำเร็จ.....					
10.	ข้าพเจ้าต้องการทำกิจกรรมที่มีความหลากหลาย เพื่อเพิ่มประสบการณ์ให้กับตนเอง.....					
11.	ขณะนี้ข้าพเจ้ายังไม่คิดเกี่ยวกับอาชีพที่จะทำ.....					
12.	ข้าพเจ้าพยายามเรียนให้สูงที่สุดเพื่อชื่อเสียงและเป็นเกียรติแก่วงศ์ตระกูล.....					
13.	ข้าพเจ้าต้องการเรียนสูงๆ เพื่อให้มีงานทำที่ดีในอนาคต.....					
14.	ข้าพเจ้าคิดว่าไม่จำเป็นต้องมีการวางแผนเป้าหมายในอนาคต เพราะทุกอย่างขึ้นอยู่กับดวง.....					
15.	ข้าพเจ้าต้องการศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับหลายๆ อาชีพ เพื่อประกอบการตัดสินใจในการเลือกอาชีพในอนาคต.....					

ฉบับที่ 4 แบบสอบถามวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล

ข้อ	ข้อความถาม	ระดับความเป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.	ผู้ปกครองจะอธิบายเหตุผลของการให้รางวัลแก่ข้าพเจ้า.....					
2.	เมื่อถูกทำโทษผู้ปกครองจะอธิบายถึงสาเหตุของการทำโทษ.....					
3.	เมื่อข้าพเจ้าทำความดีผู้ปกครองจะกล่าวชมเชย.....					
4.	ผู้ปกครองไม่ฟังเหตุผลของการกระทำของข้าพเจ้า.....					
5.	ผู้ปกครองแบ่งงานบ้านให้ข้าพเจ้าทำตามความสามารถ อย่างเหมาะสม.....					
6.	เมื่อข้าพเจ้าเสียมารยาท ผู้ปกครองจะให้ข้อคิดถึงการ กระทำนั้น.....					
7.	ผู้ปกครองให้ข้าพเจ้าเลิกคบเพื่อนโดยไม่อธิบายถึงสาเหตุ.....					
8.	เมื่อข้าพเจ้ามีเรื่องทะเลาะวิวาท ผู้ปกครองจะลงโทษทันที โดยไม่ฟังเหตุผล.....					
9.	ผู้ปกครองจะอธิบายถึงสาเหตุของการให้ข้าพเจ้าทำตามคำสั่ง....					
10.	ผู้ปกครองแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับข้าพเจ้าในเรื่องต่างๆ ไป.....					
11.	ถ้าข้าพเจ้าร่วมกิจกรรมของโรงเรียนและกลับบ้านผิดเวลา ผู้ปกครองจะแนะนำว่าควรบอกให้ทราบล่วงหน้า.....					
12.	ผู้ปกครองให้ความรักความอบอุ่นแก่ข้าพเจ้า.....					
13.	ผู้ปกครองตัดสินปัญหาอย่างสมเหตุสมผล.....					
14.	เมื่อข้าพเจ้าสอบตก ผู้ปกครองจะให้กำลังใจแก่ข้าพเจ้า.....					
15.	ผู้ปกครองจะอธิบายสาเหตุของการที่ข้าพเจ้าต้องตั้งใจเรียน.....					

ฉบับที่ 5 แบบสอบถามวัดบรรยากาศในชั้นเรียน

ข้อ	ข้อความถาม	ระดับความเป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.	ห้องเรียนของข้าพเจ้าสะอาด ถูกสุขลักษณะ เหมาะแก่การเรียน.....					
2.	ห้องเรียนของข้าพเจ้าจัดไว้อย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย เหมาะแก่การเรียน.....					
3.	ห้องเรียนของข้าพเจ้ามีขนาดกว้างขวางเพียงพอ ทำให้ไม่รู้สึกอึดอัด.....					
4.	เพื่อนๆ และข้าพเจ้าร่วมมือกันตกแต่งห้องเรียนให้สะอาดและสวยงาม.....					
5.	ในช่วงโม่งเรียน เมื่อข้าพเจ้าไม่เข้าใจบทเรียน เพื่อนๆ จะอธิบายให้ฟัง.....					
6.	บรรยากาศการเรียนในห้องเรียนของข้าพเจ้าเป็นไปด้วยความสนุกสนาน มีชีวิตชีวา.....					
7.	ข้าพเจ้ามีความสุขเมื่อได้ทำงานร่วมกับเพื่อนๆ					
8.	ข้าพเจ้าและเพื่อนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องต่างๆ ภายในห้องเรียน.....					
9.	เมื่อครูให้ทำงานกลุ่มในช่วงโม่งเรียน ข้าพเจ้าและเพื่อนๆ จะช่วยกันทำด้วยความสามัคคี.....					
10.	ข้าพเจ้าและเพื่อนๆ มีน้ำใจให้ความช่วยเหลือกันไม่ว่าจะมีปัญหาในเรื่องใด.....					
11.	ครูอบรมสั่งสอนนักเรียนในช่วงโม่งเรียนด้วยความเมตตา.....					
12.	ในช่วงโม่งเรียน ครูจะพูดคุยกับนักเรียนด้วยคำพูดที่ไพเราะ และเป็นมิตร.....					
13.	ครูจะกล่าวคำชมเชยหรือให้รางวัลเมื่อนักเรียนในห้องตอบคำถามได้ถูกต้อง.....					
14.	ในช่วงโม่งเรียน ครูรับฟังความคิดเห็นและให้กำลังใจในการเรียนแก่นักเรียนทุกคน.....					
15.	ครูจะทำโทษหรือดูว่านักเรียนที่กระทำความผิดด้วยความเกราดเกรี้ยว.....					

ฉบับที่ 6 แบบสอบถามวัดการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

ข้อ	ข้อความถาม	ระดับความเป็นจริง				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.	ในการเรียนวิชาต่างๆ ครูจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นให้นักเรียนได้ฝึกคิดหรือฝึกปฏิบัติจนค้นพบความรู้ด้วยตนเอง.....					
2.	ครูใช้เทคนิควิธีสอนที่หลากหลายเหมาะสมกับบทเรียน เช่น การสาธิต การตั้งคำถาม การอภิปราย การระดมสมอง ฯลฯ.....					
3.	ครูฝึกให้นักเรียนคิดค้นหาคำตอบจากประเด็นปัญหาในบทเรียน.....					
4.	ครูจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงออก.....					
5.	นักเรียนได้เรียนจากสถานการณ์จริงที่เป็นประโยชน์ สามารถนำไปใช้แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้.....					
6.	ครูจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยให้นักเรียนได้ใช้กระบวนการกลุ่มและเสนอผลงานเป็นกลุ่ม.....					
7.	นักเรียนได้เรียนจากแหล่งการเรียนรู้ที่หลากหลาย เช่น ห้องสมุด ทัศนศึกษา ห้องสมุด ศูนย์การเรียนรู้ ห้องปฏิบัติการ วิชาต่างๆ					
8.	ครูใช้สื่อการสอนที่เหมาะสมกับบทเรียน.....					
9.	ครูจัดกิจกรรมการเรียนรู้อย่างหลากหลาย โดยแผ่กระจายและแก่งัดทางคุณธรรม.....					
10.	ครูช่วยเหลือหรือให้คำแนะนำเมื่อนักเรียนต้องการความช่วยเหลือในการทำกิจกรรมการเรียนรู้.....					
11.	ครูใช้คำถามกระตุ้นเพื่อให้นักเรียนช่วยกันสรุปข้อความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมการเรียนรู้.....					
12.	ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้หลากหลาย.....					
13.	ครูสรุปข้อความรู้ที่ถูกต้อง ชัดเจน ก่อนที่จะให้นักเรียนนำไปประยุกต์ใช้.....					
14.	ครูให้นักเรียนทำแฟ้มสะสมผลงานของตนเอง เพื่อใช้เป็นส่วนหนึ่งของการประเมินผลการเรียน.....					
15.	ครูวัดผลและประเมินผลนักเรียนทั้งในส่วนของความรู้ การปฏิบัติ และจิตพิสัย.....					

ขอขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

ภาคผนวก ค
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

1. อาจารย์ ดร. สุวพร เข้มเฮง ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. อาจารย์ ดร. เสกสรรค์ ทองคำบรรจง ภาควิชาการวัดผลและวิจัยการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. อาจารย์ธวัชณี ไรจนาวี หัวหน้างานวิชาการและส่งเสริมการวิจัย
โรงเรียนมหิดลวิทยานุสรณ์
4. อาจารย์ ดร. มณฑิรา จารุเพ็ง ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
5. อาจารย์ ดร. พาสณา จุลรัตน์ ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ-ชื่อสกุล นางสาวสุรีย์พร ไชยฤกษ์
วันเดือนปีเกิด 12 เมษายน 2523
สถานที่เกิด 21/1 หมู่ 3 ตำบลสามตำบล อำเภอจุฬาภรณ์ จังหวัดนครศรีธรรมราช
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน ครู รับเงินเดือนในอันดับ คศ. 1
สถานที่ทำงานปัจจุบัน โรงเรียนคลองกะจะ (พงษ์สมบัติบำรุง)
สำนักงานเขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2536	ระดับประถมศึกษา จากโรงเรียนวัดดอนอินทนน อำเภอจุฬาภรณ์ จังหวัดนครศรีธรรมราช
พ.ศ. 2539	ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จากโรงเรียนศรีธรรมราชศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช
พ.ศ. 2542	ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จากโรงเรียนกัลยาณีศรีธรรมราช อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช
พ.ศ. 2546	การศึกษาระดับบัณฑิต (กศ.บ.) วิชาเอกการวัดผลการศึกษา เกียรตินิยมอันดับ 2 จากมหาวิทยาลัยทักษิณ อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา
พ.ศ. 2550	การศึกษาระดับบัณฑิต (กศ.ม.) สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางการศึกษา จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ