

การพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวตามหลัก
อิทธิบาท 4 ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันท์อุทิศ)
ENHANCING ASSERTIVE SELF-CONFIDENCE THROUGH A GUIDANCE ACTIVITY
SET BASED ON THE FOUR IDDHIPADA OF MATTHAYOMSUKSA 3 STUDENTS AT
WAT KHU BON SCHOOL (WATTANANAN UTHIT)

¹พระศุภณัฐ โชติญาโณ (บัวแก้ว) PhraSuppanat Chotiyano (Buakaew)

²พระปลัดสรวิชัย อภิพลโณ PhrapaladSoravit Aphipanyo

³พระสมุห์โชคดี วชิรปญโญ PhrasomutChokdee Wachirapanyo

⁴สายหยุด มีฤกษ์ Sayyud Mererk

^{1, 2, 3, 4}มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Corresponding Author E-mail: addybuakaew@gmail.com

Article Received: August 26, 2025. Revised: December 28, 2025. Accepted: December 29, 2025.

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวตามหลักอิทธิบาท 4 เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก 2) เพื่อศึกษาผลการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออกด้วยชุดกิจกรรมตามหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันท์อุทิศ) เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลองโดยใช้นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 33 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ 1) ชุดกิจกรรมที่ส่งผลต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นและความกล้าแสดงออก 2) แบบสอบถามวัดความเชื่อมั่นและความกล้าแสดงออก ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที (t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (ANOVA)

ผลการวิจัยพบว่า 1) กระบวนการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวตามหลักอิทธิบาท 4 พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก นี้ได้ดำเนินการอย่างเป็นระบบและรอบคอบ โดยอาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาควบคู่กับแนวคิดทางจิตวิทยา ทำให้เกิดกิจกรรมแนะแนวที่เหมาะสมกับบริบทของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ได้เป็นอย่างดี และสามารถนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และ 2) ผลการเปรียบเทียบการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยชุดกิจกรรมตามหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันท์อุทิศ) ก่อนใช้ชุดกิจกรรม ในภาพรวมอยู่ระดับปานกลาง ส่วนหลังใช้ชุดกิจกรรม ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก สรุปว่า นักเรียนมีพัฒนาการของความเชื่อมั่นในตนเองที่ดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัด หลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่จัดทำขึ้น

คำสำคัญ: ความเชื่อมั่นในตนเอง, ความกล้าแสดงออก, กิจกรรมแนะแนว, หลักอิทธิบาท 4, นักเรียน

Abstract

This research article aims to: 1) create a set of guidance activities based on the Four Paths of Accomplishment (Iddhipada 4) to develop self-confidence in assertiveness; and 2) study the effectiveness of this activity package on the development of assertive self-confidence based on the Four Paths of Accomplishment (Iddhipada 4) of Grade 9 students at Wat Khubon School (Wattananant Uthit). This was a quasi-experimental research using 33 Grade 9 students. The experimental instruments included: 1) a set of activities that affected the development of self-confidence and assertiveness, and 2) a questionnaire measuring self-confidence and assertiveness before and after participating in the activities. Data were analyzed using mean, standard deviation, t-test, and one-way analysis of variance (ANOVA).

The research results showed that: 1) the process of creating the set of guidance activities based on the Four Paths of Accomplishment (Iddhipada 4) to develop self-confidence in assertiveness was carried out systematically and carefully, using Buddhist principles coupled with psychological concepts. This resulted in guidance activities that were well-suited to the context of Grade 9 students and could be used effectively; and 2) the results of comparing the development of self-confidence in assertiveness with a set of activities based on the Four Noble Truths (Iddhipada 4) for Grade 9 students at Wat Khubon School (Wattananant Uthit), before using the activities, the overall self-confidence was rated at a moderate level. After using the activity set, the overall self-confidence was rated at a high level. In conclusion, the students showed a significant improvement in self-confidence after participating in the activities.

Keywords: Self-Confidence, Assertiveness, Guidance Activities, Four Paths of Accomplishment (Iddhipada 4), Students

บทนำ

ความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออกเป็นคุณลักษณะที่สำคัญในการที่จะพัฒนาคนให้มีคุณภาพต้องพัฒนาตั้งแต่ช่วงเด็กๆ เราจะเห็นว่า ผู้ที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ด้านความกล้าแสดงออกไม่กล้าที่จะสบตาผู้อื่น แม้แต่ผู้ที่กำลังคุยด้วย ทำให้มีลักษณะก้มหน้าหรือ ไม่ค่อยพูดคุย ไม่กล้าที่จะตอบคำถาม และไม่มี ความมั่นใจ ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ จนเกิดความเครียด และอาจทำให้เข้าใจผิดว่า ไม่สนใจผู้ที่กำลังพูดคุยอยู่ด้วย นอกจากนี้ การเข้าหากลุ่มสนทนา ยังไม่รู้จะเข้าหาอย่างไร เขาจะปฏิเสธที่จะคุยกับเราหรือไม่ จึงเกิดลักษณะคิดเอาเองว่า ผู้อื่นคงจะตำหนิตนเอง ยิ่งทำให้เกิดอาการกระวนกระวายมากขึ้น พยายามหลบหลีกออกจากงานเพราะเกิดความเครียดมาก จึงหลีกเลี่ยงการไปงานเลี้ยงต่างๆ งานกลุ่มที่ต้องพบเจอกับผู้คนมากๆ ซึ่งยิ่งทำให้เกิดความไม่มั่นใจมากขึ้น ส่งผลให้เกิดการพัฒนาสิ่งต่างๆ ที่ดีขึ้นทำให้เกิดความเชื่อมั่นที่แน่นหนา ที่ตัวเองมั่นใจหรือตัดสินใจเลือก จะมีปัญหาในการไตร่ตรองมากขึ้นมีปัญหาก็จะมีการไตร่ตรองเรื่องต่างๆละเอียดมากขึ้นส่งผลให้เรามีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น ทำให้ตัวเองไม่ต้องไปตกอยู่ในที่เราไม่สมควร ทำให้ไม่คิดมากจนเกินไป เพราะบางสิ่งบางอย่างนั้นแล้วเราล้วนไม่คิดไตร่ตรองให้ดีกว่าก่อนแล้วนั้น

การกระทำหรือความคิดที่เราปล่อยทำลงไปนั้นจะส่งผลเสียต่อตัวเราแค่ไหน เพราะบางสิ่งบางอย่างต้องการคนใส่ใจดูแลให้ดีขึ้น ถ้าใส่ใจดูแลให้คำปรึกษาถูกที่ถูกจุดก็จะส่งผลที่ดีตามมา ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอะไรก็ตาม ถ้าได้ช่วยอนาคตของเด็กเหล่านี้แล้วนั้น เป็นสิ่งสำคัญต่ออนาคตของประเทศแล้วด้วยนั้นต้องสอดคล้องกับ มาสโลว์ กล่าวว่า ความเชื่อมั่นในตนเองนั้นสามารถปลูกฝังให้เกิดขึ้นได้เพราะคนทุกคนในสังคมมีความปรารถนาที่จะได้รับความสำเร็จ มีความภาคภูมิใจในตนเองต้องการให้คนอื่นยอมรับนับถือในความสำเร็จของตนเองถ้าความต้องการนี้ได้รับการตอบสนองอย่างเพียงพอจะทำให้บุคคลนั้นมีความเชื่อมั่นในตนเอง

ความเชื่อมั่นที่อยู่ภายในตัวเด็กนั้นจะทำหน้าที่ในการกำกับความคิด ความรู้สึกของเด็กในปัญหาต่างๆ และจะแสดงออกมาในลักษณะของพฤติกรรมที่ปรากฏต่อบุคคลภายนอกที่เรียกว่าบุคลิกภาพเด็กที่มีความเชื่อมั่นจะเป็นคนที่มีลักษณะมั่นคง ไม่ลังเลในการตัดสินใจ ไม่วิตกกังวลต่อสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้นในขณะเดียวกันก็ไม่พุ่มพวยหรือกังวลต่อสิ่งที่เกิดขึ้นไปแล้วสามารถที่จะปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ และเมื่อประเมินว่าตัวเองไม่พร้อม ก็กล้าและมั่นใจที่จะขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น ส่วนเด็กที่ขาดความเชื่อมั่นจะมีลักษณะที่ตรงกันข้าม ในสถานการณ์ที่ปกติ จะเป็นคนที่ดูน่าคบหา อ่อนน้อม ไม่มีปากมีเสียงกับใคร ดูเป็นคนที่สามารถเข้ากับคนอื่นได้ดี แต่เมื่อต้องเผชิญหน้ากับสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย จะเห็นตัวตนที่แท้จริงของบุคคลนั้น คือ มีอาการทำที่ลังเลกระวนกระวายและวิตกกังวลในสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น ไม่กล้าที่จะตัดสินใจ พร้อมทั้งจะเป็นผู้ตามมากกว่าที่จะยอมรับ บทบาทของความเป็นผู้นำที่จะต้องรับผิดชอบในการตัดสินใจ นอกจากนั้นอาจแสดงการยอมรับผู้อื่นด้วยการให้ผู้อื่นตัดสินใจแทนและทำตามการตัดสินใจของคนอื่น ทั้งๆ ที่ตัวเองอาจจะไม่เห็นด้วยกับการตัดสินใจนั้น สิ่งตามมาคือการหมดความสุขในชีวิต เกิดความทุกข์ในการต้องทำในสิ่งที่ตนเองไม่เห็นด้วย เมื่อเด็กมีความเชื่อมั่นในตนเองแล้วจะส่งผลถึงการเรียนรู้และการพัฒนาตนเองของเด็กในทุกๆ ด้านไม่ว่าจะเป็นด้านวิชาการ ด้านอารมณ์หรือด้านสังคม ปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง คือ ครู เป็นผู้มีความสำคัญในการส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเด็ก การสร้างบรรยากาศและจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสอนให้เด็กเกิดความอบอุ่นเป็นกันเอง มีอิสระในการแสดงออก สามารถเลือกทำตามกิจกรรมที่สนใจยอมรับในความสามารถของตนเองและผู้อื่น รู้ว่าตัวมีคุณค่าและทำสิ่งต่างๆ ให้ประสบความสำเร็จได้ด้วยตัวเอง ครอบครัวการศึกษาและสังคม ล้วนเป็นปัจจัยแวดล้อมที่มีส่วนในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองให้เกิดแก่เด็กได้ และสถานศึกษาเป็นที่สำคัญที่สุดในการสร้างและพัฒนาคุณลักษณะที่ดี การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อมุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีความรับผิดชอบ เอาใจใส่ในงานส่วนที่เป็นความรับผิดชอบของตนเองปลูกฝังและฝึกฝนความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าคิด กล้าทำ กล้าตัดสินใจ กล้าเผชิญหน้าความจริง มีแรงจูงใจ กล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้องเหมาะสมเป็นบุคคลที่มีคุณสมบัติ เหมาะสม มีคุณภาพ สามารถอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข สร้างสรรค์ประโยชน์ต่อตนเองและสังคมต่อไป มันเป็นสิ่งสำคัญที่ตัวของเด็กจะได้รับการช่วยเหลือให้คำปรึกษาแนะแนว เราจึงเล็งเห็นปัญหาเหล่านี้จึงอยากเข้ามาช่วยแก้ไขปัญหาคือเด็กส่วนน้อยที่กำลังพบเจออยู่ การขาดความเชื่อมั่นด้วยตัวเอง จะนำเอาด้วยหลักอิทธิบาท 4 เข้ามาช่วยแก้ไขปัญหาคือ แม้สิ่งที่ตัวเด็กนั้นพบเจออยู่ไม่ว่าจะเป็นเรื่องที่ยากลำบากขนาดไหนเราจะช่วยหาทางแก้ไขให้ดีที่สุด ถึงที่สุดแล้วนี้เราจัดทำวิจัยในครั้งนี้ก็เพื่อประโยชน์ต่อเด็กที่พบเจอปัญหาสิ่งเหล่านี้อยู่ ความอายไม่มีอยู่จริง คนที่ดูขี้อายสามารถเป็นคนที่ไม่กล้าแสดงออกในเรื่องใดเรื่องหนึ่งได้ แฝงความอายยังเป็นพลังของความเปราะบางด้วย หมายความว่าหากเราไม่รู้จักพูดผิด หรือเข้าใจผิดไปบ้างก็ปล่อยให้มันผ่านไป ไม่อายที่จะถาม ไม่ลังเลที่จะขอความรู้จากคนที่รู้จริงๆ ความอายเป็นเสน่ห์ของความผิดพลาดที่คนเราให้อภัยได้

เราต้องพยายามสร้างความมั่นใจให้กับตัวเองเพื่อเสริมสร้างบุคลิกภาพที่ดีต่อตัวของเด็กและเสริมสร้างความมั่นใจความกล้าแสดงออกแล้ว ยังส่งผลต่ออนาคตของเด็กและปัจจุบันถ้าเราได้เข้ามาช่วยส่งเสริมสิ่งต่างๆของเด็กเหล่านี้แล้วย่อมเป็นการที่ดีต่อตัวเด็กอย่างมากแล้วนั้น ยังช่วยในสภาพปัญหาต่างๆของพวกเขาทำให้การตัดสินใจที่ดี บุคลิกที่ดีแล้วนั้นด้วย ส่งผลให้มีการแสดงออกที่ดีขึ้น สภาพแวดล้อมที่ดีขึ้นส่งผลถึงอนาคตที่เด็กๆเหล่านั้นควรจะได้เป็นในสิ่งที่แล้วจริงๆตัวเราเองถนัดหรือชอบสิ่งใดๆก็ไม่อาจมีอะไรมารีดขวางทางที่เราอยากจะเป็นทางที่เราเลือก หรือทางที่เราฝันได้

จากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยสนใจศึกษาเรื่องการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยชุดกิจกรรมตามหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันทอุทิศ) เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาเยาวชนไทยให้เกิดความเชื่อมั่นในการแสดงออกอันจะทำให้เป็นอนาคตที่ดีของประเทศชาติต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวตามหลักอิทธิบาท 4 พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันทอุทิศ)
2. เพื่อศึกษาผลการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยชุดกิจกรรมตามหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันทอุทิศ)

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ใช้รูปแบบการวิจัยกึ่งทดลองโดยมีวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย 1) ประชากร คือ นักเรียนระดับชั้น ม.3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันทอุทิศ) จำนวนนักเรียนทั้งหมด 113 คน 2) กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้น ม.3/1 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันทอุทิศ) แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 33 คน
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 1) แบบชุดกิจกรรมที่ส่งผลต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นและความกล้าแสดงออกด้วยหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนโรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันทอุทิศ) 2) แบบสอบถามวัดความเชื่อมั่นและความกล้าแสดงออก ด้วยหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนโรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันทอุทิศ)
3. การดำเนินการทดลอง เพื่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันทอุทิศ) ดังนี้ 1) ผู้วิจัยนำหนังสือจากหลักสูตรครุศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันทอุทิศ) กรุงเทพมหานคร เพื่ออนุมัติในการดำเนินการทดลอง และเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งมีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/2 และ 3/1 เป็นกลุ่มตัวอย่าง และขออนุญาตใช้ สถานที่ในการดำเนินการทดลอง 2) ให้นักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมทำแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยหลักอิทธิบาท 4 3) ผู้วิจัยดำเนินการทำกิจกรรมกับนักเรียนกลุ่มทดลองด้วยตนเองตามชุดกิจกรรมการแนะแนวความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออกด้วยหลักอิทธิบาท 4 เป็น เวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมได้รับการเรียนการสอนตามปกติ 4) ให้นักเรียนกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออกด้วยหลักอิทธิบาท 4 5) เมื่อผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามที่กำหนดไว้แล้ว ผู้วิจัยนำแบบสอบถามความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยหลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้วัดก่อนทดลองมาวัดกับนักเรียน

กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง (Post-test) รวมทั้งให้นักเรียนกลุ่มทดลองตอบแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกิจกรรมแนะแนวความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยหลักอิทธิบาท 4 (1) Per-test คือ การทดสอบที่จัดกระทำขึ้นก่อนที่บุคคลจะ ได้รับโครงการ หรือก่อนที่จะมีการทดลอง (2) Post-test แบบทดสอบหลังเรียน (Post-Test) เป็นแบบทดสอบที่จะต้องมีความถูกต้องตามหลักวิชาการ กล่าวคือ จะต้องมีค่าความเที่ยงตรงสูง (Validity) อำนาจการจำแนกสูง มีดัชนีความยาก (Difficulty Index) อยู่ในเกณฑ์และมีค่าความเชื่อมั่น (Reliability) สูง6) นำแบบสอบถาม ความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนกลุ่มทดลองมาวิเคราะห์เปรียบเทียบก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยหลักอิทธิบาท 4 และ วิเคราะห์เปรียบเทียบระหว่างเพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่มีผลต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลตามแนวทางการวิจัยเชิงกึ่งทดลองเพื่อวิเคราะห์หาค่าสถิติต่างๆ ดังนี้ ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับข้อมูลลักษณะทั่วไปของนักเรียน วิเคราะห์ข้อมูลโดยแจกแจงความถี่เป็นร้อยละ นำเสนอตารางประกอบการบรรยายผล ตอนที่ 2 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติค่าเฉลี่ยเลขคณิตและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากแบบความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออกด้วยหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง นำเสนอในรูปตารางประกอบคำบรรยาย และตอนที่ 3 วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างระดับแรงจูงใจของนักเรียนกลุ่มทดลองกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง ที่มีเพศและผลสัมฤทธิ์ที่ต่างกัน โดยการทดสอบค่าที (t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (ANOVA)

สรุปผลการวิจัย

1. การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวตามหลักอิทธิบาท 4 พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันทอุทิศ) โดยมีการดำเนินการวิจัยใน 2 ส่วนสำคัญ สร้างชุดกิจกรรมแนะแนวตามหลักอิทธิบาท 4 พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันทอุทิศ) และการเปรียบเทียบผลการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยชุดกิจกรรมตามหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันทอุทิศ)

การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันทอุทิศ) จังหวัดกรุงเทพมหานคร สามารถสรุปการสร้างชุดกิจกรรมดำเนินการตามขั้นตอนสำคัญ ได้แก่

1) การศึกษาทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้อง การศึกษาทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องเป็นขั้นตอนแรกที่มีความสำคัญต่อการกำหนดแนวทางในการพัฒนาชุดกิจกรรม โดยผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเองใน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านกล้าแสดงออก ด้านกล้าตัดสินใจ ด้านกล้าเผชิญความจริง ด้านความคิดสร้างสรรค์ นอกจากนี้ยังมีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่สอดคล้องกันได้แก่ อิทธิบาท 4 ประการ ซึ่งประกอบด้วย ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา มาประยุกต์ใช้ร่วมกับแนวคิดทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนากิจกรรมให้เหมาะสมกับกลุ่มนักเรียน

2) การกำหนดโครงสร้างและรูปแบบการสร้างชุดกิจกรรม จากการศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้กำหนดโครงสร้างและรูปแบบของชุดกิจกรรม โดยวางแผนกิจกรรมให้ครอบคลุมทั้ง 4 ด้านของความเชื่อมั่นในตนเอง มีเป้าหมายการเรียนรู้ที่ชัดเจน และใช้หลักธรรมที่เกี่ยวข้องให้สอดคล้องกันในแต่ละด้าน นอกจากนี้ยังออกแบบการประเมินผลทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อวัดผลพัฒนาการของนักเรียนอย่างเป็นมีประสิทธิภาพ

3) การออกแบบสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว การออกแบบชุดกิจกรรมเน้นการเชื่อมโยงหลักธรรมกับสถานการณ์ในชีวิตประจำวันของนักเรียน โดยแต่ละกิจกรรมได้รับการออกแบบให้มีความหลากหลาย เช่น การเรียนรู้ผ่านสื่อวิดีโอ การอภิปรายกลุ่ม การเล่าเรื่อง และการฝึกปฏิบัติ เพื่อกระตุ้นการเรียนรู้และการมีส่วนร่วมของนักเรียน

4) การตรวจสอบและปรับปรุงกิจกรรม หลังจากการออกแบบกิจกรรม ผู้วิจัยได้นำชุดกิจกรรมไปขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญทางพระพุทธศาสนา จิตวิทยา และการแนะแนว เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหาและรูปแบบกิจกรรม และมีการปรับปรุงตามข้อเสนอแนะเพื่อให้แน่ใจว่ากิจกรรมมีประสิทธิภาพและตรงตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

5) การเปรียบเทียบการใช้ชุดกิจกรรม โดยนำแบบสอบถามมาให้นักเรียนโรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันท์อุทิศ) จำนวน 33 คน เป็นนักเรียนชั้น ม.3/1 กลุ่มตัวอย่าง ชุดกิจกรรมที่ได้รับการปรับปรุงแล้วถูกนำไปทดลองใช้กับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3/1 โดยใช้ชุดกิจกรรมที่ปรับปรุงการแก้ไขแล้ว มาใช้ แล้วหลังใช้ชุดกิจกรรมครบแล้ว ได้นำแบบสอบถามมาทดสอบอีกครั้ง โดยให้นักเรียนโรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันท์อุทิศ) จำนวน 33 คน เป็นนักเรียนชั้น ม.3/1 กลุ่มตัวอย่าง มาเปรียบเทียบก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมเพื่อดูความแตกต่าง จากก่อนและหลังอย่างไร

6) การประเมินและสรุปผลการสร้างชุดกิจกรรม การวิเคราะห์ข้อมูลจากการทดลองใช้แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมที่พัฒนาขึ้นสามารถส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ และการนำผลการเปรียบเทียบทำให้ชุดกิจกรรมมีความสมบูรณ์และพร้อมสำหรับการนำไปใช้จริงในชีวิตประจำวัน

2. ผลการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออกด้วยชุดกิจกรรมตามหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันท์อุทิศ)

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/1 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันท์อุทิศ) ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยหลักอิทธิบาท 4 โดยภาพรวม (ก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรม)

ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนใช้กิจกรรมแนะแนว			หลังใช้กิจกรรมแนะแนว		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1) ด้านกล้าแสดงออก	2.57	0.635	ปานกลาง	3.53	0.740	มาก
2. ด้านกล้าเผชิญความจริง	3.45	0.572	ปานกลาง	3.78	0.738	มาก
3) ด้านกล้าตัดสินใจ	2.75	0.476	ปานกลาง	3.57	0.815	มาก
4) ด้านความคิดสร้างสรรค์	2.94	0.583	ปานกลาง	3.54	0.730	มาก
ภาพรวม	2.76	0.609	ปานกลาง	3.54	0.735	มาก

จากตารางที่ 1 พบว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/1 (กลุ่มตัวอย่าง) ก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/1 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันท์อุทิศ) อยู่ในระดับปานกลาง และพบว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/1 (กลุ่มตัวอย่าง) หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3/1 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันท์อุทิศ) อยู่ในระดับมาก

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้พบผลการวิจัยที่สามารถนำมาอภิปรายผลได้ดังต่อไปนี้

1. ผลการสร้างกระบวนการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวตามหลักอิทธิบาท 4 พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออกนี้ได้ดำเนินการอย่างเป็นระบบและรอบคอบ โดยอาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาควบคู่กับแนวคิดทางจิตวิทยา ทำให้เกิดกิจกรรมแนะแนวที่เหมาะสมกับบริบทของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ได้เป็นอย่างดี และสามารถนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีการสร้างพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวตามหลักอิทธิบาท 4 ที่พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก พบว่ามีการดำเนินการอย่างเป็นระบบและมีขั้นตอนสำคัญ ได้แก่ การศึกษาทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง การกำหนดโครงสร้างกิจกรรมการออกแบบ การตรวจสอบและปรับปรุงกิจกรรม การเปรียบเทียบ และการประเมินผล กระบวนการทั้งหมดได้รับการพัฒนาโดยใช้หลักธรรมอิทธิบาท 4 ซึ่งประกอบด้วย ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ผสมผสานกับแนวคิดทางจิตวิทยาที่เน้นการส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองใน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านกล้าแสดงออก ด้านกล้าตัดสินใจ ด้านกล้าเผชิญความจริง และด้านความคิดสร้างสรรค์ ทำให้กิจกรรมที่พัฒนาขึ้นมีความเหมาะสมกับนักเรียนบาลีและสามารถตอบสนองต่อความต้องการของกลุ่มเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับแนวคิดพระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต) (2559) ที่กล่าวว่า ชีวิตมีทุกข์เป็นธรรมชาติฐานของมันเป็นอยู่แล้วการที่จะแก้ปัญหาดับสลายคลายทุกข์และการที่จะมีความสุขได้คนก็ต้องมีจิตใจที่มั่นคงในการอยู่กับความจริงเริ่มด้วยจัดการให้ชีวิตของตนลงตัวกันได้กับความทุกข์พื้นฐานนั้นโดยมีปัญญาที่ทำให้จิตเป็นอิสระจากทุกข์พื้นฐานนั้นหรือให้ใจอยู่กับมันได้สบายๆอย่างใดอย่างหนึ่งถ้าทำถึงขั้นนั้นไม่ได้ก็ให้ใจอยู่กับมันด้วยปัญญาที่รู้เท่าทันวางใจว่าทำนั้นถูกต้องอย่างน้อยก็ยอมรับความจริงสู้หน้าเผชิญหน้าความจริงได้ด้วยปัญญาที่รู้เท่าทันความจริงนั้นถ้าคนมีจิตใจที่มั่นคงในการอยู่กับความจริงไม่ได้ถ้าเขาไม่มีปัญญาจัดการให้ชีวิตของตนลงตัวกันได้กับความทุกข์พื้นฐานนั้นก็กลายเป็นว่า เขาปล่อยให้ทุกข์พื้นฐานนั้นกลายเป็นปมปัญหาที่แฝงซ่อนอยู่ในตัวเขาเองแล้วเขาก็จะมีชีวิตอยู่แบบปิดกั้นปัญหา บังตาจากความทุกข์ และหลอกตัวเองปล่อยให้ปัญหาซ่อนอยู่ข้างในนั้นก่อปัญหาซ่อนขึ้นมาไม่รู้จบสิ้น พยายามปรารภความเพียรประครองจิตมุ่งมั่นเพื่อยังกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดภิกษุ นั้นสร้างฉันทะพยายามปรารภความเพียรประครองจิตมุ่งมั่นเพื่อความดำรงอยู่ไม่เลือนหาย

จากผลการพัฒนา พบว่า กระบวนการทั้งหมดมีประสิทธิภาพ เนื่องจากมุ่งเน้นการเชื่อมโยงหลักธรรมกับชีวิตประจำวันของนักเรียนมัธยมศึกษา ผ่านการออกแบบกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การอภิปรายกลุ่ม การฝึกปฏิบัติ การเล่าเรื่อง และการใช้สื่อวิดีโอ เพื่อกระตุ้นการเรียนรู้และการมีส่วนร่วม กระบวนการนี้ยังได้รับการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญในด้านต่างๆ เพื่อให้แน่ใจว่ามีความเหมาะสมในเชิงเนื้อหา รูปแบบ และเป้าหมายการสร้างและพัฒนา ดังนั้น การสร้างและพัฒนาชุดกิจกรรมนี้จึงเป็นกระบวนการที่สอดคล้องกับแนวคิดทางการศึกษาและหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาช่วยส่งเสริมศักยภาพความเชื่อมั่นในตนเองทั้งด้านส่วนตัวและสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ผลการศึกษาเปรียบเทียบการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยชุดกิจกรรมตามหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันท์อุทิศ) ก่อนใช้ชุดกิจกรรม ในภาพรวมอยู่ระดับปานกลาง ส่วนหลังใช้ชุดกิจกรรม ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก สรุปว่านักเรียนมีพัฒนาการของความเชื่อมั่นในตนเองที่ดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัดเจน หลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่จัดทำขึ้น ได้เปรียบเทียบผลวิจัยพบว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวสามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนในทุกด้านอย่างมีนัยสำคัญ ค่าเฉลี่ยก่อนและหลังของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (x หลังเข้าร่วมกิจกรรม) ไม่มีการพัฒนาเกิดขึ้นเพราะไม่ได้ใช้ชุดกิจกรรม โดยค่าเฉลี่ยของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3/1 ความเชื่อมั่นในตนเองโดยรวมเพิ่มขึ้นจากระดับปานกลาง ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม เป็นระดับมาก หลังการเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากิจกรรมที่พัฒนาขึ้นสามารถตอบสนองเป้าหมายการส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออกได้อย่างชัดเจน สอดคล้องกับแนวคิดของ Maslow (1954) กล่าวว่า ความเชื่อมั่นในตนเองนั้นสามารถปลูกฝังให้เกิดขึ้นได้เพราะคนทุกคนในสังคมมีความปรารถนาที่จะได้รับความสำเร็จ มีความภาคภูมิใจในตนเองต้องการให้คนอื่นยอมรับนับถือในความสำเร็จของตนเองถ้าความต้องการนี้ได้รับการตอบสนองอย่างเพียงพอจะทำให้บุคคลนั้นมีความเชื่อมั่นในตนเอง การปลูกฝังความเชื่อมั่นให้แก่ตัวเด็กให้ด้นั้นควรพึงจะศึกษาทำความเข้าใจ ในการสอนที่จะทำให้ตัวเด็กปลูกฝัง ความเชื่อมั่นในตนเองจะมีผลในระยะยาว ทำให้คุณภาพชีวิตของเด็กจะดียิ่งขึ้น และสอดคล้องกับแนวคิดอารีวรรณ์ จันทรเอียง (2551) ได้นิยามพฤติกรรมความกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมไว้ว่าเป็นพฤติกรรมที่บุคคลสามารถพูด หรือกระทำตามความคิด ความรู้สึก และความต้องการของตนเองด้วยความมั่นใจ ปราศจากความวิตกกังวลต่อบุคคลหรือสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ถูกกาลเทศะ ตามสิทธิที่ตนมี โดยไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่นและรับผิดชอบต่อพฤติกรรม อีกทั้งการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนร่วมชั้นยังส่งเสริมทักษะการสื่อสารและการยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่าง สอดคล้องกับแนวคิด Willis and Daisley (1995) กล่าวว่า พฤติกรรมความกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม คือรูปแบบของพฤติกรรมที่แสดงให้เห็นถึงความเคารพในตนเอง และผู้อื่น ซึ่งหมายความว่าความกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมนั้นเกี่ยวข้องกับการจัดการหรือเผชิญกับความรู้สึกที่มีต่อตนเองและผู้อื่นโดยสามารถยอมรับได้ไม่ว่าจะมีผลเกิดขึ้นตามมาแบบใดก็ตาม ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากิจกรรมฝึกความคิดสร้างสรรค์ในการนำเสนองานที่ได้รับมอบหมาย ประสบการณ์ช่วยให้นักเรียนพัฒนาความมั่นคงทางความคิดสร้างสรรค์และสามารถจัดการกับความเครียดหรือควบคุมความคิดในสถานการณ์ที่ท้าทายได้ดีขึ้น และสอดคล้องกับงานวิจัยพนม พงษ์ไพบูลย์ (2543) กล่าวว่า ความหมายของการแนะแนวทางการศึกษาการแนะแนวเป็นกระบวนการช่วยให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักสภาพแวดล้อมรอบตัว เพื่อให้สามารถปรับตัวและดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างถูกต้องและมีความสุข และส่งเสริมให้นักเรียนได้พัฒนาลงสุดตามศักยภาพของแต่ละคนทุกๆ ด้านการแนะแนวเป็นส่วนที่จะส่งเสริม สนับสนุน กระตุ้น แนะนำช่วยเหลือ ให้ผู้เรียนสามารถนำข้อมูลข่าวสาร กระบวนการคิดอย่างมีเหตุผล และแสวงหาความรู้มาใช้ประโยชน์ในการตัดสินใจทั้งการแก้ปัญหา ปรับปรุงวิถีชีวิตและการงานเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการแนะแนวบทบาทของครูก็คือ เป็นผู้เข้าไปส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้เรียนเกิดกระบวนการการเรียนรู้ต่างๆ จากงานวิจัยดังกล่าวมาแสดงให้เห็นว่า กิจกรรมที่เชื่อมโยงหลักธรรมกับชีวิตประจำวันสามารถกระตุ้นการพัฒนาทักษะด้านต่างๆ ของผู้เรียนได้ ดังนั้น ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการที่พัฒนาขึ้น ไม่เพียงแต่ส่งผลต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนในทุกด้าน แต่ยังแสดงให้เห็นถึงความเหมาะสมในการประยุกต์ใช้หลักธรรมและแนวคิดทางจิตวิทยาอย่างเป็นระบบ ทำให้เกิดผลเชิงบวกที่สามารถนำไปปรับใช้ในสถาบันการศึกษาทางพระพุทธศาสนาอื่นๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากงานวิจัยดังกล่าวมาแสดงให้เห็นว่า กิจกรรมที่เชื่อมโยงหลักธรรมกับชีวิตประจำวันสามารถกระตุ้นการพัฒนาทักษะด้านต่างๆ ของผู้เรียนได้ ดังนั้น ชุดกิจกรรมแนะแนวที่พัฒนาขึ้น ไม่เพียงแต่ส่งผลต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนในทุกด้าน แต่ยังแสดงให้เห็นถึงความเหมาะสมในการประยุกต์ใช้หลักธรรมและแนวคิดทางจิตวิทยาย่างเป็นระบบ ทำให้เกิดผลเชิงบวกที่สามารถนำไปปรับใช้ในสถาบันการศึกษาทางพระพุทธศาสนาอื่นๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

องค์ความรู้การวิจัย

องค์ความรู้การวิจัยครั้งนี้ คือ การพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวตามหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันท์ อุทิศ) ประกอบด้วย 1) ความกล้าแสดงออก นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการที่โดดเด่นในด้านการกล้าแสดงออก 2) ความกล้าตัดสินใจ นักเรียนแสดงให้เห็นถึงความสามารถในการตัดสินใจในสถานการณ์สำคัญได้อย่างมั่นใจ 3) ความกล้าเผชิญความจริง การเข้าร่วมกิจกรรมช่วยให้นักเรียนสามารถยอมรับข้อผิดพลาดของตนเองและเผชิญหน้ากับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างกล้าหาญ 4) ความคิดสร้างสรรค์ หลังจากการเข้าร่วมกิจกรรม นักเรียนมีความมั่นใจมากขึ้น สรุปดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

จากภาพที่ 1 สรุปองค์ความรู้ที่ได้จากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันท์ อุทิศ) อธิบายได้ว่า

1. ความกล้าแสดงออก นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการที่โดดเด่นในด้านการกล้าแสดงออก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการกล้าปฏิเสธคำขอที่ไม่เหมาะสมได้อย่างมีเหตุผล และการแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างอย่างมั่นใจ การฝึกฝนการเล่าเรื่องและการนำเสนอหน้าชั้นเรียนช่วยเสริมสร้างความเชื่อมั่น

และลดความประหม่าในการพูดต่อหน้าชุมชน การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับครูและเพื่อนยังช่วยส่งเสริมทักษะการสื่อสารและเปิดใจรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

2. ความกล้าตัดสินใจ หลังจากการเข้าร่วมกิจกรรม นักเรียนแสดงให้เห็นถึงความสามารถในการตัดสินใจในสถานการณ์สำคัญได้อย่างมั่นใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสถานการณ์ที่เต็มไปด้วยแรงกดดัน การฝึกวิเคราะห์ปัญหาและการอภิปรายกลุ่มช่วยให้นักเรียนสามารถประเมินข้อมูลอย่างรอบคอบและตัดสินใจได้อย่างรวดเร็วโดยไม่ลังเล การเผชิญหน้ากับสถานการณ์ที่ต้องเลือกทางออกอย่างมีเหตุผลยังช่วยพัฒนาทักษะการคิดเชิงวิพากษ์และการจัดการความเสี่ยง

3. ความกล้าเผชิญความจริง การเข้าร่วมกิจกรรมช่วยให้นักเรียนสามารถยอมรับข้อผิดพลาดของตนเองและเผชิญหน้ากับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างกล้าหาญ การฝึกตั้งเป้าหมาย การวางแผนชีวิต และการแบ่งปันประสบการณ์กับเพื่อนมีส่วนช่วยให้นักเรียนกล้าเผชิญหน้ากับความจริงและพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง การเรียนรู้ที่จะเผชิญหน้ากับความจริงอย่างมีสติและการปรับปรุงตนเองเป็นผลลัพธ์ที่สำคัญ ซึ่งช่วยให้พวกเขารับมือกับความท้าทายใหม่ๆ ได้อย่างมั่นใจ

4. ความคิดสร้างสรรค์ หลังจากการเข้าร่วมกิจกรรม นักเรียนมีความมั่นใจมากขึ้นในการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ และทดลองวิธีการทำงานที่แตกต่างออกไป นักเรียนมีแนวโน้มที่จะกล้าคิดนอกกรอบและยอมรับการเปลี่ยนแปลงในการทำงานได้ดียิ่งขึ้น กิจกรรมที่ส่งเสริมการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์และการทำงานเป็นทีมช่วยกระตุ้นการแลกเปลี่ยนแนวคิดที่หลากหลายและพัฒนาศักยภาพในการริเริ่มสิ่งใหม่ๆ อย่างต่อเนื่อง

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย การนำชุดกิจกรรมมาใช้ในการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้านความกล้าแสดงออก ด้วยหลักอิทธิบาท 4 ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดคูบอน (วัฒนานันท์อุทิศ) มีประสิทธิภาพในการส่งเสริมการพัฒนาทักษะทั้ง ด้านกล้าแสดงออก, ด้านกล้าตัดสินใจ, ด้านกล้าเผชิญความจริง, และด้านความคิดสร้างสรรค์ ได้อย่างประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ได้จริง

ข้อเสนอแนะการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ควรนำชุดกิจกรรมแนะแนวไปปรับใช้ในสถาบันการศึกษาแห่งอื่นๆ เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนอย่างกว้างขวาง

1.2 ควรจัดกิจกรรมแนะแนวอย่างต่อเนื่องเพื่อสร้างความยั่งยืนในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง โดยอาจจัดเป็นกิจกรรมระยะยาวที่สอดคล้องกับหลักสูตร เช่น การฝึกสมาธิ การบรรยายธรรม และการใช้กรณีศึกษาในชีวิตจริง

1.3 ควรออกแบบกิจกรรมเพิ่มเติมที่มุ่งเน้นการพัฒนาทักษะการตัดสินใจ เช่น การแก้ไขปัญหาจากสถานการณ์จำลองหรือการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมกลุ่ม เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองให้ดียิ่งขึ้น

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรทำการศึกษาเกี่ยวกับขยายขอบเขตกลุ่มตัวอย่างเพื่อเพิ่มความครอบคลุมและความหลากหลายของผลการศึกษา ควรขยายกลุ่มตัวอย่างให้ครอบคลุมนักเรียนจากภูมิภาคต่างๆ และระดับการศึกษาที่แตกต่างกัน การเปรียบเทียบผลการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองในกลุ่มตัวอย่างที่หลากหลาย จะช่วยให้เข้าใจถึงความแตกต่างทางวัฒนธรรมและบริบททางสังคมที่มีผลต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง

2.2 ควรทำการวิจัยเกี่ยวกับติดตามผลกระทบในระยะยาว การศึกษาผลกระทบของชุดกิจกรรมแนะแนวในระยะยาว จะช่วยประเมินความคงทนของผลการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง การติดตามผลในระยะยาวจะช่วยให้เข้าใจถึงประสิทธิภาพของกิจกรรมเมื่อเวลาผ่านไป และสามารถปรับปรุงกิจกรรมให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2.3 ควรทำการวิจัยเกี่ยวกับการบูรณาการหลักสูตรอื่นๆ การวิจัยเพิ่มเติมเกี่ยวกับการพัฒนาโมเดลกิจกรรมใหม่ที่เน้นการบูรณาการหลักสูตรอื่นๆ เช่น สังคมวัตถุ 4 จะช่วยให้เข้าใจถึงผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นในมิติที่แตกต่าง การบูรณาการหลักสูตรที่หลากหลายจะช่วยให้การพัฒนากิจกรรมแนะแนวมีความครอบคลุมและรอบด้านมากยิ่งขึ้น

2.4 ควรทำการวิจัยเกี่ยวกับศึกษาความสัมพันธ์เชิงลึก การศึกษาเชิงลึกเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างหลักสูตรเวชศาสตร์ชกธรรมและมิติต่างๆ ของความเชื่อมั่นในตนเองจะช่วยให้เข้าใจถึงกลไกการทำงานของหลักสูตรแต่ละข้อ การวิเคราะห์ว่าแต่ละหลักสูตรส่งผลต่อมิติใดของความเชื่อมั่นในตนเองมากที่สุด จะช่วยให้สามารถออกแบบกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.5 ควรทำการวิจัยเกี่ยวกับเปรียบเทียบกับแนวคิดทางจิตวิทยาสมัยใหม่ การวิจัยเปรียบเทียบผลลัพธ์ระหว่างกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการกับกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดทางจิตวิทยาสมัยใหม่ จะช่วยให้เห็นข้อได้เปรียบและข้อจำกัดของแต่ละแนวทาง การเปรียบเทียบจะช่วยให้สามารถนำข้อดีของแต่ละแนวทางมาปรับปรุงและพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์แห่งประเทศไทย.
- พนม พงษ์ไพบูลย์. (2543). อะไรคือการศึกษาขั้นพื้นฐาน 12 ปี. วารสารวิชาการ, 2(2), 46-50.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2559). พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย. พิมพ์ครั้งที่ 45. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก.
- อารีวรรณ จันทร์เอียง. (2551). พฤติกรรมการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมในชั้นเรียนของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร. นครปฐม: มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- Liz Willis and Jenny Daisley. (1995). Willis and Daisley. London: McGraw-Hill.
- Maslow. (1954). 80 Motivation and Personality. New York City: Harper & Brothers.