



ผลของกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

The Effects of Group Process for Developing Grade 9 Students' Adversity Quotient

อรัทัย บุตรหมื่น^{1*} และ ชาลิสา โพร้นิมแดง²

Orathai Butmuen^{1*} and Chalisa Phonimdaeng²

¹นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Master of Education Program in Educational Psychology and Counseling, Faculty of Education, Khon Kaen University

²อาจารย์ สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Lecturer, Educational Psychology and Counseling Program, Faculty of Education, Khon Kaen University

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 โรงเรียนน้ำพองศึกษา ตำบลวังชัย อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น ที่มีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนระดับต่ำและสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 18 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 9 คน โดยทั้งสองกลุ่มมีคะแนนใกล้เคียงกัน ด้วยวิธีการจับคู่คะแนนที่ใกล้เคียงกันให้อยู่คนละกลุ่ม กลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละประมาณ 50 นาที สัปดาห์ละ 2 ครั้ง โดยผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่ม ส่วนกลุ่มควบคุม ไม่ได้รับโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.8774 และโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Ranks Test และ The Mann-Whitney U test

ผลการวิจัยพบว่า หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน กลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: กระบวนการกลุ่ม, ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน

*Corresponding author. Mobile: +66 (0) 8 9457 9768

Email address: rathaioo7954@gmail.com

Abstract

This research was a Quasi-Experimental Research. The objective was to study the effects of group process for developing Grade 9 Students' adversity quotient. The samples of this study were 18 Grade 9 Students studying during the second semester of 2015 academic year at Namphongsuksa School, Wangchai Sub-district, Namphong District, Khon Kaen Province, with low score of adversity quotient.

They were classified into the experimental group and control group, 9 students each group. Each student in both groups who had nearly the same level of score, was assigned into a group by matching technique. The experimental group students were obtained the group process program for developing the adversity quotient for 12 sessions, 50 minutes each session, twice a week, led by the researcher. The control group students were not obtained the group process program for developing the adversity quotient. The research instruments were the Adversity Quotient Inventory with reliability = 0.8774, and the Group Process Program for developing the adversity quotient. The statistic used for data analysis included the Wilcoxon's Matched Pairs Signed Ranks Test, and the Mann-Whitney U Test.

The research findings found that after participating in the group process program for developing the adversity quotient, the experimental group had significant higher posttest score of adversity quotient than the pretest, and the control group at .05 level.

Keywords: Group Process, Adversity Quotient

บทนำ

ปัจจุบันสภาพเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว สิ่งเหล่านี้ส่งผลให้ปัญหาและสถานการณ์ต่างๆ มีความสลับซับซ้อนมากขึ้นตามลำดับ บุคคลไม่ว่าจะอยู่ในสถานะ อาชีพ วัยใด จำต้องเผชิญกับความยากลำบาก และวิกฤติของชีวิตด้วยกันทั้งสิ้น หลายคนอาจท้อแท้ สิ้นหวัง ในขณะที่บางคน แม้ว่าจะต้องเผชิญกับปัญหาที่หนักหนาสาหัสเพียงใดก็ยังยืนหยัดต่อสู้จนสามารถผ่านพ้นวิกฤติและประสบความสำเร็จในชีวิตได้ (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2552) วัยเรียนก็เป็นช่วงที่ต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคจากผลวิจัยการดำเนินชีวิตและทัศนคติเด็กไทย โดยมูลนิธิเพื่อคนไทย พบว่าเด็กไทยกว่า 90% ประสบภาวะความเครียด โดยเฉพาะเรื่องการเรียนรู้ที่ใช้คะแนนและการสอบเป็นตัวชี้วัด ซึ่งไม่เพียงแค่สอบวัดผลในชั้นและงาน

วิจัยยังระบุอีกด้วยว่าทัศนคติเด็กไทยพบภาพสะท้อนสังคม คือ ครอบครัวไทยเน้นปลูกฝังเด็กที่การเรียนมากที่สุด โดยเด็ก 99% ให้คำนิยามเกี่ยวกับความสำเร็จ คือ การได้ผลการเรียนที่ดี หน้าที่การงานที่ดีเงินเดือนที่ดี เด็กไทยยุคนี้จึงกลัวว่าจะด้อยกว่าคนอื่นตลอดเวลา ส่งผลให้การใช้ชีวิตส่วนใหญ่ไปกับตำราเรียน การบ้านที่มีอยู่มากมาย จนเด็กไม่ได้วิ่งเล่นสนุกสนานตามวัย สิ่งที่ตามมา คือ ภาวะความเครียดที่เกิดขึ้นทั้งกับตัวเด็กและพ่อแม่ผู้ปกครอง ทั้งก่อนการสอบ และหลังการประกาศผล ยิ่งเด็กคนไหน สอบตกหรือพลาด ยิ่งเหมือนชีวิตล้มเหลว โดนต่อว่า อับอายเด็กบางคนอาจรับไม่ได้จนกลายเป็นโรคทางกรรมก็มีให้เห็น ปัญหาหรืออุปสรรคในเรื่องการเรียนของเด็กนั้นก็มามาก เช่น เรียนตามเพื่อนหรือตามกระแส เรียนสาขาที่อยากได้เงินเยอะ เรียนกวดวิชาอย่างหนัก เรียนในชั้นปกติไม่เข้าใจเรียนเพื่อสอบไม่ใช่เพื่อรู้ (ครอบครัวชาวเด็กตอนอุปสรรคในการเรียนของเด็กยุคนี้ วันที่ 28 พฤษภาคม 2558)

ในโลกแห่ง ความจริง คนเราทุกคนไม่มีใครที่จะไม่ได้เผชิญหรือประสบกับอุปสรรคในชีวิต คนที่อ่อนแอและยอมแพ้ต่ออุปสรรคย่อมประสบกับความล้มเหลวหรือความทุกข์ยาก ไปจนตลอดชีวิต การที่เราจะฝ่าฟันอุปสรรคให้ผ่านไปได้นั้น จำเป็นจะต้องอาศัยกำลังใจและกำลังใจอย่างมาก จึงจะเอาชนะอุปสรรคที่ผ่านมาในแต่ละครั้ง (สมิต อาชนิกกุล, 2542) ดังนั้น คนที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต จึงต้องเป็นคนที่มีความสามารถในการฝ่าฟันอุปสรรค แนวคิดเกี่ยวกับความสามารถในการฝ่าฟันอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ) เป็นแนวคิดที่เกี่ยวกับคุณลักษณะสำคัญที่เพิ่มศักยภาพของบุคคลที่จะส่งผลต่อ ความสำเร็จ สามารถบ่งชี้ได้ว่าบุคคลจะสามารถยืนหยัดต่อ สู้กับอุปสรรคและจะสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ดีหรือไม่เพียงใด และใช้เป็นปัจจัยทำนายได้ว่าบุคคลใดมีศักยภาพและประสิทธิภาพที่จะมุ่งสู่ความสำเร็จได้อย่างไม่ย่อท้อ บุคคลที่มีความสามารถในการฝ่าฟันอุปสรรคสูงจะมองวิกฤตให้เป็นโอกาส มีการรับรู้ตนเองสามารถควบคุมหรือจัดการกับปัญหา อุปสรรค ความล้มเหลว หรือ สถานการณ์อันเลวร้ายได้เชื่อในความสามารถของตน มีความอดทนที่จะต่อสู้กับปัญหา สามารถรับมือได้อย่างรวดเร็วเมื่อตกอยู่ในสภาวะที่ยากลำบาก (Stoltz, 1997)

การนำกระบวนการกลุ่มมาเป็นกิจกรรมในการเสริมสร้างให้ผู้ที่ร่วมกิจกรรมที่มีวัตถุประสงค์ร่วมกัน ได้เรียนรู้ แลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด และประสบการณ์ซึ่งกันและกัน เพราะว่ากิจกรรมกลุ่มช่วยให้เกิดการพัฒนาตนเอง สนองความต้องการพื้นฐานของบุคคลทั้งทางร่างกายและจิตใจ เช่น ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ความปลอดภัย การยอมรับของกลุ่ม สร้างพัฒนาการทางด้านสังคม อารมณ์ เมื่อบุคคลเข้ากลุ่มจะเรียนรู้การปฏิบัติตัวในสังคม รู้จักควบคุมอารมณ์ในการแสดงออก เพราะได้ประสบการณ์จากสมาชิกแต่ละคนในกลุ่มรู้ว่าสิ่งใดควรหรือไม่ควรปฏิบัติ ทำให้เกิดพัฒนาการทางอารมณ์ สังคมในสมาชิกขึ้น สามารถพัฒนาด้านทัศนคติ ความสนใจ และ

ความสามารถ เมื่อบุคคลมีโอกาสเข้ากลุ่มในการทำงาน พัฒนาการด้านความรู้และทักษะต่างๆ ในขณะที่อยู่ในกลุ่ม เช่น ทักษะการพูด การอภิปราย การร่วมมือทำงาน การเคารพกฎเกณฑ์ต่าง ๆ การพัฒนาบุคลิกภาพ และลักษณะของตนเองให้ดีขึ้น สิ่งเหล่านี้เกิดจากกระบวนการกลุ่มหรือกลุ่มสัมพันธ์แทบทั้งสิ้น (กรมสุขภาพจิต, 2539) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ของ จันทร์พิมพ์ สุขเสริม (2553) ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะและเปรียบเทียบคะแนนทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ ที่เข้าร่วมโปรแกรมและนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ หลังการทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนการทดลอง

จากเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยเห็นว่า กระบวนการกลุ่มเป็นหนึ่งในปัจจัยที่ทำให้บุคคลสามารถพัฒนาความสามารถต่อสู้ปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนได้ ดังนั้นจึงนำกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนมาใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนน้ำพองศึกษา ซึ่งเป็นนักเรียนที่อยู่ในช่วงจะจบการศึกษาขั้นพื้นฐาน ให้มีความพร้อมความสามารถฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน การใช้ชีวิตทั้งในปัจจุบันและอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลหลังการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนน้ำพองศึกษา อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น
2. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนของนักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มกับนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกระบวนการกลุ่ม

วิธีดำเนินการวิจัย

1. กลุ่มเป้าหมาย

1.1 ประชากร ที่ใช้ในการวิจัยคือนักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 โรงเรียนน้ำพองศึกษา ตำบลวังชัย อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น จำนวน 490 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 โรงเรียนน้ำพองศึกษา ตำบลวังชัย อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น จำนวน 18 คน ได้มาโดยวิธีการ ดังนี้

1) ทำการทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 490 คน ด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน

2) นำคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนของนักเรียนที่ได้คะแนนต่ำกว่าค่าเฉลี่ยมาเรียงลำดับคะแนนจากสูงไปต่ำ คัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคต่ำ และสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 9 คน โดยทั้งสองกลุ่มมีคะแนนใกล้เคียงกัน ด้วยวิธีการจับคู่คะแนนที่ใกล้เคียงกันให้อยู่คนละกลุ่ม

1.3 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ กระบวนการกลุ่ม

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

2.1 แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนาแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ของณีนรา ตีสัม (2554) ที่สร้างขึ้นตามแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของ Stoltz (1997) กำหนดจำนวนข้อคำถามของวัดถามที่ใช้ในการวิจัยไว้ ด้านละ 13 ข้อ รวมทั้งฉบับจำนวน 52 ข้อ โดยมีลักษณะการสร้างแบบ Osgood's

Method ซึ่งเป็นมาตราแบบ 2 ขั้ว หรือเรียกว่าแบบ Bipolar Scale (ล้วน สายยศ, 2543 อ้างถึงใน ณีนรา ตีสัม 2554) ประกอบด้วย ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค 4 ด้าน ได้แก่

- 1) การควบคุม (C = Control)
- 2) วิเคราะห์สาเหตุและความรับผิดชอบ ผลที่ตามมา (O_2 = Origin and ownership)
- 3) การรับรู้ผลของการกระจายตัวของปัญหาและอุปสรรค (R = Reach)
- 4) ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหาและอุปสรรค (E = Endurance)

โดยผู้วิจัยได้พัฒนาให้มีเนื้อหาที่เหมาะสมกับกลุ่มประชากรที่จะศึกษา ทำการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือโดยการปรับปรุงเนื้อหาในข้อคำถามและหาค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน ดังนี้

1) ปรับเปลี่ยนเนื้อหาเกี่ยวกับสถานการณ์ต่างๆ ในข้อคำถามให้มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง

2) นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนไปทดลองใช้ (Try-out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2558 โรงเรียนศรีกระนวนวิทยาคม อำเภอกะนวน จังหวัดขอนแก่น ที่เป็นโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษเหมือนกัน จำนวน 50 คน

3) นำคะแนนที่ได้มาหาค่าความเชื่อมั่น โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาด้วยสูตรของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.8774

2.2 โปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการกลุ่มและวิธีการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน นำมาประมวลเป็นกรอบความคิดในการสร้างโปรแกรมกระบวนการกลุ่ม กำหนดเนื้อหาและกิจกรรม

ให้เหมาะสมสำหรับสร้างโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนของนักเรียน

ขั้นที่ 2 นำเนื้อหาที่ได้มาสร้างโปรแกรมกระบวนการกลุ่ม โดยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยมี 4 องค์ประกอบตามแนวคิด CO2RE ของ Stoltz (1997 อ้างถึงใน วิเชียร เกตุสิงห์, จีรศักดิ์ กำบรรณารักษ์, อรุณศรี ละอองแก้ว และ สุวิมา เกษณะศิล, 2552) ดังนี้

1) การควบคุมอุปสรรค Control คือ ควบคุมสถานการณ์ด้วย AQ และ EQ โดยกำหนดปัญหาให้ชัดเจน

2) การเข้าใจและความรับผิดชอบ Origin คือ แหล่งกำเนิด วิเคราะห์สาเหตุด้วย Cause & Effect วิเคราะห์สาเหตุด้วยผังก้างปลา Ownership คือ ความเป็นเจ้าของ ความรับผิดชอบต่อภาวะวิกฤติแล้วกำหนดทางเลือกในการแก้ปัญหาโดยถือว่าความรับผิดชอบเป็นคุณภาพของคนดี กล่าวหา

3) ความสามารถในการแก้ไขปัญห และอุปสรรค Reach คือ บรรลุถึง แยกแยะความกลัวกับความจริงที่เกิดจากผลลัพธ์ของวิกฤติที่เกิดขึ้นแยกแยะระหว่างข้ออนุมานกับข้อเท็จจริง เชื่อมตามคำกล่าวที่ว่า “เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในโลกไม่เคยทำให้คนเดือดร้อนที่เดือดร้อนเพราะคิดไปเอง”

4) ความอดทนต่อความยืดเยื้อของปัญหาและอุปสรรค Endurance คือ ความอดทนไม่ปล่อยให้อารมณ์ยึดเยื้อเกินความจำเป็น มองว่าปัญหานั้นเมื่อเกิดขึ้นก็ต้องแก้ไขได้โดยเชื่อว่าหากเราพยายามแล้วไม่มีอะไรที่เราไม่สามารถหาทางแก้ไขปัญหาได้

ขั้นที่ 3 การหาคุณภาพโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนโดยผู้เชี่ยวชาญและทดลองใช้โปรแกรม (Try Out) รายละเอียด ดังนี้

1) ผู้วิจัยนำโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนเสนอผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา ผู้เชี่ยวชาญด้านการวัดและประเมินผล ซึ่งให้คำแนะนำและตรวจสอบเนื้อหา กิจกรรม แนวคิดทฤษฎีต่างๆ ที่นำมาใช้กำหนดในโครงสร้างของโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนจากนั้นทำการปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมให้มีความสอดคล้องและเหมาะสมสำหรับดำเนินกิจกรรมต่อไป

2) นำโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนที่ปรับปรุงและแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างเพื่อประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมในด้านเนื้อหา กิจกรรม สถานที่ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินโปรแกรม

3) ทำการปรับปรุงและแก้ไขเนื้อหาบางส่วนเพื่อให้กิจกรรมมีความเหมาะสมในด้านเนื้อหาและระยะเวลาที่ทำการกิจกรรม

4) ดำเนินการทดลองโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อศึกษาผลของโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนของกลุ่มตัวอย่างเป็น นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนน้ำพองศึกษา ที่มีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนต่ำ แบ่งเป็นกลุ่มทดลองกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 9 คน ในการทดลองครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้กลุ่มควบคุมเพื่อเปรียบเทียบผลของโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน ซึ่งกลุ่มควบคุมจะมีโอกาสได้รับโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนหลังจากสิ้นสุดการทดลอง

โดยจัดโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละประมาณ 50 นาที สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ดังนี้

ครั้งที่	วัน/เดือน/ปี	ชื่อกิจกรรม
1	17 ธ.ค.2558	การปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธ์ภาพ
2	18 ธ.ค.2558	การควบคุมอุปสรรค 1
3	22 ธ.ค.2558	การควบคุมอุปสรรค 2
4	24 ธ.ค.2558	การเข้าใจและความรับผิดชอบ 1
5	27 ธ.ค.2558	การเข้าใจและความรับผิดชอบ 2
6	28 ธ.ค.2558	การเข้าใจและความรับผิดชอบ 3 (การปฏิเสธ)
7	5 ม.ค.2559	ความสามารถในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค 1
8	7 ม.ค.2559	ความสามารถในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค 2
9	12 ม.ค.2559	ความสามารถในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค 3
10	14 ม.ค.2559	ความอดทนต่อความยืดหยุ่นของปัญหาและอุปสรรค 1 (กรณีตัวอย่าง)
11	19 ม.ค.2559	ความอดทนต่อความยืดหยุ่นของปัญหาและอุปสรรค 2 (ความมุ่งมั่นและอดทน)
12	21 ม.ค.2559	ปัจฉิมนิเทศ/สรุปผล

3. การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดยมีขั้นตอนดังนี้

3.1 วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน โดยใช้ค่าเฉลี่ย Mean ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน Standard Deviation (SD)

3.2 ทดสอบสมมติฐานในการวิจัย โดยทดสอบความแตกต่างของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติทดสอบ The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Ranks Test

3.3 ทดสอบสมมติฐานในการวิจัย โดยเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ภายหลังจากการทดลอง โดยใช้สถิติทดสอบ The Mann-Whitney U test

สรุปและอภิปรายผล

1. สรุปผลการวิจัย

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง โดยใช้สถิติ The Wilcoxon's Matched-Pairs Signed-Ranks Test

กลุ่มทดลอง	$\bar{X}$	S.D.	Z	Sig. (2- tailed)
ก่อนทดลอง	133.44	5.68	-2.66	.008*
หลังทดลอง	181.33	5.43		

*p < .05

จากตารางที่ 1 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน หลังการทดลองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนก่อนการทดลอง

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยใช้สถิติ The Mann-Whitney U test

กลุ่มตัวอย่าง	n	Mean Rank	Sum of Rank	Z	p-value
กลุ่มทดลอง	9	14	126	-3.58	.000
กลุ่มควบคุม	9	5	45		

*p < .05

จากตารางที่ 2 พบว่า หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลอง มีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม

ผู้วิจัยได้เสนอและอภิปรายผลการวิจัยดังนี้

สมมติฐานของการวิจัย ข้อที่ 1

“นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนสูงกว่าก่อนได้เข้าร่วมกระบวนการกลุ่ม” เปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนในระยะก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง

จากสมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 1 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนสูงกว่าก่อน ได้รับโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ซึ่งผลการวิจัยดังกล่าวเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่า ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนสามารถพัฒนาได้ เนื่องมาจากนักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน ที่ส่งผลต่อการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน โดยสร้างขึ้นภายใต้องค์ประกอบ ของการควบคุมอุปสรรค การเข้าใจและความรับผิดชอบ ความสามารถในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ความอดทนต่อความยืดหยุ่นของปัญหาและอุปสรรค การศึกษาเกี่ยวกับการตัดสินใจของกลุ่มในเรื่องราวการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ Lewin (1947 อ้างถึงใน กาญจน ไซพันธ์, 2549) พบว่า ถ้าสมาชิกได้รับคำชี้แจงความจริงจากปัญหาที่เกิดขึ้นกับกลุ่ม เขาจะพยายามช่วยกันแก้ปัญหาไม่โยนให้ผู้อื่นแต่เพียงผู้เดียว การมีส่วนร่วม

ในการแก้ปัญหา เขาจะยอมรับผลของการแก้ปัญหานั้นด้วย ในโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน กิจกรรมครั้งที่ 1 การปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธ์ภาพ มีชี้แจงถึงจุดมุ่งหมายของกลุ่ม ประโยชน์ บทบาท กฎระเบียบ เปิดเผยความจริงทุกอย่าง เรื่องราวภายในกลุ่มถือเป็นความลับของกลุ่มจะไม่มีใครนำไปเล่าต่อที่อื่น ที่จะทำในกลุ่มเกิดความไว้วางใจ และเป็นการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้เข้าร่วมกลุ่ม สอดคล้องกับทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ ของ Homans & Whyte (1999 อ้างถึงใน กาญจน ไซพันธ์, 2549) กลุ่มจะมีปฏิสัมพันธ์โดยการกระทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง ปฏิสัมพันธ์จะเป็นปฏิสัมพันธ์ทุกๆด้าน คือ ปฏิสัมพันธ์ทางกาย ปฏิสัมพันธ์ทางวาจาและปฏิสัมพันธ์ทางจิตใจ กิจกรรมต่างๆที่กระทำผ่านการมีปฏิสัมพันธ์นี้ จะก่อให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกขึ้น ในโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน กิจกรรมครั้งที่ 1-12 ได้มีกิจกรรมที่ทำให้สมาชิกกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์กันตลอด และต่อเนื่อง คือ ข้อตกลงภายในกลุ่มที่คิดร่วมกัน พร้อมทั้งจะถือปฏิบัติร่วมกัน เกม การแบ่งกลุ่มย่อย การทำใบงานร่วมกัน ร้องเพลง ประโยคคำพูดเรียกพลัง “AQ น้ำพองศึกษา ฉันทำได้ เธอทำได้ เราทำได้ โอ้..ชะมาคักแท้หนอ” พร้อมใส่ท่าทาง ที่กลุ่มมีส่วนช่วยในการเติมเต็มให้สมบูรณ์ เมื่อกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีก็จะส่งผลต่อพฤติกรรมที่จะมีการแลกเปลี่ยนและเปลี่ยนแปลงของสมาชิก กลุ่ม กล่าวคือ สมาชิกกลุ่มทดลองทั้ง 9 คน ที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน เป็นนักเรียนที่ มาจากต่างห้องเรียน มีพื้นฐานด้านการเรียนคล้ายกัน และแตกต่างกัน คือ เป็นผู้ที่มีผลการไม่ติด 0 และมีทั้งผู้ที่มีผลการเรียนติด 0 เยอะ จนเป็นปัญหาทางการเรียน เมื่อมาอยู่รวมกลุ่ม ได้ดำเนินกิจกรรมร่วมกันทั้ง 12 ครั้ง ก่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น แนวทางการแก้ไขปัญหาทางการเรียน ในกิจกรรมครั้งที่ 7 - 9 สมาชิกร่วมกันทำกิจกรรมทั้งสถานการณ์สมมติจะอย่างไร เกมตารางเจ้าปัญหา ใบงานทางออกของฉัน ร่วมกันแสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนภายในกลุ่ม

กล้าแสดงความคิดเห็นของตนเอง สอดคล้องกับทฤษฎีการแลกเปลี่ยนพฤติกรรมกลุ่ม (Exchange Theory) ทฤษฎีนี้เน้นความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกและกระบวนการกลุ่ม ซึ่งจะก่อให้เกิดผลจากการรวมกลุ่ม แนวคิดของทฤษฎีจะเป็นผลพื้นฐานของการทำหน้าที่ในกลุ่มได้เป็นอย่างดี คือในการรวมกลุ่มทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนพฤติกรรม และเกิดความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก ซึ่งเกิดจากการที่สมาชิกมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันในรูปแบบต่างๆ เช่น การสื่อสาร หรือการแสดงพฤติกรรมของบุคคลนั้นด้วย เช่น การแสดงพฤติกรรม การกระทำหรือคำพูด และการแลกเปลี่ยนพฤติกรรมและความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก จะก่อให้เกิดผลของกลุ่ม จึงเป็นผลของการปฏิสัมพันธ์ของสมาชิก ซึ่งประกอบด้วยรางวัลจากการมีปฏิสัมพันธ์ เช่น ความสบายใจ ความสนุกสนาน ความอึดอ้อมใจ ความพอใจ และการเห็นคุณค่าของการพยายามกระทำพฤติกรรมนั้นให้บรรลุจุดหมายตามที่ต้องการ (Lugt, 1970 อ้างถึงใน กาญจนา ไชยพันธุ์, 2549)

หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่ม เพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน ทำให้กลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่ม เนื่องจากการเข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน ต้องอาศัยกระบวนการจูงใจ นั่นคือผลของการทำงานกลุ่ม เช่น สมาชิกกลุ่มร่วมกันแก้ไขปัญหาในการเรียนของตนเองร่วมกับเพื่อนในกลุ่ม คือ การแก้ไขผลการเรียนติด 0 ร่วมกัน ถ้าเป็นในรายวิชาเดียวกัน ลงมือช่วยกันทำงานหาข้อมูลด้วยกัน ออกทุนทรัพย์ร่วมกัน อีกทั้งสมาชิกกลุ่มที่ไม่มีผลการเรียนติด 0 ก็ลงมือช่วยด้วย เนื่องจากสัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิก สอดคล้องกับ Sigmund Freud (1939 อ้างถึงใน ทิศนา ขมมณี, 2545) เมื่อบุคคลอยู่รวมกันเป็นกลุ่ม จะต้องอาศัยกระบวนการจูงใจ (Motivation Process) ซึ่งอาจเป็นการให้รางวัล หรือการได้รับผลจากการทำงานในกลุ่ม

สมมติฐานของการวิจัย ข้อที่ 2

นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่มมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนสูงกว่านักเรียนไม่ได้เข้าร่วมกระบวนการกลุ่ม เปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนในระยะหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จากสมมติฐานของการวิจัยข้อที่ 2 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ซึ่งผลการวิจัยดังกล่าวเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่า ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนสามารถพัฒนาได้ เนื่องมาจากนักเรียนกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน ที่ส่งผลต่อการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน องค์ประกอบทั้ง 4 ด้าน คือ การควบคุมอุปสรรค การเข้าใจและความรับผิดชอบ ความสามารถในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรค ความอดทนต่อความยืดหยุ่นของปัญหาและอุปสรรค ของโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน ในกิจกรรม 12 ครั้งนั้น ทำให้สมาชิกได้ฝึกการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น สมาชิกได้รู้จัก และพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนของตนเอง สมาชิกเกิดความเข้มแข็งทางใจพร้อมที่จะเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนต่างๆ และทำสมาธิรู้จักกับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นและกล้าเสนอความคิดเห็นของตนเองต่อกลุ่ม สอดคล้องกับ กาญจนา ไชยพันธุ์ (2547) กล่าวว่ากระบวนการกลุ่มมีคุณค่าในวงการศึกษา กระบวนการกลุ่มเริ่มต้นเข้ามา มีบทบาทในวงการศึกษาโดย John Dewey จากคำพูดที่ว่า การเรียนรู้โดยการให้เด็กได้ลงมือทำ (Learning

by Doing) จึงกลายมาเป็นหลักการในการศึกษาที่เน้นการรวมกลุ่มเพื่อการเรียนรู้การรวมกลุ่มเพื่อทำงานและการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร ดังนั้น ในการจัดกิจกรรมดังกล่าว กระบวนการกลุ่มจะช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการทำงานร่วมกันนอกจากนี้ยังฝึกทักษะในการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี

โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนจะบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้นั้นต้องอาศัยทั้งสมาชิกกลุ่มและผู้นำกลุ่ม ตัวผู้นำกลุ่มเองก็ต้องเป็นที่ไว้วางใจ มีหลักการเสริมแรง ด้วยการให้กำลังใจ เสนอแนะแนวทางแก้ไขปัญหาก็ถูกต้องกับสมาชิกกลุ่ม เพื่อให้กลุ่มมีทิศทางที่ชัดเจน พร้อมทั้งเป็นแรงยึดเหนี่ยวระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม สอดคล้องกับ Lewin (1947 อ้างถึงใน กาญจนา ไชยพันธุ์, 2549) กล่าวว่า ทิศทาง (Vector) เป็นการเคลื่อนที่ไปสู่จุดหมาย จะช่วยให้กลุ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาถือว่าเป็นพลวัตของกลุ่ม ดังนั้น ถ้าทิศทางยาว กลุ่มก็อยู่ห่างจากจุดมุ่งหมายถ้าทิศทางสั้นกลุ่มก็จะอยู่ใกล้จุดมุ่งหมาย ดังนั้น ในกระบวนการกลุ่มสมาชิกต้องช่วยกันในการดำเนินกิจกรรมจะทำให้ทิศทางไปสู่จุดหมายได้เร็วขึ้นแรงดึงดูด (Valence) เป็นแรงยึดเหนี่ยวระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม และแรงยึดเหนี่ยวระหว่างกลุ่ม แรงยึดเหนี่ยวนี้เองทำให้กลุ่มบรรลุเป้าหมาย ถ้าสมาชิกในกลุ่มมีแรงยึดเหนี่ยวสูง กลุ่มก็จะรวมตัวกันสูง ก่อให้เกิดความสำเร็จในการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม

แต่กลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน จึงทำให้กลุ่มควบคุมมีค่าคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน แตกต่างจากกลุ่มทดลอง

2. อภิปรายผลการวิจัย

2.1 นักเรียนที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญ

และฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 นักเรียนที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ผู้วิจัยจึงขอเสนอแนะทางในการนำโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนไปใช้ ดังนี้

1.1 เนื่องจากโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดให้ผู้นำกลุ่มมีบทบาทเป็นผู้นำ มีหน้าที่แนะนำ กระตุ้นและส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มได้แสดงความคิดเห็น ความรู้สึก เพื่อปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกนั้น ให้มีพลังและพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรมที่นำไปสู่ความพร้อมในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนที่จะเกิดขึ้น ฉะนั้นก่อนที่จะนำโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ ผู้ทำหน้าที่ผู้นำกลุ่มควรศึกษารายละเอียดโครงสร้างโปรแกรมให้ชัดเจน คือ ศึกษาทฤษฎีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค รวมถึงศึกษาบทบาท หน้าที่ และเทคนิคของการเป็นผู้นำกิจกรรมกลุ่ม ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความเข้าใจแนวคิดอย่างลึกซึ้ง ซึ่งจะทำให้สามารถดำเนินกิจกรรมได้อย่างสนุกสนานและถ่ายทอดความรู้สึกสื่อให้สมาชิกเกิดความเข้าใจในกิจกรรมได้เป็นอย่างดี

1.2 การนำโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่ชั้นเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ควรมีการปรับเปลี่ยนโปรแกรม

กระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนให้มีกิจกรรมที่เหมาะสมกับพัฒนาการของวัยและเกิดประโยชน์มากที่สุด เช่น การนำโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ควรจะเพิ่ม เกม เพลง หรือสื่อที่สามารถกระตุ้นให้เกิดความสนใจและสนุกสนานยิ่งขึ้น

1.3 การนำโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนไปใช้ ไม่จำเป็นจะต้องดำเนินกิจกรรมตามลำดับ หรือครบทุกขั้นตอน แต่ควรสังเกตปฏิกิริยาของสมาชิกกลุ่มเป็นสำคัญ เมื่อสมาชิกกลุ่มแสดงอาการเหนื่อยเบื่อหน่าย ผู้นำกลุ่มควรแก้ปัญหาเฉพาะหน้าด้วยการเปลี่ยนลำดับขั้นตอนของโปรแกรมกระบวนการกลุ่มหรือเพิ่มเกมเพื่อกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มกระตือรือร้นและพร้อมเรียนรู้อีกครั้ง

1.4 การจัดเวลาในการดำเนินโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน หากเป็นช่วงเวลาต่อเนื่องจากการเรียนในวิชาที่ต้องใช้การคิดวิเคราะห์ซึ่งอาจจะทำให้สมาชิกรู้สึกเครียด ผู้นำกลุ่มควร เปลี่ยนเวลา หรือ มีกิจกรรมที่ทำให้สมาชิกรู้สึกผ่อนคลาย เช่น ฟังเพลง เกม ที่ต้องเคลื่อนไหว เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมก่อนเริ่มกิจกรรม

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน ในระดับชั้นที่แตกต่างกันเช่น ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เพื่อนำผลมาวิเคราะห์ถึงการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนจะได้ผลดีที่สุดกับนักเรียน

2.2 ควรมีโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มร่วมกับการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน เพื่อให้คำปรึกษาด้านการเรียน เพื่อนักเรียนจะได้รับ

ประโยชน์สูงสุดสามารถเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียนได้ดียิ่งขึ้น นำไปสู่ความสำเร็จในการเรียนและใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข

2.3 ควรมีการพัฒนาโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน โดยใช้แนวคิดด้านศาสนาที่หลากหลาย ทั้งนี้เพื่อให้ โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในการเรียน มีความเหมาะสมกับทุกศาสนา และมีความเป็นสากล

เอกสารอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2539). **คู่มือกลุ่มกลุ่มจิตบำบัดสำหรับนักสุขภาพจิต.**

กรุงเทพฯ: ร.ส.พ.

กาญจนา ไชยพันธุ์. (2547). **กระบวนการกลุ่มทางการศึกษา.** พิมพ์ครั้งที่ 2. ขอนแก่น:

ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

_____. (2549). **การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม.**

กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

ครอบครัวชาวเด็ก. (2558). **อุปสรรคในการเรียนของเด็ก ยุคนี้.** ค้นเมื่อ 28 พฤษภาคม 2558, จาก <http://www.kidsnews.bectero.com/education/12193>

ครอบครัวข่าว 3. (2557). **เปิดผลวิจัยเด็กไทยเครียด ภาวะการเรียน.** ค้นเมื่อ 24 พฤศจิกายน 2557, จาก <http://www.krobkruakao.com/ข่าวสังคม/107261/เปิดผลวิจัยเด็กไทยเครียดภาวะการเรียน.htm>.

จันทร์พิมพ์ สุขเสริม. (2553). **ผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์.**

วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษามหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ณีนันรา ดีสม. (2554). **ผลของโปรแกรมความคิดเชิงบวกที่มีผลต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ทิตินา แคมมณี. (2545). **กลุ่มสัมพันธ์เพื่อการทำงานและการจัดการเรียนการสอน**. กรุงเทพฯ: นิชิน แอดเวอร์ไทซิง กรุ๊ป.

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2542). **พฤติกรรมกลุ่ม**. กรุงเทพฯ: พัฒนาศึกษา.

วิเชียร เกตุสิงห์, ธีรศักดิ์ กำบรรณารักษ์, อรุณศรี ละอองแก้ว, & สุวีณา เกนทะนะศิล. (2552). **การศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับคุณลักษณะของคนไทยที่พึงประสงค์: ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค**. กรุงเทพฯ: สำนักมาตรฐานการศึกษาและพัฒนาระบบเรียนรู้ สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา.

สมิต อาชนิจกุล. (2542). **อุปสรรคเอาชนะได้ไม่ยาก**. กรุงเทพฯ: ดับเบิ้ลนายน์พริ้นติ้ง.

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. (2552). **การศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับคุณลักษณะของคนไทยที่พึงประสงค์: ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค**. กรุงเทพฯ: พรักหวานกราฟฟิค

Stoltz, P. G. (1997). **Adversity quotient: Turning Obstacles into Opportunities**. New York: John Wiley & Son.

Zander, A. F. (Editor). (1968). **Group dynamics: research and theory**. 3rd ed. New York: Harper & Row.