

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สังคมไทยในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในหลายๆด้าน ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง เทคโนโลยีต่างๆ ซึ่งได้ส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตประจำวันของบุคคล ก่อให้เกิดปัญหา และอุปสรรคต่างๆมากมาย ผู้ที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขจำเป็นต้องปรับตัวและใช้ความสามารถในการรับมือเพื่อให้ผ่านพ้นปัญหาและอุปสรรคต่างๆไปได้ ด้วยเนื่องจากโลกยุคใหม่ ต้องการบุคคลที่มีความเข้มแข็งเพื่อจะได้ต่อสู้กับปัญหาที่เกิดขึ้น ดังที่ ลดาร์ตัน ศรรักษ์ (2556 : 19) ได้อธิบายถึงผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตไว้ซึ่งสรุปได้ว่า ผู้ที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต ไม่ว่าจะเป็น ด้านการศึกษา การทำงาน หรือชีวิตครอบครัว นอกจากมีความฉลาดทางเชาวน์ปัญญา (Intelligence quotient, IQ) เป็นคนเก่ง มีความสามารถในการเรียนรู้ สามารถแก้ปัญหาได้อย่างถูกวิธี และมีความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient, EQ) ความสามารถในการควบคุมตนเอง อย่างมีสติ รวมทั้งสามารถใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุขแล้ว การเป็นผู้ที่มีความสามารถในการ เผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (Adversity quotient, AQ) เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้โดยไมย่อท้อและ ยอมแพ้ต่อปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น เป็นอีกหนึ่งปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้บุคคลประสบความสำเร็จใน ชีวิต

ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (Adversity quotient) หรือ AQ เป็นแนวคิดที่ Dr. Paul G. Stoltz นำเสนอไว้ในปี 1997 โดยได้อธิบายไว้ว่า ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟัน อุปสรรค เป็นความสามารถของบุคคลในการตอบสนองต่อเหตุการณ์ในยามที่ต้องเผชิญกับความทุกข์ ยากหรือความลำบาก คนที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) สูง จะมีจิตใจที่ เข้มแข็ง เด็ดเดี่ยว ไมย่อท้อต่ออุปสรรคใดๆ แม้จะพ่ายแพ้หรือล้มเหลว ก็สามารถต่อสู้เอาชนะความ ล้มเหลวได้ เช่น บางคนสอบเรียนต่อระดับมหาวิทยาลัยไม่ได้ ก็ยอมพ่ายแพ้ต่อชีวิต ทั้งๆที่มีสติปัญญา ทรัพย์สิน หรือโอกาสเท่าเทียมกับคนที่สอบผ่าน เมื่อศึกษาถึงภูมิหลังของเด็กเหล่านี้จะพบว่า ผู้ที่ ประสบความสำเร็จกับผู้ที่ประสบความสำเร็จล้มเหลวไม่มีสิ่งใดที่แตกต่างกันมากนัก ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของ ความรู้ ความสามารถ อายุ หรือความเฉลียวฉลาด แต่สิ่งหนึ่งที่แตกต่างกันคือ การมีจิตใจที่เข้มแข็ง เด็ดเดี่ยว และความคิดที่จะต่อสู้กับอุปสรรค (ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์, 2548 : 20 - 21) ซึ่ง สอดคล้องกับงานวิจัยของ สดอลทซ์ (Stoltz, 1997: 6 - 7) ที่ได้วิเคราะห์บุคคลที่ประสบความสำเร็จใน วิชาชีพต่างๆ โดยใช้แบบทดสอบสติปัญญามาตรฐาน ผลการวิจัยไม่พบว่าผู้ที่ได้ผลคะแนนสูงจากการ ทำแบบทดสอบ คือผู้ที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ แต่สิ่งที่ทำให้บุคคลนั้นประสบความสำเร็จคือ

ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ดังนั้นจะเห็นได้ว่า ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค เป็นสิ่งที่บ่งบอกถึงความอดทน ความพยายามในการทำความเข้าใจกับอุปสรรคและรู้ที่มาของความรู้สึกว่าทำไมคนเราถึงถ้อยถอย สิ้นหวัง เมื่อประสบกับเหตุการณ์ที่ยากลำบากที่ผ่านเข้ามาในชีวิต การแก้ปัญหาการฝ่าฟันและเผชิญอุปสรรคมีความสำคัญยิ่งในชีวิตของคนเรา บุคคลจะมีชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุขหรือประสบความสำเร็จในชีวิตและการทำงานมากน้อยเพียงใด ก็ขึ้นอยู่กับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคซึ่งถือเป็นบททดสอบที่สำคัญยิ่งในชีวิต

ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคนั้น เป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาเปลี่ยนแปลง หรือปรับปรุงได้ ดังที่ คັນสนีย์ ฉัตรคุปต์ (2545 : 104) ได้อธิบายไว้ว่า บางคนอาจมีการจัดการกับปัญหาที่ดีบางคนอาจจะมีการจัดการกับปัญหาไม่ดีไม่เหมาะสม ซึ่งไม่ว่าจะเริ่มต้นที่จุดใดก็ตามความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคก็สามารถพัฒนาและปรับปรุงได้ ซึ่งหากว่าบุคคลมีการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคที่ดี ก็จะช่วยให้การทำงานของตัวเองมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในโลกปัจจุบันและในอนาคตนั้น เรามีความจำเป็นที่จะต้องมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคที่ดี เพราะโลกเราหมุนอยู่ตลอดเวลา ปัญหาต่างๆก็ต้องตามมาอย่างมหาศาล ดังนั้นเราจะต้องมีความสามารถที่จะจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นให้ได้ ผู้ที่มีความสามารถคือ ผู้ที่สามารถเข้าใจ รู้จักความสามารถและประสิทธิภาพของคน สามารถดึงเอาความสามารถของคนๆนั้นเข้ามาใช้ให้เป็นประโยชน์ไม่ว่าทำงานในสายอาชีพใดก็ตาม

ฉะนั้นเมื่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค สามารถพัฒนาและเปลี่ยนแปลงได้จึงทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาค้นคว้าว่า จะมีแนวทางหรือวิธีการใดที่จะสามารถนำมา เสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคให้เกิดขึ้นกับนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาที่กำลังอยู่ในช่วงของวัยรุ่น ซึ่ง เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงในทุกๆด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นวัยแห่งการปรับตัวเป็นวัยแห่งปัญญาและมี ความเครียดทางอารมณ์ ดังที่ วิโรจน์ อารีกุล (2557 : ออนไลน์) ได้กล่าวถึงวัยรุ่นซึ่งสรุปได้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยช่วงต่อระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ทำให้เกิดความสับสน ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ขาดความ ยับยั้งชั่งใจ ขาดประสบการณ์ทำให้วัยรุ่นตัดสินใจกระทำหรือมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมโดยไม่ได้คำนึงถึงผลเสียที่เกิดขึ้นตามมาจากการกระทำของตนและช่วงวัยรุ่นถือว่าเป็นช่วงระยะเวลาที่มีปัญหา ทางด้านจิตสังคมอารมณ์และพฤติกรรมเสี่ยงมากกว่าช่วงอายุอื่นๆ

ดังนั้นการจัดการศึกษาในระดับอุดมศึกษาจึงต้องให้ความสำคัญกับขั้นตอน วิธีการ การอบรม การจัด กิจกรรมและการจัดสิ่งแวดล้อม การที่นักศึกษาได้รับการฝึกฝนและพัฒนาในเรื่องของความสามารถ ในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคที่ดี ทำให้ได้เพิ่มประสิทธิภาพในการเรียนและการทำงานของตนเอง ได้ วิธีการในการเสริมสร้างหรือพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคนั้นมีหลายวิธี ซึ่ง การใช้กิจกรรมกลุ่มหรือกระบวนการกลุ่มนับเป็นวิธีการหนึ่งซึ่งช่วยในการเสริมสร้างให้ผู้ที่มีส่วนกิจกรรม ได้เรียนรู้และแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด และประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ของ ชัดติยา นัยาทอง (2554 : 132) ได้ทำการศึกษาและพัฒนาความสามารถในการการเผชิญและ ฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ของนักศึกษาสาขาวิชาสถิติประยุกต์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี โดยใช้ กิจกรรมกลุ่มแบบเพื่อนช่วยเพื่อนผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาสาขาวิชาสถิติประยุกต์มีระดับ ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคค่อนข้างสูง คะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่า

ฟื้นฟูอุปสรรคก่อนและหลังเข้ารับโครงการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคโดยใช้กิจกรรมกลุ่มแบบเพื่อนช่วยเพื่อน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่ง ช่อลัดดา ขวัญเมือง (อ้างถึงใน วัฒนา ปัดถาวะโร, 2552 : 2) ได้สรุปลักษณะของการจัดกระบวนการกลุ่มว่า การจัดกระบวนการกลุ่มขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์และความพร้อมของแต่ละกลุ่ม ส่วนใหญ่จะเน้นการจัดกิจกรรมที่ยึดสมาชิกกลุ่มเป็นศูนย์กลาง เพื่อเน้นให้สมาชิกกลุ่มเกิดการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ เน้นการจัดประสบการณ์ที่มีเป้าหมาย โดยจัดกิจกรรมกลุ่มให้สมาชิกได้ปฏิบัติกิจกรรมต่างๆด้วยตนเอง เมื่อบุคคลเข้ากลุ่มจะเรียนรู้การปฏิบัติตัวในสังคม รู้จักควบคุมอารมณ์ในการแสดงออก เพราะได้รับประสบการณ์จากสมาชิกกลุ่ม การพัฒนาบุคลิกภาพ และลักษณะของตนเองให้ดียิ่งขึ้น

จากที่กล่าวมาในข้างต้นจะเห็นได้ว่า กิจกรรมกลุ่มหรือกระบวนการกลุ่มช่วยพัฒนาและเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำกิจกรรมกลุ่มมาใช้เสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคกับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ ซึ่งเป็นนักศึกษาที่เพิ่งผ่านชีวิตจากวัยมัธยมศึกษาเข้ามาสู่การใช้ชีวิตในระดับอุดมศึกษา ที่มีสภาพแวดล้อม สังคม อาจารย์ เพื่อน และระบบการเรียนการสอนแบบใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิม จึงนับว่าเป็นช่วงเวลาที่สำคัญอีกช่วงหนึ่งของชีวิต ที่นักศึกษาจะต้องปรับตัวเพื่อให้สามารถเผชิญกับปัญหาและความเปลี่ยนแปลงต่างๆที่เกิดขึ้นในอนาคตได้

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิทยาศาสตร์ทั่วไป คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่ม

1.3 กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิทยาศาสตร์ทั่วไป คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทาตามตัวแปรดังนี้

กิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้าง
ความสามารถในการเผชิญและ
ฝ่าฟันอุปสรรค จำนวน 10
กิจกรรม

ความสามารถในการเผชิญและฝ่า
ฟันอุปสรรค
1. ด้านการควบคุมสถานการณ์
2. ด้านการพยายามแก้ไข้ปัญหา
3. ด้านการมองโลกในแง่ดี



ตัวแปรต้น ตัวแปรตาม

1.4ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตของการวิจัยไว้ดังนี้

1.4.1 ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.4.1.1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิทยาศาสตร์ทั่วไป คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวนทั้งหมด 85 คน

1.4.1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็น นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิทยาศาสตร์ทั่วไป กลุ่มเรียน 02 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวนทั้งหมด 40 คน โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง(Purposive Sampling)

1.4.2 ขอบเขตด้านเนื้อหา

1.4.2.1 ศึกษาการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค โดยใช้กิจกรรมทั้งสิ้น 10 กิจกรรม

1.4.2.2 ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค แบ่งเป็น 4 ด้าน

- 1) ด้านการควบคุมสถานการณ์
- 2) ด้านการพยายามแก้ไขปัญหา
- 3) ด้านการมองโลกในแง่ดี
- 4) ด้านการอดทน

1.5สมมติฐาน

นักศึกษามีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคเพิ่มมากขึ้น หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

1.6 นิยามศัพท์เฉพาะ

เพื่อให้เกิดความเข้าใจในความหมายของข้อความเฉพาะที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นิยามศัพท์ไว้ดังนี้

1.6.1 ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคหมายถึง หมายถึง พฤติกรรมที่บุคคลตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่มีปัญหาหรืออุปสรรค ด้วยความอดทน มุ่งมั่น เพียรพยายาม ต่อสู้โดยไม่ท้อถอย เพื่อความสำเร็จแบ่งเป็น 4 ด้านได้แก่

1.6.1.1 ด้านการควบคุมสถานการณ์หมายถึง การที่บุคคลจะหาวิธีการควบคุมสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองทั้งเหตุการณ์ที่ดีและไม่ดี โดยสามารถตัดสินใจได้ว่าตนเองจะต้องปฏิบัติต่อเหตุการณ์นั้นอย่างไรให้เกิดผลดีที่สุด มีการรับรู้ความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ การพลิกผันสถานการณ์ มีความมั่นคงและรวดเร็วในการหาหนทางแก้ไขปัญหา สามารถควบคุมตนเองได้เมื่อเผชิญกับความล้มเหลวและฝ่าวิกฤติที่รุนแรง

1.6.1.2 ด้านการพยายามแก้ไขปัญหา หมายถึง การที่บุคคลใช้ความพยายามในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นและนำตนเองเข้าไปมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาต่างๆ โดยไม่คิดว่าไม่ใช่ปัญหาของเรา แต่คิดว่าถ้ามีปัญหาแล้วทุกคนช่วยกันแก้ไขแล้วปัญหานั้นก็จะหมดไป ไม่กล่าวโทษตนเอง ยอมรับผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น มองหาจุดเริ่มต้นของปัญหาหรือสาเหตุของปัญหานั้นจากปัจจัยภายนอกหรือเกิดจากบุคคลอื่น หลีกเลี่ยงการกล่าวโทษตนเอง ยอมรับผิดชอบตามส่วนที่เป็นจริง

1.6.1.3 ด้านการมองโลกในแง่ดี หมายถึง การที่บุคคลคิดว่าทุกปัญหาที่เกิดขึ้นย่อมมีจุดจบและสามารถแก้ไขได้ ไม่คิดสร้างปัญหาเล็กให้เป็นปัญหาใหญ่ รู้จักคิดพิจารณาไตร่ตรองหาเหตุผล และสามารถหาทางเลือกที่ดีที่สุดให้กับตนเองได้ ไม่ตื่นตระหนกต่อปัญหา จัดการกับความยุ่งยากของปัญหา ความคับข้องใจและอุปสรรคต่างๆให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ไม่ปล่อยให้ปัญหาลุกลามใหญ่โต

1.6.1.4 ด้านการอดทน หมายถึง การที่บุคคลสามารถอดทนต่อเหตุการณ์และปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น ใช้ความมานะอดทนในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ซึ่งจะทำให้ปัญหานั้นสิ้นสุดหรือหมดไป มองว่าปัญหาและอุปสรรคเป็นสิ่งที่ชั่วคราวผ่านไปได้อย่างรวดเร็วและไม่นำกลับมาเกิดขึ้นได้อีก มีความหวัง สามารถแก้ปัญหาได้มากขึ้น

1.6.2 กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การจัดประสบการณ์ต่างๆ เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มได้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยมีสมาชิกในกลุ่มได้มีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ การคิด การแก้ปัญหา และการลงมือกระทำต่อสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งอย่างมีจุดมุ่งหมายแน่นอน ซึ่งก่อให้เกิดการพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ

1.6.3 นักศึกษา หมายถึง นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 สาขาวิทยาศาสตร์ทั่วไป กลุ่มเรียน 02 คณะครุศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.7.1 ได้ชุดกิจกรรมที่เป็นแนวทางการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของ
ของนักศึกษาชั้นปีที่1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

1.7.2 เพื่อนำผลการวิจัยมาใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาการเรียนการสอนและปรับปรุงตำรา
ประกอบการสอนวิชาจิตวิทยาสำหรับครู ตลอดจนไปปรับใช้ในการส่งเสริมนักศึกษาให้มี
ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคเพิ่มขึ้น อันเป็นการพัฒนาศักยภาพในตัวบุคคลให้
สมบูรณ์ยิ่งขึ้นต่อไป

1.7.3 เพื่อเผยแพร่ผลงานวิจัยลงในวารสารของคณะครุศาสตร์ เพื่อเผยแพร่ให้หน่วยงานหรือบุคคล
อื่นๆได้ทราบ และนำไปประยุกต์ใช้