



วารสารพุทธจิตวิทยา

JOURNAL OF BUDDHIST PSYCHOLOGY

ปีที่ 7 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม พ.ศ. 2565



คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



วารสารพุทธจิตวิทยา

Journal of Buddhist Psychology

ปีที่ 7 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม-ธันวาคม 2565

Vol. 7 No. 2 July-December 2022

วัตถุประสงค์

วารสารพุทธจิตวิทยา มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการเผยแพร่บทความวิจัย บทความวิชาการ และ บทความปริทรรศน์ของนักวิจัย นักวิชาการ คณาจารย์ และนักศึกษา ด้วยหวังให้เป็นตลาดแห่งองค์ความรู้ที่สามารถค้นคว้า ถ่ายทอด และแลกเปลี่ยนความรู้ในด้านต่าง ๆ อย่างหลากหลาย วารสารมุ่งเน้นเปิดรับบทความทางด้านจิตวิทยา พระพุทธศาสนา พฤติกรรมศาสตร์ สังคมวิทยา การศึกษาเชิงประยุกต์และสหวิทยาการด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ โดยทุกบทความที่ตีพิมพ์เผยแพร่ได้ผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิ อย่างน้อย 3 ท่าน ทั้งนี้เปิดรับบทความทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ

กระบวนการพิจารณาบทความจากผู้ทรงคุณวุฒิ

วารสารมีกระบวนการประเมินคุณภาพจากผู้ทรงคุณวุฒิก่อนตีพิมพ์ โดยบทความที่ตีพิมพ์เผยแพร่ในวารสารได้ผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิ อย่างน้อย 3 ท่าน ในลักษณะปกปิดรายชื่อ (Double blind peer-reviewed) ทั้งนี้บทความจากผู้นิพนธ์ภายในจะได้รับการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิภายนอกหน่วยงานที่จัดทำวารสาร ส่วนบทความจากผู้นิพนธ์ภายนอกจะได้รับการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิภายใน หรือนอกหน่วยงานที่จัดทำวารสารที่มีความเชี่ยวชาญในสาขา และไม่มีส่วนได้ส่วนเสียกับผู้นิพนธ์

กำหนดออกเผยแพร่วารสาร

กำหนดเผยแพร่ปีละ 2 ฉบับ

ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน

ฉบับที่ 2 กรกฎาคม- ธันวาคม

เผยแพร่ที่ <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/jbp/index>

กองบรรณาธิการ

บรรณาธิการวารสาร

พระมหาเพื่อน กิตฺติโสภโณ, ผศ.ดร.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผู้ช่วยบรรณาธิการ

สมโภช บินศรี

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

กองบรรณาธิการ

พระมหาสุเทพ สุทธิญาโณ, ผศ.ดร.

รศ.ดร.ประยูร สุขะใจ

ผศ.ดร.อำนาจ ยอดทอง

ผศ.ดร.อุทัย สติมัน

ผศ.ดร.ภริมา วินิธาสถิตย์กุล

ผศ.ดร.พุทธวรรณ ชูเชิด

ผศ.ดร.ฐิติวัศส์ สุขป้อม

ผศ.ดร.ปารณีย์ ขาวเจริญ

ดร.นิยม อานไมล์

ดร.สุวรรณา เขียงขุนทด

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหิดล

มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ราชวิทยาลัยจุฬาภรณ์

มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

มหาวิทยาลัยสยาม

สำนักงานกองบรรณาธิการ

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์

ชั้น M โซน A อาคารเรียนรวม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ต.ลำไทร อ.วังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยา 13170

พระมหาเพื่อน กิตฺติโสภโณ, ผศ.ดร.

มือถือ: 0818464409

Email: jbp.mcu@gmail.com

บทบรรณาธิการ

วารสารพุทธจิตวิทยา (Journal of Buddhist Psychology) ได้รับคุณภาพจากศูนย์ดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย (TCI) ในกลุ่มที่ 1 มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการเผยแพร่บทความวิจัย บทความวิชาการ และ บทความปริทรรศน์ของนักวิจัย นักวิชาการ คณาจารย์ และนักศึกษา ด้วยหวังให้เป็นตลาดแห่งองค์ความรู้ที่สามารถค้นคว้า ถ่ายทอด และแลกเปลี่ยนความรู้ในด้านต่าง ๆ อย่างหลากหลาย วารสารมุ่งเน้นเปิดรับบทความทางด้านจิตวิทยา พระพุทธศาสนา พุทธกรรมศาสตร์ สังคมวิทยา การศึกษาเชิงประยุกต์และสหวิทยาการด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ สำหรับฉบับนี้ได้รับความสนใจจากคณาจารย์ นักวิชาการ และนักศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษา ในมหาวิทยาลัยต่าง ๆ และได้รับการพิจารณาจากกองบรรณาธิการให้เผยแพร่ได้ จำนวนความ 12 บทความ กองบรรณาธิการขอแนะนำเสนอบทความที่น่าสนใจ ดังนี้

การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกให้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรีในช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดไวรัสโคโรนา (Covid – 19) โดย ชุณิภา เปิดโลกนิมิต, สุภารัตน์ ตันติวิวัฒน์ และ ปริญญา สิริอิตตะกุล บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกให้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรีในช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดไวรัสโคโรนา ผ่านการทบทวนเอกสาร งานวิจัย แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง สุขภาพจิตเชิงบวกไม่ได้มุ่งเน้นการศึกษาอาการเจ็บป่วยทางจิตใจ แต่เน้นศึกษาความเข้มแข็งทางจิต ผลการศึกษาในครั้งนี้พบว่า การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวก สามารถสรุปได้ 3 ประเด็นคือ 1) การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกโดยอาศัยปัจจัยภายในบุคคล โดยอาศัยการดูแลสุขภาพให้แข็งแรง นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ และหากิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง การออกกำลังกาย การขอบคุณตนเอง 2) การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกโดยอาศัยปัจจัยสภาพแวดล้อม ซึ่งเป็นปัจจัยที่ต้องใช้การปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง 3) การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกโดยอาศัยปัจจัยภายนอก ซึ่งเป็นปัจจัยที่สิ่งแวดล้อมภายนอกมีผลให้สุขภาพจิตดีขึ้นเช่น การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ส่งผลต่ออารมณ์เชิงบวกต่อผู้เรียน

มายาคติวัฒนธรรมทางความเชื่อ พิธีกรรม: การเปลี่ยนผ่านสู่ยุคดิจิทัล โดย พชรชนา สุวรรณกลาง มายาคติของวัฒนธรรมทางความเชื่อ พิธีกรรม ในสังคมไทย นำเสนอข้อค้นพบจากสัญญาะสื่อความหมาย การปรากฏเกิดขึ้นของภาพลักษณ์ทางความเชื่อ ประกอบด้วยรูปแบบทางความเชื่อ พิธีกรรมกล่าวคือยุคสมัยภูมิภาคเอเชียอาคเนย์เกิดจากความเชื่อ พิธีกรรมดั้งเดิม การแห่นางแมวเพื่อขอฝน และมายาคติความเชื่อ

ความศรัทธาการเข้าพระบูชา พิธีกรรมเวียนเทียนออนไลน์ในยุคสมัยดิจิทัลของสังคมไทย ประเด็นสำคัญเรื่องมายาคติทางความเชื่อกับการเปลี่ยนผ่านรูปแบบความเชื่อสู่พิธีกรรม จึงเป็นการแสดงออกซึ่งปรากฏการณ์ทางวัฒนธรรมและภาพลักษณ์มายาคติทางความเชื่อ จากกรณีศึกษาเชิงเทียบเคียงวัฒนธรรมทางความเชื่อ พิธีกรรมทั้ง 2 ช่วงยุคสมัย พบว่าวัฒนธรรมชุมชน ประกอบด้วยพิธีกรรมเสริมสร้างกิจกรรมชุมชนด้วยการผสมผสานความเชื่อกับวิถีชีวิตคนไทยในสังคมเกษตรกรรมเข้าด้วยกัน ส่วนความเชื่อ พิธีกรรมของคนในยุคสมัยดิจิทัล จึงเป็นการรับรู้ชุดข้อมูลทางความเชื่อ พิธีกรรมด้วยการสื่อสารออนไลน์ ความรวดเร็วทั้งจากการรับและส่งข้อมูล จึงทำให้วิถีชีวิตของผู้คนได้เปลี่ยนผ่านเข้าสู่ความเป็นยุคสมัยที่แตกต่างกันบนพื้นฐานความเชื่อเดียวกัน ในยุคสมัยปัจจุบันสังคมไทยต้องเผชิญกับโรคระบาดโควิด-19 อุปกรณ์เครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์จึงเป็นทางเลือกเพื่อเข้าถึงความเชื่อและพิธีกรรมทดแทน ทำให้พิธีกรรมของวัฒนธรรมชุมชนถูกลดบทบาทลง ความเชื่อ พิธีกรรมทั้ง 2 ยุคสมัยได้สะท้อนตามหลักแนวความคิดมายาคติวัฒนธรรมทางความเชื่อ พิธีกรรมถูกเชื่อมโยงด้วยกระบวนการรับรู้สัญญาะเนื้อในสาร โดยมีรูปแบบทางความเชื่อและหรือภาพลักษณ์ได้ถูกผันแปรตามยุคสมัยในลักษณะเฉพาะเจาะจง

โปรแกรมการเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวก สำหรับนักศึกษาวิชาชีพระดับบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี โดย วาสนิ จิรสิริ ผลการวิจัยพบว่าระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพระดับครุศาสตร มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีอยู่ในระดับสูงมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 18.67 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 18.60 และหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ กลุ่มตัวอย่างมีระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพระดับครุศาสตรมหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t\text{-test}=3.102$)

กองบรรณาธิการ วารสารพุทธจิตวิทยา ขอขอบคุณผู้เขียนบทความทุกท่านที่ให้ความสนใจส่งบทความมาลงตีพิมพ์เผยแพร่ ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้เสียสละเวลาในการพิจารณาและให้ข้อเสนอแนะ อันจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาและปรับปรุงวารสารให้มีคุณภาพยิ่งขึ้นต่อไป และขอขอบคุณผู้บริหารมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่ให้การสนับสนุนมาโดยตลอด

พระมหาเผื่อน กิตติโสภโณ, ผศ. ดร.
บรรณาธิการ



สารบัญ

วารสารพุทธจิตวิทยา | ปีที่ 7 | ฉบับที่ 2

54

ความหลากหลายของมนุษย์ในมิติจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อการพัฒนาผู้เรียน
Diversity of Human Beings in the Dimension of Positive Psychology for Learner Development

เจษฎา บุญมาโฮม, ปราณี สีนาค

Jesada Boonmahome, Pranee Seenak

70

การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกให้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรีในช่วง
สถานการณ์แพร่ระบาดไวรัสโคโรนา (COVID – 19)

Enhance Positive Mental Health for Undergraduate Students in
The Pandemic Situation of The Coronavirus Disease (Covid – 19)

ชุนิภา เป็ดโลกนิมิต, สударัตน์ ตันติวิวัฒน์, ปริญญา สิริอิตตะกุล

Chunipha Poedloknimit, Sudarat Tuntivivat, Parinya Siriattakul

79

พุทธจิตวิทยาเพื่อพลังใจวัยรุ่น

Buddhist Psychology for Adolescent's Mind Power

พรทิพย์ เกศตระกูล, สิริวัฒน์ ศรีเครือดง, กมลาศ ภูวนาธิพงษ์

Porntip Gadetragoon, Siriwat Srikhruedong, Kamalas Phoowachanathipong

89

มายาคติวัฒนธรรมทางความเชื่อ พิธีกรรม: การเปลี่ยนผ่านสู่ยุคดิจิทัล
Cultural Myths of Belief and Ritual: Transition to the Digital Era

พชรขณา สุวรรณกลาง

Pacharasanaa Suwanklang

99

“ถ้าผู้ชายร้องไห้ไม่เป็น”เหยื่อผู้ชายกับความรุนแรงและการล่วงละเมิด
ในครอบครัว

"Man don't cry": Male victims of domestic violence and abuse in family

วิจิตร แผ่นทอง, ภารณี เทพส่องแสง, ธัญญา พลัฒลาทอง

Wichitr Phantong, Paranee Thapsongsang, Tunya Pluplatong

115

การคิดเชิงบวกตามแนวพุทธจิตวิทยาสู่ชีวิตที่ดีงาม

Positive Thinking Based on Buddhist Psychology for Graceful Life

นรินทร์ชิตา ศीलประชาววงศ์, สิริวัฒน์ ศรีเครือดง, วิชชุดา ฐิติโชติรัตน

Narinchita Silprachawong, Siriwat Srikrueadong, Witchuda Titichoatrattana

128

ผลการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อ
ประสมเพื่อส่งเสริมความคิดวิเคราะห์ ของนักศึกษาระดับปริญญา
ตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

The Effects of Learning Management on Phenomenon based
Learning and Multimedia Enhancing Analytical Thinking of
Bachelor's Degree Students at Prince of Songkla University,
Pattani Campus

อดิศร ศิริ, วิรินธร อักษรนิตย์, อลิสร่า ชมชื่น, ปาลิดา สายรัตทอง พัฒนพิชัย,
สิริชัย พลับช่วย

Adisorn Siri, Virintorn Auksornnit, Alisara Chomchuen,
Palida Sairatthong Patanapichai, Sirichai Plubchuay

142

การพัฒนาชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม
The Developmental Package for Promoting Development of
Children With Visual Impairments in Early Stage

กมลวรรณ อินอร่าม, ภริมา วินิธาสถิตกุล

Kamonwan Inaram, Parima Vinitasatitkun

157

การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงาน
รักษาความปลอดภัย ประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ

Development of training program for professional competency
of courses security employees on the port special operators

รุจน์ เฉลยไตร, ศิลปชัย บุรณพานิช, นภาพรณ ธัญญา, อดิศร ศิริ

Ruj Chaloeitrai, Silapachai Booranapanich, Napaporn Tanya, Adisorn Siri

172

การศึกษาภาระค่าใช้จ่ายในการมารับบริการที่โรงพยาบาลของผู้สูงอายุ
ในกรุงเทพมหานคร

A Study of Economic Burden from Outpatient Department
Services of the Elders in Bangkok

สุวรรณา เชียงขุนทด, พุทธวรรณ ชูเชิด, เสาวลักษณ์ จิรธรรมคุณ, พัสมณท์ คุ่มทวีพร
Suwanna Chiangkhuntod, Puthawan Choocherd, Saovaluck Jirathummakoon,
Patsamon Khumtaveeporn

186

โปรแกรมการเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวก
สำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

Development program for Spirituality as a teacher by Positive
Psychology of Preservice teachers, Dhonburi Rajabhat University

วาสิณี จิรสิริ

wasinee jirasiri

197

การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดการยืดหยุ่นทางความคิด
สำหรับนิสิตระดับปริญญาตรีฉบับภาษาไทย

Development and Validation of The Thai version of Cognitive
Flexibility Scale for Undergraduate Students

ศรัณยา รพีอากาศกุล, ดลดาว วงศ์ธีระธรรณ, สมพงษ์ ปั่นหุ่่น

Saranya Raphee-a-phakul, Doldao Wongtheerathorn, Sompong Panhoon

ความหลากหลายของมนุษย์ในมิติจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อการพัฒนาผู้เรียน

Diversity of Human Beings in the Dimension of Positive Psychology for Learner Development

เจษฎา บุญมาโฮม¹ และ ปราณี สีนาค²

Jesada Boonmahome¹ and Pranee Seenak²

^{1,2}หลักสูตรประกาศนียบัตรบัณฑิตสาขาวิชาชีพครู มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

^{1,2}Graduate Diploma Program In Teaching Profession Nakhon Pathom Rajabhat University, Thailand

Email: ¹krutonpsy@gmail.com

Retrieved July 7, 2022; Revised October 28, 2022; Accepted October 31, 2022

บทคัดย่อ

ความแตกต่างระหว่างบุคคลเป็นธรรมชาติของมนุษย์ประการหนึ่งที่แสดงให้เห็นว่ามนุษย์ทุกคนไม่มีใครเหมือนกัน จุดเริ่มต้นของการศึกษาเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างบุคคลคือการศึกษาเพื่อเปรียบเทียบให้เห็นความต่างแล้วดำเนินการจัดวางตัวบุคคลเข้าสู่โลกของงานอาชีพ จึงมักทำให้เกิดความขัดแย้งขึ้น หลังปี 2000 เกิดแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกที่เน้นความพึงพอใจต่อการแสดงพฤติกรรมเพื่อให้เกิดคุณค่า ความดี และสร้างสรรค์ ก่อให้เกิดความสุขของบุคคลและสังคม แนวคิดความหลากหลายของมนุษย์จึงเกิดขึ้นเพื่อการยอมรับความต่าง ส่งเสริมความเท่าเทียม และสิทธิมนุษยชนเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข การพัฒนามนุษย์ในปัจจุบันจึงมุ่งเน้นการบริหารจัดการความหลากหลายของมนุษย์เพื่อใช้เป็นต้นทุนในการดำเนินชีวิตและประกอบอาชีพ บริบทของสถานศึกษาที่ครูใช้ความหลากหลายของมนุษย์ซึ่งเป็นลักษณะจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อพัฒนาผู้เรียนจะทำให้จัดการเรียนรู้และดูแลช่วยเหลือผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ การพัฒนาผู้เรียนตามแนวคิดความหลากหลายของมนุษย์จึงเป็นความท้าทายของครูในโลกยุคปัจจุบัน

คำสำคัญ: ความหลากหลายของมนุษย์; จิตวิทยาเชิงบวก; ความแตกต่างระหว่างบุคคล

Abstract

Individual difference is the one of human natures that show that all human beings are not the same. The starting point of this study is to survey individual differences to compare differences and then place the individual in the professional world. Therefore, it often causes controversy. After 2000, the concept of positive psychology emerged. It emphasized the satisfaction of behaviors creating value, goodness, and creativity. It was causing happiness to individuals and society. The concept of diversity is aimed at accepting differences among the people in the community, promoting equality and human rights for peaceful coexistence. Human development at present, therefore, focuses on managing human diversity for the cost of living and occupation.



The context of an educational institution where teachers use human diversity, is a dimension of positive psychology, to develop learners, will enable effective learning management and support for the learners. Developing learners according to concept of human diversity is, therefore, a challenge for teachers in today's world.

Keywords: Human Diversity; Positive Psychology; Individual Differences

บทนำ

ความหลากหลายของบุคคล (Human Diversity) เป็นแนวคิดที่เกิดขึ้นเมื่อประมาณ ค.ศ. 2000 โดยรับแนวคิดจากประเด็นความหลากหลายทางชีวภาพของพืชและสัตว์มาเป็นฐานแนวคิดว่าการอยู่ร่วมกันในสังคมนั้นต้องอาศัยความแตกต่างหลากหลายเพื่อให้สังคมนั้นอยู่ร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข ความหลากหลายของมนุษย์จึงเป็นจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) ที่มุ่งให้ความสำคัญกับการจับถูกเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข พฤติกรรมที่น่าสนใจในขณะนี้คือความขัดแย้งทางความคิดในมิติต่าง ๆ เพราะทั่วโลกเรียกร้องความเท่าเทียมของคนในสังคม โดยเดือนมิถุนายน 2565 ที่ผ่านมาเกิดการเรียกร้องความเท่าเทียมทางเพศซึ่งประเทศไทยจัดขึ้นเป็นครั้งแรก จนอาจกล่าวได้ว่าเดือนมิถุนายนเป็นเดือนแห่งการเรียกร้องความเท่าเทียม (Pride Month) เพื่อแสดงถึงการยอมรับการยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล แต่แท้จริงแล้วความแตกต่างด้านเพศเป็นเพียงส่วนหนึ่งของความหลากหลายของมนุษย์ การเรียนรู้เพื่อเข้าใจยอมรับความหลากหลายของบุคคลจึงเป็นประเด็นสำคัญของโลกยุคปัจจุบันโดยเฉพาะบริบทของสถานศึกษาที่ผู้เรียนมีความหลากหลายเป็นอย่างมาก การไม่เข้าใจและไม่ยอมรับความหลากหลายของผู้เรียนเป็นอุปสรรคสำคัญของการจัดการเรียนรู้และการดูแลช่วยเหลือผู้เรียน

จิตวิทยาเชิงบวก

จิตวิทยาเชิงบวกเป็นประเด็นการศึกษาเกี่ยวกับมนุษย์ในบริบทชีวิตวิถีใหม่โดยประเทศไทยเริ่มศึกษาค้นคว้าวิจัยประเด็นดังกล่าวตั้งแต่ พ.ศ. 2550 เป็นต้นมา จิตวิทยาเชิงบวกมีแนวคิดมุมมองเกี่ยวกับมนุษย์ในด้านคุณภาพของชีวิตและสุขนิยม โดยศึกษาจุดเด่นที่เอื้อให้บุคคล กลุ่ม และองค์กรใช้ศักยภาพภายในตนให้เกิดประโยชน์สูงสุด บริหารจัดการคุณลักษณะภายในให้เกิดความเจริญงอกงามเต็มตามศักยภาพใน 3 ระดับคือ 1) จิตวิทยาเชิงบวกระดับบุคคลเป็นคุณลักษณะส่วนบุคคลเชิงบวก เช่น ความคิดสร้างสรรค์ ความรัก การฟื้นฟูทางใจ การมองโลกในแง่ดี และประสบการณ์ส่วนบุคคลเชิงบวก เช่น อารมณ์เชิงบวก ความพึงพอใจ ความสิ้นไหว ฯลฯ 2) จิตวิทยาเชิงบวกในระดับการจัดกระทำ เป็นกระบวนการพัฒนาบุคคลให้บุคคลเกิดความงอกงามเติบโตทางใจด้วยการแทรกแซงอย่างแยบคายในลักษณะกระตุ้นหนุนเสริมความคิด ความรู้สึก และการกระทำ ซึ่งเป็นพื้นฐานของการโค้ช (coaching) ในปัจจุบัน และ 3) จิตวิทยาเชิงบวกในระดับสังคมเป็นคุณลักษณะทางจิตวิทยาเชิงบวกที่เกี่ยวข้องกับระบบทางสังคม ได้แก่ สำนึกการเป็นพลเมืองที่ดี จริยธรรมการดำเนินชีวิต ความรับผิดชอบทางสังคม ความหลากหลายของมนุษย์ เป็นต้น จิตวิทยาเชิงบวกเป็นประเด็นที่สามารถพัฒนาและปรับปรุงคุณภาพชีวิตและคุณภาพ

การปฏิบัติงาน (นันท์ชัตสันห์ สกุลพงศ์, 2565; ปริยานุช วุฒิ ชูประดิษฐ์ และสุภัทร ชูประดิษฐ์, 2565; Law, 2013)

ปริยานุช วุฒิ ชูประดิษฐ์ และสุภัทร ชูประดิษฐ์ (2565) ได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยในประเทศไทยและต่างประเทศพบว่า จิตวิทยาเชิงบวกสามารถนำมาใช้ส่งเสริมบรรยากาศการเรียนรู้ให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ สร้างเสริมสุขภาวะทางจิตที่ดีของผู้เรียนเพื่อสร้างแรงจูงใจในการเรียนและส่งเสริมการจัดการศึกษาที่มีประสิทธิภาพ ดังนั้น จิตวิทยาเชิงบวกจึงเป็นปัจจัยและกลยุทธ์สำคัญในการพัฒนาผู้เรียนในศตวรรษที่ 21

ทั้งนี้ประเด็นสำคัญของจิตวิทยาเชิงบวกที่ต้องนำไปเป็นพื้นฐานแนวคิดใช้พัฒนาผู้เรียนคือ ความหลากหลายของมนุษย์ เป็นประเด็นที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาเชิงบวกระดับบุคคล จิตวิทยาเชิงบวกในฐานะของการจัดกระทำและจิตวิทยาเชิงบวกในระดับสังคม รวมทั้งข้อกฎหมายของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2560 ที่ส่งเสริมสิทธิเสรีภาพความเท่าเทียมทุนมนุษย์ในทุกมิติ

ความหมายความหลากหลายของมนุษย์

ความหลากหลายของมนุษย์คือ คุณลักษณะทั้งภายในและภายนอกของบุคคลที่ทำให้เกิดการแสดงพฤติกรรมและวัฒนธรรมของมนุษย์ ที่ทุกคนต้องให้การยอมรับและเห็นคุณค่าความแตกต่างของบุคคลเพื่อให้ดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จต่อการดำเนินชีวิต ความหลากหลายของมนุษย์จึงเป็นต้นทุนมนุษย์ (human capital) ที่นักจิตวิทยาและนักพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้ความสำคัญเพราะเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาองค์กรและประเทศชาติ ความหลากหลายของมนุษย์จึงเป็นประเด็นสำคัญที่สังคมไทยให้ความสำคัญและเร่งหล่อหลอมให้ครู ผู้ปกครอง และเยาวชนไทยในยุคปัจจุบันเข้าใจและยอมรับ (เจษฎา บุญมาโฮม, 2564; Hiles, 2007)

ปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดความหลากหลายของมนุษย์

ความหลากหลายของมนุษย์เกิดขึ้นจากปัจจัยสำคัญ 2 ประการ (กันยา สุวรรณแสง, 2554; ศศิธร สังข์ประสิทธิ์, 2556; เจษฎา บุญมาโฮม, 2564)

1. พันธุกรรม เป็นสิ่งที่ได้รับถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษซึ่งเป็นคุณลักษณะทางชีวภาพ ทำให้มนุษย์มีความแตกต่างและหลากหลาย ได้แก่ เชื้อชาติหรือเผ่าพันธุ์ ลักษณะทางสติปัญญา ลักษณะรูปร่างทางกาย หมู่โลหิต ความบกพร่องทางร่างกายและโรคภัยไข้เจ็บ เป็นต้น

2. สิ่งแวดล้อม หมายถึง สิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตนเอง เป็นสิ่งเร้ากระตุ้นให้บุคคลแสดงออก ในลักษณะที่ต่างหากัน มีอิทธิพลและส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคล เช่น ธรรมชาติ สภาพดินฟ้าอากาศ วัฒนธรรม สภาพสังคม โดยทั่วไปนักจิตวิทยานิยมแบ่งช่วงเวลาของสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของบุคคลไว้ 3 ช่วง คือ สิ่งแวดล้อมก่อนเกิด สิ่งแวดล้อมขณะเกิด และสิ่งแวดล้อมหลังเกิด

สิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยพื้นฐานสำคัญของความแตกต่างและหลากหลายของมนุษย์ ซึ่งผู้ประกอบการวิชาชีพครูต้องตระหนัก เข้าใจ และยอมรับความหลากหลายของมนุษย์ เพื่อเป็นพื้นฐานการปฏิบัติงานในหน้าที่ครู



ความหลากหลายของมนุษย์ที่ปรากฏในสถานศึกษาและชั้นเรียน

ลักษณะความหลากหลายของมนุษย์ที่ปรากฏการณ์ในสถานศึกษานำเสนอได้ดังนี้ (ศศิธร สังข์ประสิทธิ์, 2556; พิชิตชัย เจริญกุล, 2558; วีรพล แสงปัญญา, 2561; วราภรณ์ จงสกุล, 2562; เจษฎา บุญมาโฮม, 2564; Sdorow Rickabaugh & Adrienne, 2019)

1. ลักษณะทางเพศ อดีตลักษณะทางเพศมีเพียงเพศชายและเพศหญิง แต่ปัจจุบันเกิดความหลากหลายทางเพศตามลักษณะของสังคม โดยแบ่งประเภทของเพศบนโลกนี้ได้ถึง 19 เพศ นักสิทธิมนุษยชนได้เรียกร้องความเท่าเทียมเกี่ยวกับเรื่องเพศภาวะหรือเพศสภาพ (gender) เป็นการจำแนกเพศที่ถูกกำหนดและควบคุมโดยโครงสร้างของสังคม ซึ่งวิถีชีวิตในอดีตสังคมปลูกฝังการเรียกเพศตามลักษณะสรีระ คือ หญิงหรือชาย โดยรับรู้และเข้าใจว่าเพศหญิงคือผู้ที่ไผ่ผอมยาว ใส่กระโปรง มีกิริยาเรียบร้อยนุ่มนวล ในขณะที่เพศชายไผ่ผอมสั้น ใส่กางเกง กิริยาเข้มแข็งสุภาพ เป็นผู้นำ กล้าคิดกล้าตัดสินใจ ร่างกายบึกบึน ปัจจุบันสังคมเกิดเปลี่ยนแปลงและยอมรับเพศสภาพมากขึ้น การแสดงออกถึงอัตลักษณ์ทางเพศของแต่ละบุคคล และการแสดงออกที่รับรู้ในสายตาของผู้อื่นจึงไม่ตรงตามเพศสรีระอีกต่อไป ทั้งนี้ ชีรา ทองกระจ่าง (2561) และเจษฎา บุญมาโฮม (2564) ได้สรุปและจำแนกประเภทเพศสภาพของบุคคลเป็น 19 ประเภท คือ 1) ผู้ชาย 2) ผู้หญิง 3) ทอม 4) ดี 5) ทอมเกย์ (ทอมที่ชอบทั้งหญิง ดี และทอมด้วยกัน) 6) ทอมเกย์คิง (ทอมที่ชอบทอมด้วยกันและมีลักษณะเป็นฝ่ายรุก) 7) ทอมเกย์ควีน (ทอมที่ชอบทอมด้วยกันและมีลักษณะเป็นฝ่ายรับ) 8) ทอมทูเวย์ (ทอมที่ชอบทอมด้วยกันโดยสามารถเป็นทั้งเป็นฝ่ายรุกและรับ) 9) เกย์คิง (ผู้ชายที่ชอบผู้ชายด้วยกันและมีลักษณะเป็นฝ่ายรุก) 10) เกย์ควีน (ผู้ชายที่ชอบผู้ชายด้วยกันและมีลักษณะเป็นฝ่ายรับ) 11) ไบท์ (ผู้ชายที่ชอบทั้งผู้ชายและผู้หญิงโดยตนเองสามารถเป็นฝ่ายรุกและรับได้ แต่จะไม่ชอบกระเทย) 12) ไบท์ (ผู้หญิงที่ชอบทั้งผู้ชายและผู้หญิงโดยตนเองสามารถเป็นฝ่ายรุกและรับได้ แต่จะไม่แสดงออกว่าตนเองเป็นทอมหรือเลสเบียน) 13) เลสเบียน (ผู้หญิงที่ชอบผู้หญิงด้วยกัน) 14) กระเทย (ผู้ชายที่แปลงเพศแล้ว) 15) ตุ๊ด (ผู้ชายที่ชอบผู้ชายโดยตนเองมีลักษณะเป็นผู้หญิง) 16) อัดัม (ผู้ชายที่ชอบทอม) 17) แองจี (กระเทยที่ชอบทอม) 18) เซอร์รี่ (ผู้หญิงที่ชอบกระเทย) และ 19) สามย่าน (ผู้หญิงที่เป็นได้ทั้งทอม เลสเบียน หรือผู้หญิง) ความหลากหลายทางเพศเป็นประเด็นที่ได้รับการยอมรับในยุคปกติถัดไป (next normal) เพราะสังคมเปิดกว้างทางความคิดและเสรีภาพมากขึ้น

ความหลากหลายทางเพศจะปรากฏเด่นชัดในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาเพราะผู้เรียนแสดงลักษณะเพศชัดเจนเพื่อแสวงหาเอกลักษณ์ของตนตามทฤษฎีพัฒนาการของอีริกสัน (Erikson) ครูจึงต้องสื่อสารกับผู้เรียนที่มีความหลากหลายทางเพศอย่างเหมาะสมเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดี และสร้างอัตมโนทัศน์เชิงบวกต่อผู้เรียนให้ผู้เรียนรับรู้การสนับสนุนเกี่ยวกับความหลากหลายทางเพศจากสถานศึกษาที่ถูกต้องเหมาะสม ทำให้ผู้เรียนมีต้นทุนชีวิต ความพึงพอใจการเรียนรู้ และความสุขในการดำเนินชีวิต

2. ลักษณะทางภูมิหลัง

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของ ฟรอยด์ (Freud) กล่าวว่า อดีตเป็นสิ่งที่กำหนดบุคลิกภาพปัจจุบันและอนาคต ภูมิหลังจึงส่งผลกระทบต่อบุคคล ความหลากหลายของมนุษย์ที่ปรากฏในสถานศึกษามี 2 ประการ ดังนี้

2.1 ครอบครัว สถาบันครอบครัวเป็นสถาบันแรกของชีวิตและสิ่งสำคัญที่สุดเพราะเป็นสิ่งแวดล้อมพื้นฐานของการดำรงชีวิต บุคคลได้รับการเลี้ยงดูอย่างไรก็มักจะแสดงพฤติกรรมเช่นนั้น ผู้เรียนแต่ละคนเติบโตจากครอบครัวที่แตกต่างกันประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมคือการอบรมเลี้ยงดู

2.2 ประสบการณ์ คือสิ่งที่ผู้เรียนได้รับทางตรงและทางอ้อม รวมทั้งด้านดีและไม่ดี รวมถึงพื้นฐานความรู้ของผู้เรียน ประสบการณ์ส่งผลต่อผู้เรียนด้านบุคลิกภาพ ความรู้สึกนึกคิด ความสามารถ เป็นต้น

3. ฐานะ ความหลากหลายของมนุษย์ด้านฐานะที่เด่นชัดประกอบด้วย 2 ลักษณะ คือ

3.1 ฐานะทางเศรษฐกิจ ฐานะการเงินมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของบุคคล บุคคลที่มีฐานะการเงินต่างกันย่อมมีวิธีการดำเนินชีวิตที่ต่างกัน ฐานะทางเศรษฐกิจส่งผลวิถีชีวิตและพฤติกรรมของบุคคลในสังคมไม่ทางตรงก็ทางอ้อม สถานศึกษาจะแบ่งฐานะของผู้เรียนได้ระดับหนึ่งทั้งที่ไม่ใช่เจตนาธรรมของการศึกษา อาทิ ผู้เรียนในสถานศึกษาที่ตั้งอยู่ในตัวเมืองหรือได้รับความสนใจศึกษาต่จากบุคคลจำนวนมากส่วนใหญ่มีความพร้อมด้านการศึกษาผู้เรียนจึงมักมีฐานะการเงินอยู่ในระดับปานกลางถึงดี

3.2 ฐานะทางสังคม เนื่องจากมนุษย์เป็นสัตว์สังคมการอยู่ร่วมกันในบริบทความหลากหลาย จึงมีประเด็นฐานะทางสังคมมาเกี่ยวข้อง ได้แก่ หน้าที่การงาน ตำแหน่งการปฏิบัติงาน รวมถึงฐานะันตรศกดีด้วย ซึ่งฐานะทางสังคมจึงเปรียบเสมือนขั้นบันไดทางสังคมที่ส่งผลต่อวิถีชีวิตและการปฏิบัติตนของบุคคลและผู้รอบข้าง แม้ปัจจุบันจะมีบุคคลที่ต่อต้านระบบฐานะทางสังคมเพราะเชื่อว่าเป็นการส่งเสริมความเหลื่อมล้ำทางสังคม มนุษย์ทุกคนควรมีความเท่าเทียมกันทางสังคม แต่ฐานะทางสังคมยังคงอยู่ในระบบทางสังคมไทย ฐานะสังคมจึงส่งผลบริบทและองค์ประกอบของสังคม

4. ลักษณะทางวัฒนธรรม ความหลากหลายทางวัฒนธรรมเป็นจุดกำเนิดของการนำคำว่า “ความหลากหลาย” ทางชีววิทยามาใช้ด้านมานุษยวิทยา เพราะเชื่อว่าลักษณะของความแตกต่างของมนุษย์ไม่ใช่แนวคิดด้านลบ การอยู่ร่วมกันโดยที่วัฒนธรรมต่างกันเป็นความงดงามของชีวิต ปัจจัยพื้นฐานที่ทำให้วัฒนธรรมต่างกันคือความเชื่อ วิถีปฏิบัติ และถิ่นฐานที่อยู่ แต่ไม่ได้หมายความว่าบุคคลที่มีวัฒนธรรมต่างกันจะอยู่ร่วมกันไม่ได้ เพียงแต่ต้องปรับตัวอย่างอยู่ร่วมกัน ประเภทความหลากหลายด้านวัฒนธรรมประกอบด้วยเชื้อชาติและสัญชาติ ศาสนา ภาษา และประเพณี การอยู่ร่วมกันของผู้เรียนที่มีพื้นฐานทางวัฒนธรรมที่แตกต่างกันคือ การมีวิถีชีวิตในบริบทพหุวัฒนธรรมนั้นคือ ผู้เรียนสามารถปฏิบัติตนอยู่ได้อย่างมีความสุขทั้งวัฒนธรรมดั้งเดิมของตนและวัฒนธรรมใหม่ที่เข้าไปอยู่ สถานศึกษาต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดความภูมิใจในวัฒนธรรมเดิมและยอมรับการเปลี่ยนแปลงของวัฒนธรรมของสังคมใหม่เพื่อให้เกิดคุณภาพของชีวิต

5. ลักษณะทางสติปัญญา สติปัญญาเป็นพื้นฐานสำคัญในการดำเนินชีวิตเพราะมนุษย์เชื่อว่าบุคคลที่มีสติปัญญาชาญฉลาดจะเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ความแตกต่างของบุคคลเรื่องสติปัญญาเป็นจุดเริ่มต้นของการศึกษาและเปรียบเทียบความแตกต่างของมนุษย์ ความแตกต่างของบุคคลจึงมุ่งเน้นการเปรียบเทียบระดับสติปัญญาเป็นสำคัญ ซึ่งเป็นคุณลักษณะการจำแนกบุคคลด้านลบ ทำให้เกิดการแบ่งแยกชนชั้นกันจากระดับสติปัญญา การศึกษาค้นคว้าดังกล่าวจึงได้รับการต่อต้านจากนักสิทธิมนุษยชนเรื่อยมา

จากประสบการณ์ของผู้เขียนพบว่าประเด็นที่น่าสนใจเกี่ยวกับระดับสติปัญญาของผู้เรียนคือ ภาวะปัญญาอ่อนเทียม กล่าวคือชั้นเรียนจะมีผู้เรียนลักษณะผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำแต่เมื่อทดสอบเชิงลึกพบว่า ระดับคะแนนที่ต่ำนั้นเกิดขึ้นจากปัจจัยอื่นที่ไม่ใช่ระดับสติปัญญา เช่น ผู้เรียนขาดแรงจูงใจในการเรียน ไม่ตระหนักถึงความสำคัญเกี่ยวกับอนาคตของตนเองทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ แต่เมื่อทดสอบด้วยแบบวัดสติปัญญาแล้วผลการทดสอบผู้เรียนมีระดับสติปัญญาปกติ ความหลากหลายทางสติปัญญาของผู้เรียนที่ปรากฏในสถานศึกษามี 2 ลักษณะ คือ



5.1 ระดับสติปัญญา ลักษณะเด่นชัดด้านสติปัญญาของผู้เรียนในสถานศึกษาคือ ระดับสติปัญญา เช่น สติปัญญาสูง สติปัญญาปกติ และสติปัญญาต่ำ สถานศึกษาทุกแห่งมุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีระดับสติปัญญาสูง โดยเน้น การทำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ ซึ่งประเด็นนี้เป็นมายาคติของสังคมไทยที่ผู้เขียนเห็นว่าต้องเร่ง ปรับเปลี่ยนเพื่อให้การศึกษาสามารถพัฒนามนุษย์ได้อย่างแท้จริง

5.2 ความสามารถตามโครงสร้างของสติปัญญา นักจิตวิทยาเชื่อว่าสติปัญญาของมนุษย์มีโครงสร้างที่ แตกต่างกัน การศึกษาในยุคแรกอธิบายว่าสติปัญญามีโครงสร้างหลักเพียงองค์ประกอบเดียวคือ ความสามารถทั่วไป ต่อมาการศึกษาและวิจัยเกี่ยวกับโครงสร้างสติปัญญาอย่างกว้างขวางเพราะเชื่อว่าความฉลาดของมนุษย์มีความ หลากหลายไม่ใช่มิเพียงด้านเดียวเท่านั้น แต่ที่ได้รับความสนใจและยอมรับในปัจจุบันคือ โครงสร้างองค์ประกอบทาง สติปัญญาหรือทฤษฎีพหุปัญญา (Multiple Intelligence) ของการ์ตเนอร์ (Gardner) สติปัญญาของมนุษย์มีหลาย ด้านแต่ละด้านมีความสำคัญเท่าเทียมกัน ขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคลจะมีสติปัญญาด้านใดโดดเด่น ซึ่งแต่ละด้านจะผสม สัมพันธ์กัน แสดงออกมาเป็นความสามารถในเรื่องใด ทำให้เป็นลักษณะเฉพาะตัวของแต่ละคน แนวคิดของการ์ต เนอร์ (Gardner) ได้รับความสนใจในสถานศึกษาเป็นอย่างมากเพราะการที่ผู้เรียนไม่สามารถเรียนวิชาใดวิชาหนึ่งได้ ไม่ได้หมายความว่าบุคคลนั้นคือผู้ที่มีสติปัญญาต่ำ แต่อาจเป็นได้ว่าบุคคลนั้นมีสติปัญญาด้านอื่นที่ดี ตัวอย่างที่ชัดเจน คือ ผู้เรียนที่สอบไม่ผ่านวิชาภาษาอังกฤษเพราะบุคคลนั้นอาจไม่ชาญฉลาดด้านภาษาอังกฤษแต่อาจฉลาดชาญด้าน อื่นก็ได้ ทั้งนี้ การ์ตเนอร์ (Gardner) ได้จำแนกความฉลาดของมนุษย์ออกเป็น 10 ประเภท ได้ดังนี้

1) สติปัญญาด้านภาษา (Linguistic Intelligence) เป็นสติปัญญาการใช้ภาษา คำพูด และข้อความ สามารถเลือกใช้คำศัพท์เพื่อสื่อสารหรือโต้ตอบทั้งด้านการเขียนและพูดได้เป็นอย่างดี

2) สติปัญญาด้านการใช้เหตุผลเชิงตรรกะและคณิตศาสตร์ (Logical Mathematical Intelligence) เป็นสติปัญญาการใช้ตัวเลข สัญลักษณ์ และคิดอย่างมีเหตุผล คิดเชิงนามธรรม คิดหาความสัมพันธ์ของเหตุและ ผลได้เป็นอย่างดี จำแนกประเภทหมวดหมู่ของสิ่งของและเหตุการณ์ได้เป็นอย่างดี

3) สติปัญญาด้านมิติสัมพันธ์ (Spatial Intelligence) เป็นสติปัญญาการจดจำภาพหรือการสร้างภาพ ในใจ มองเห็นความสัมพันธ์ของพื้นที่กับทิศทางและขนาด ตลอดจนรู้จักสถานที่ได้เป็นอย่างดี

4) สติปัญญาด้านดนตรี (Musical Intelligence) เป็นสติปัญญาเกี่ยวกับการใช้จังหวะ น้ำเสียง และ ระดับเสียง โดยสามารถเข้าใจ วิเคราะห์ แยกแยะ ซีนซม และสร้างเสียง ทำนอง และจังหวะได้ดี

5) สติปัญญาด้านการเคลื่อนไหวร่างกายและกล้ามเนื้อ (Bodily Kinesthetic Intelligence) เป็น สติปัญญาการใช้ไวยวะะของร่างกายทุกส่วนด้วยความคล่องแคล่ว ความยืดหยุ่น และความประณีต ไหวทางประสาท สัมผัส

6) สติปัญญาด้านความเข้าใจตนเอง (Intrapersonal Intelligence) เป็นสติปัญญาการรู้จักตนเอง เรื่องจุดเด่น ข้อจำกัด และความต้องการของตนเอง รู้เท่าทันอารมณ์ความคิด ความปรารถนาของตน ฝึกฝนตนเอง ให้เข้าใจ นับถือ แยกแยะสภาพจิต และอารมณ์ของตนเอง นำมาใช้ดูแลพฤติกรรมของตนให้ดำเนินชีวิตที่ดีได้

7) สติปัญญาด้านการเข้าใจผู้อื่น (Interpersonal Intelligence) เป็นสติปัญญาการเข้าใจผู้อื่น เข้าใจ อารมณ์ ความรู้สึก ความคิด และเจตนาของผู้อื่น ตลอดจนรวมถึงความไวต่อการสังเกต น้ำเสียง ใบหน้า ท่าทาง และการรู้ลักษณะท่าทางของสัมพันธภาพของมนุษย์ และสามารถตอบสนองได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

8) สถิติปัญญาด้านความเข้าใจธรรมชาติ (Naturalist Intelligence) เป็นสติปัญญาเกี่ยวกับการรู้จักธรรมชาติ เข้าใจการเปลี่ยนแปลงธรรมชาติและปรากฏการณ์ธรรมชาติ เข้าใจความสำคัญของตนเองกับสิ่งแวดล้อม และตระหนักถึงความสามารถของคนที่มีการอนุรักษ์ธรรมชาติ เข้าใจถึงพัฒนาการของมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย การเปลี่ยนแปลงของสสาร ความสัมพันธ์ของสิ่งต่าง ๆ ในธรรมชาติ

9) ปัญญาด้านอัตถิภาวนิยม (Existential Intelligence) ปัญญาทางด้านการดำรงคงอยู่ของชีวิตหรือด้านจิตนิยม มักมีลักษณะชอบคิด สงสัยใคร่รู้ ตั้งคำถามกับตัวเองเกี่ยวกับเรื่องความเป็นไปของชีวิต ชีวิตหลังความตาย เรื่องเหนือจริง มิติลึกลับ ปัญญาด้านนี้จึงมุ่งค้นหาคำตอบเกี่ยวกับความหมายและจุดมุ่งหมายสูงสุดในชีวิต

10) ปัญญาทางด้านจิตวิญญาณ (Spiritual Intelligence) เป็นปัญญาด้านล่าสุดที่การ์ดเนอร์ (Gardner) นำเสนอขึ้น เพราะเชื่อว่ามนุษย์ต้องมีพื้นฐานการรู้จักเข้าใจตนเองอย่างลึกซึ้งในบริบทของตนเอง ซึ่งครอบคลุมสติปัญญาทั้งสี่ด้านคือความเข้าใจตนเอง การเข้าใจผู้อื่น ความเข้าใจในธรรมชาติ และอัตถิภาวนิยม ความสามารถในการพัฒนาจิตใจเพื่อเตรียมพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงชีวิต และช่วยให้บุคคลเข้าใจอัจฉริยภาพสูงสุดของตนเอง จากการใช้สมองทุกส่วนในการทำงาน เพื่อให้บุคคลเข้าใจตนเองอย่างลึกซึ้ง ทำให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดต่อการดำเนินชีวิต ดังนั้นปัญญาประเภทนี้จะเน้นความสัมพันธ์ระหว่างจิตใจและจิตวิญญาณการดำเนินชีวิตทางสังคม การตั้งเป้าหมายการดำเนินชีวิตและการทำงานของตนเอง สถิติปัญญาด้านนี้เป็นแนวคิดของจิตวิทยาแนวใหม่ซึ่งเชื่อว่าการรู้จักตนเองด้วยใจที่ใคร่ครวญจะทำให้ใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพได้

จากประสบการณ์การปฏิบัติหน้าที่จัดการเรียนรู้และนิเทศนักศึกษาหลักสูตรบ.บัณฑิต สาขาวิชาชีพครูมาร่วม 20 ปี พบว่า ครูผู้สอนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานบางส่วนมีมีโนทัศน์ที่คลาดเคลื่อนเกี่ยวกับทฤษฎีพหุปัญญาว่าไม่สามารถใช้กับผู้เรียนของประเทศไทยได้ เพราะในสถานศึกษาขั้นพื้นฐานหากบุคคลใดมีความฉลาดหรือมีความสามารถก็จะเก่งทุกด้าน กล่าวคือ เรียนดี ทุกวิชา ตรงกันข้ามมีผู้เรียนอีกจำนวนไม่น้อยที่มีผลการเรียนต่ำทุกรายวิชา ซึ่งหากผู้เรียนที่มีผลการเรียนต่ำทุกรายวิชาจะมีโครงสร้างสติปัญญาของการ์ดเนอร์ (Gardner) ก็ต้องปรากฏความฉลาดให้เห็นเด่นชัดด้านใดด้านหนึ่ง ผู้เขียนคิดเห็นว่าการที่ครูผู้สอนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานบางท่านคิดเช่นนั้นเพราะไม่สามารถส่งเสริมให้ผู้เรียนค้นพบศักยภาพที่แท้จริงของตนเอง ผู้เรียนจึงไม่สามารถแสดงศักยภาพที่จริงออกมาได้ ทำให้เกิดมีโนทัศน์ที่คลาดเคลื่อนเกี่ยวกับประเด็นนี้ เนื่องจากตลอดระยะเวลา 20 ปี ผู้เขียนมักได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบจัดการเรียนรู้กับนักศึกษาที่สังคมส่วนใหญ่ลงความเห็นว่ามีความเสี่ยงด้านต่าง ๆ เช่น ขาดความรับผิดชอบต่อการเรียน ไม่มีวินัยในตนเอง มีปัญหาพฤติกรรมต่าง ๆ เป็นเหตุให้คณาจารย์ส่วนใหญ่ไม่ประสงค์รับผิดชอบจัดการเรียนรู้ แต่ผู้เขียนกลับพบว่าหากจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนกลุ่มนี้รัก ศรัทธา และเห็นคุณค่าของตนเองและผู้สอน ผู้เรียนจะค้นพบศักยภาพของตนเองแล้วเปลี่ยนแปลงตนในทางที่ดีได้ ผู้เขียนจึงยืนยันว่าทฤษฎีพหุปัญญาใช้ได้จริงในบริบทสังคมไทย

6. ลักษณะความคิด ปัจจุบันประเด็นความหลากหลายทางความคิดได้รับความสนใจในระดับประเทศโดยมีจุดเริ่มต้นความรุนแรงเมื่อปี พ.ศ.2548 ที่คนไทยมีความคิดเห็นเกี่ยวกับประเด็นการเมืองต่างกัน ความหลากหลายทางความคิดถึง ลักษณะความคิดของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือเหตุการณ์หนึ่ง ซึ่งลักษณะความคิดนั้นมีย่อมมีมุมมองไม่เหมือนกัน เพราะความคิดเกิดขึ้นจากปัจจัยสำคัญประการ ได้แก่ การรับรู้ การเรียนรู้ เจตคติ ประสบการณ์ การอบรมเลี้ยงดู ความเชื่อ เป็นต้น ซึ่งความหลากหลายความคิดจะมีความหมายต่างจากความคิดต่างหรือเห็นต่างที่มักเป็นความขัดแย้งทางความคิดที่เกิดขึ้นจากความต้องการตอบสนองของบุคคล โดยมักตั้งคำถาม



เพื่อต้องการคำตอบที่ถูกใจตนเองเป็นหลัก เช่น เหตุใดต้องถอดรองเท้าเข้าห้องเรียน เหตุใดต้องจัดกิจกรรมกีฬาในภาคเรียนที่ 1 ซึ่งเป็นฤดูฝน หรืออาจเป็นความเห็นต่างที่มีความรุนแรง ความเห็นต่างจึงมักมีอคติและผลประโยชน์แอบแฝง แต่ความหลากหลายทางความคิดจะมุ่งเน้นบริบทมุมมองที่มีความคิดสร้างสรรค์เกิดประโยชน์เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการดำเนินชีวิตและประกอบอาชีพ ประเด็นความหลากหลายทางความคิดที่พบเห็นในสถานศึกษา ได้แก่

6.1 ประเด็นเกี่ยวกับกฎระเบียบของสถานศึกษา เป็นมุมมองความคิดที่มีกฎระเบียบตลอดจนวิถีปฏิบัติในสถานศึกษา ซึ่งมักเป็นความหลากหลายทางความคิดที่เป็นความเห็นต่างระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน เช่น การแต่งกาย ทรงผม ข้อกำหนดต่าง ๆ ในสถานศึกษา

6.2 ประเด็นเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เป็นมุมมองความคิดที่มีต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เช่น ลักษณะกิจกรรมการเรียนรู้ การมอบหมายภาระงานและการบ้าน ตลอดจนพฤติกรรมและบุคลิกภาพของผู้สอน

6.3 ประเด็นเกี่ยวกับการจัดบริการและสถานที่เพื่อบริหารและเอื้อต่อการเรียนรู้ เป็นมุมมองที่มีต่อการจัดสิ่งสนับสนุนของสถานศึกษา อาทิ การปรับปรุงอาคารสถานที่ ซึ่งการดำเนินการดังกล่าวไม่สามารถตอบสนองความต้องการของทุกคนได้

ประเด็นที่นักการศึกษาประสงค์และมุ่งเน้นให้เกิดขึ้นเกี่ยวกับความหลากหลายทางความคิดคือ พื้นฐานของการคิดต่างต้องมากกว่าการคิดบวก ผลลัพธ์ของการคิดจะเกิดขึ้นและแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ บุคคลต้องคิดอย่างมีเหตุผลที่สอดคล้องกับความเป็นจริง ไม่อคติ และคิดเข้าข้างตนเอง การคิดที่ตั้งอยู่บนหลักเหตุผล ผ่านการกลั่นกรองทางความคิด และที่สำคัญต้องไม่มุ่งร้ายต่อผู้อื่นและสังคมจะเกิดประโยชน์สูงสุด

7. ลักษณะรูปแบบการเรียนรู้ รูปแบบการเรียนรู้หรือลีลาการเรียนรู้ (Learning Styles) คือ พฤติกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเองทำให้เกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ภายในชั้นเรียนจึงมีลักษณะรูปแบบการเรียนรู้ที่หลากหลายตามธรรมชาติและความถนัดของผู้เรียนแต่ละคน ลักษณะรูปแบบการเรียนรู้ส่งผลต่อพฤติกรรมการเรียนและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างยิ่ง ความหลากหลายของมนุษย์ด้านลักษณะการเรียนรู้จึงเป็นประเด็นที่ท้าทายต่อการบริหารจัดการพฤติกรรมในชั้นเรียนและการออกแบบการจัดการเรียนรู้ของผู้สอนในปัจจุบัน เพราะการบริหารจัดการพฤติกรรมในชั้นเรียนที่มีประสิทธิภาพและการออกแบบการจัดการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับพัฒนาการของผู้เรียนจะทำให้เกิดบรรยากาศการเรียนรู้ที่เอื้อประโยชน์ต่อการเรียนรู้ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ที่ยั่งยืน รูปแบบการเรียนรู้มี 2 ประเภทดังนี้

7.1 รูปแบบการเรียนรู้ที่จำแนกลักษณะช่องทางการรับรู้ บุคคลเรียนรู้ได้ดีตามลักษณะช่องทางการรับรู้ของตนเองประกอบด้วย 3 ลักษณะสำคัญ คือ 1) รูปแบบการเรียนรู้ตามความถนัดทางสายตา ผู้เรียนที่มีรูปแบบการเรียนรู้นี้จะเรียนรู้ได้ดีหากมีภาพหรือแผนภูมิประกอบเนื้อหา เพื่อให้จดจำ เข้าใจ และเรียนรู้ได้รวดเร็วขึ้น 2) รูปแบบการเรียนรู้ตามความถนัดทางโสตประสาท ผู้เรียนที่มีรูปแบบการเรียนรู้นี้จะเรียนรู้ได้ดีหากได้ฟังเรื่องราวเป็นหลักร่วมกับการได้รับประสบการณ์อื่น ๆ จะจดจำและเรียนรู้ได้รวดเร็วขึ้น และ 3) รูปแบบการเรียนรู้ตามความถนัดทางร่างกายและความรู้สึก ผู้เรียนที่มีรูปแบบการเรียนรู้นี้สามารถเรียนรู้ได้ดีหากได้ลงมือปฏิบัติจริงและเคลื่อนไหวร่างกายขณะเรียนรู้ร่วมกับการรับฟังเรื่องราวจะจดจำและเรียนรู้ได้รวดเร็วขึ้น

7.2 รูปแบบการเรียนรู้ที่จำแนกลักษณะพฤติกรรม การเรียนรู้ของผู้เรียนเกิดจากการแสดงพฤติกรรมที่แสดงออก กราชาและไรช์มันน์ (Grasha & Reichmann, 1975) ได้จำแนกประเภทรูปแบบการเรียนรู้ตามลักษณะ

พฤติกรรมไว้ 6 ประเภท คือ 1) แบบอิสระ 2) แบบพึ่งพา 3) แบบร่วมมือ 4) แบบหลีกเลี่ยง 5) แบบแข่งขัน และ 6) แบบมีส่วนร่วม

จากข้อมูลความหลากหลายของมนุษย์เกี่ยวกับรูปแบบการเรียนรู้ข้างต้น ครูผู้สอนอาจพบพฤติกรรมการเรียนรู้ของผู้เรียนในชั้นเรียนที่แตกต่างกันไป หากครูผู้สอนใช้วิธีการบริหารจัดการพฤติกรรมและการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีลักษณะจำเจอาจทำให้ผู้เรียนบางกลุ่มเกิดความไม่พอใจเพราะเป็นการจัดกิจกรรมที่สอดคล้องกับผู้เรียนเพียงบางกลุ่ม ครูผู้สอนต้องออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ให้มีประสิทธิภาพ หลากหลาย และสอดคล้องกับรูปแบบการเรียนรู้ของผู้เรียน

8. ลักษณะบุคลิกภาพ บุคลิกภาพ (Personality) คือ ลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคล บุคลิกภาพที่ต่างกันทำให้พฤติกรรมและสัมพันธภาพของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน บุคลิกภาพผู้เรียนในสถานศึกษามีความหลากหลาย ขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ บุคลิกภาพผู้เรียนในสถานศึกษาที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมด้านการสื่อสารและสัมพันธภาพ ตั้งอยู่บนพื้นฐานลักษณะบุคลิกภาพของบุคคลที่ปกติ ไม่มีลักษณะความผิดปกติทางจิต เช่น อารมณ์สองขั้ว (Bipolar) ซึมเศร้า (Depression) บุคลิกภาพแปรปรวน (Borderline Personality Disorder) โดยทั่วไปมักจำแนกบุคลิกภาพตามแนวคิดของ จุง (Jung) คือ เกือบตัว แสดงตัว และผสมผสาน แต่ในที่นี้จะนำเสนอประเภทบุคลิกภาพตามการปรับตัวเมื่อเผชิญกับปัญหาตามแนวคิดของเวอร์จิเนีย ซาเทียร์ (Virginia Satir) ซึ่งใช้ได้จริงในสถานศึกษา เมื่อผู้เรียนเกิดความเครียดจะแสดงพฤติกรรมปรับตัวเพื่อเผชิญกับปัญหาเป็นแบบแผนของการแสดงออกจนกลายเป็นบุคลิกภาพเชิงทำที่ที่มีต่อสังคม 5 ลักษณะ ดังนี้ (สโตส คัมพรพจน์นัต, 2561; เจษฎา บุญมาโฮม, 2564)

8.1 โทษผู้อื่นหรือตำหนิ (Blaming) เป็นลักษณะของบุคคลที่สนใจตนเองเป็นหลัก ไม่สนใจผู้อื่นและบริบทสถานการณ์ ถือว่าสิ่งที่ตนคิดหรือเชื่อถือเป็นสิ่งถูก คิดว่าตนเองเป็นผู้ที่ทักความถูกต้อง ใช้ความคิดของตน ช่มผู้อื่น ขอบสร้างการแข่งขัน อำนาจ ดังนั้น บุคลิกภาพที่ปรากฏจึงเป็นแบบชอบสั่งผู้อื่น คิดว่าทุกอย่างไม่ใช่หน้าที่และความรับผิดชอบของตน ชอบแนะนำ ชอบตัดสิน ให้ความสำคัญกับตนเองมากกว่าสิ่งอื่นใด มักเสียงดัง ตะคอก ตะโกน ชู ไม่รับฟังความเห็นของคนอื่น โทษและวิจารณ์คนอื่นเป็นประจำ ข้อดีคือ เป็นคนที่กล้าแสดงออก มีความเป็นผู้นำสูง มีพลัง และมีความคิดสร้างสรรค์ สามารถเข้าถึงได้ง่ายผ่านทางเรื่องความคาดหวังทั้งต่อตนเอง ผู้อื่น และที่ผู้อื่นมีต่อตน แต่มักมีปัญหาเรื่องสัมพันธภาพ ไม่มีใครคบหา รู้สึกโดดเดี่ยว คำพูดที่แสดงถึงบุคลิกภาพลักษณะนี้ เช่น “มันเป็นความผิดของเธอ” “ฉันไม่ได้ทำอะไรผิดเลย” “ฉันไม่รู้อะไรเกี่ยวกับเรื่องนี้เลย” บุคคลที่มีบุคลิกภาพลักษณะนี้จึงเหมือนกับการชี้นิ้วสั่งผู้อื่น

8.2 ทำทสมยอมหรือเอาใจ (Placating) เป็นลักษณะของบุคคลที่สนใจบริบท สถานการณ์ และคนอื่นมากกว่าตนเอง มีความเชื่อว่าการเผชิญโลกด้วยการยอมเป็นสิ่งที่ดีที่สุด หรือที่วัยรุ่นนิยมเรียกว่า “Mr. Yes Man” มักยอมทำตามสิ่งที่ผู้อื่นร้องขอโดยไม่สนใจความรู้สึกตัวเอง เพื่อหลีกเลี่ยงการปะทะ การปฏิเสธ หรือความรู้สึกบาดหมาง มักเคารพผู้อื่นแต่ไม่เคารพตัวเอง ขาดความเชื่อมั่นตนเอง เพราะใจดีมากเกินไปและอ่อนไหวต่อความรู้สึก ดังนั้น บุคลิกภาพที่ปรากฏจึงเป็นลักษณะอ่อนไหว มักแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นด้วยการยอมตามใจผู้อื่น ต้องการคนเข้าใจ สูง ใจดี ไวต่อความรู้สึก คิดถึงคนอื่นและบริบทรอบข้างจนลืมความรู้สึกของตัวเองทำให้เก็บกด ไม่กล้าตัดสินใจ ฟังพผู้อื่นเป็นหลัก ชอบบอกร้องขอ อ่อนหวาน และโทษตนเอง ข้อดีคือ เป็นคนที่อ่อนโยนดูแลผู้อื่นได้ดี เข้าถึงได้ง่ายผ่านทางเรื่องอารมณ์และความรู้สึกของเขา ลักษณะบุคลิกภาพเช่นนี้ทำให้เกิดสัมพันธภาพกับผู้อื่นราบรื่น เกิดความปรองดอง ลดความขัดแย้ง มีความอดทนเข้มแข็งที่จะแบกรับปัญหาหรือเรื่องราวต่าง ๆ มีน้ำใจ ใส่ใจ แต่ทำที่เหล่านี



ถูกใช้เพื่อทำให้ตนเองรู้สึกดีขึ้น คำพูดที่แสดงถึงบุคลิกภาพลักษณะนี้ เช่น “มันเป็นความผิดของฉันทั้งหมด” “ฉันไม่มีใครนอกจากเธอ” “แล้วแต่คุณจะตัดสินใจ”

8.3 จอมหลักการหรือมนุษย์เหตุผล (Super-Reasonable) เป็นลักษณะของบุคคลที่สนใจบริบทสถานการณ์ ไม่สนใจตัวเองและคนอื่น สนใจเนื้อหาและความถูกต้องเป็นหลัก รู้และเข้าใจหลักการอย่างถ่องแท้ ต้องทำงานแบบเป็นขั้นตอน ไม่ทำงานด้วยความรู้สึก คนรอบข้างมักมองคนที่มีพฤติกรรมเหล่านี้ว่า เย็นชา ยึดติดหลักการและเหตุผล ไม่เชื่อมโยงกับความเป็นจริงและความรู้สึกของผู้อื่น ทำให้ลดทอนสัมพันธ์ภาพ ข้อดีคือความมีเหตุมีผล ความหนักแน่น ความสุขุม ดังนั้น บุคลิกภาพที่ปรากฏจึงเป็นลักษณะคนฉลาดไหวพริบดี มีหลักการและเหตุผลตลอดเวลา ยึดหลักของเหตุและผลจนลืมนอารมณ์ความรู้สึกทั้งของตนเองและของผู้อื่น ไม่ยึดหยุ่น ชอบชี้แนะ เจ้ากี้เจ้าการ จริงจังกับชีวิต ข้อดีคือ เป็นคนฉลาด ลงรายละเอียดแก้ปัญหาได้เก่ง มีเหตุผล จะเข้าถึงได้ง่ายโดยผ่านทางคำถามเกี่ยวกับความคิด การรับรู้ค่านิยม ความเชื่อที่ตนสัมผัส คำพูดที่แสดงถึงบุคลิกภาพลักษณะนี้ เช่น “ทุกคนต้องมีเหตุผล” “มันผิดหลักการนะ”

8.4 เฉลไฉ (Irrelevant) เป็นลักษณะของบุคคลที่สนใจทั้งตนเอง ผู้อื่น และบริบท บางตำราเรียกว่านักเอ็นเทอร์เทน เป็นคนหลีกเลี่ยงปัญหา ชอบสนุกสนาน ไม่ชอบบรรยากาศตึงเครียด ดึงดูดความสนใจของตนเองและผู้อื่นให้ออกจากความเครียดได้ดี บทสนทนามักเป็นเรื่องทั่วไปแต่ไม่จับยึดที่แก่นเรื่อง บางครั้งดูกระวนกระวายหรือมีกิริยาที่ผิดปกติจากบุคคลทั่วไป เช่น มักเป่าปาก กระพริบตาถี่ ร้องเพลง ลูกเล่นหรือเพิกเฉยต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ดังนั้น บุคลิกภาพที่ปรากฏจึงเป็นแบบหนีปัญหาอย่างชัดเจน เมื่อต้องเผชิญกับปัญหา บุคคลที่มีบุคลิกภาพเฉลไฉมักจะไม่ต้องเผชิญกับปัญหาด้วยการเปลี่ยนประเด็นการสนทนา หรือออกไปจากสถานการณ์นั้น บุคคลประเภทนี้จะไม่สนใจทั้งตนเอง ผู้อื่น และเรื่องราวที่เกิดขึ้น เพราะไม่ต้องการรับรู้กับปัญหาที่เกิดขึ้น มักมีบุคลิกภาพแบบสนุกสนานเฮฮาและปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี อีกทั้งยังกระตือรือร้นมากเกินไป ไวต่อความรู้สึก แท้จริงแล้วรู้สึกเหงา โดดเดี่ยว เศร้า และวิตกกังวล ข้อดีคือ เป็นบุคคลที่มีอารมณ์ขัน มีความคิดสร้างสรรค์ ตลก และยืดหยุ่น สามารถเข้าถึงได้ง่ายโดยผ่านทางความรู้สึกในร่างกาย การสัมผัสร่างกาย และการใช้กิจกรรมด้านกายภาพ

8.5 สอดคล้องกลมกลืน (Congruence) เป็นลักษณะที่สนใจทั้งตนเอง ผู้อื่น และบริบทอย่างสมดุล เป็นภาวะที่เข้าใจและยอมรับความจริง สามารถเข้าใจตนเอง ผู้อื่น และบริบทหรือสถานการณ์รอบข้าง เลือกคิดและกระทำในสิ่งที่เกิดประโยชน์ ทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีและคุณค่าทางจิตใจ มีสติในการเผชิญและจัดการปัญหา เลือกแก้ไขปัญหาอย่างเหมาะสม ทำให้ทุกฝ่ายยอมรับรู้สึกสงบอยู่ในภาวะนั้น ๆ เมื่อเผชิญปัญหาจะไม่ใช้กลไกป้องกันตัวเหมือนบุคคล 4 ประเภทที่กล่าวมา บุคลิกภาพที่ปรากฏจึงเป็นลักษณะผู้ใหญ่ แสดงความรู้สึกต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้นแบบตรงไปตรงมาอย่างเหมาะสมกับบริบท รับรู้ตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกได้ดีโดยการรับรู้ที่เชื่อมโยงกับความคิดที่สมเหตุสมผล ตระหนักรู้ว่าตนเองทำสิ่งนั้นด้วยเหตุผลใด คาดหวังตนเองและผู้อื่นอย่างเหมาะสม ไม่พึ่งพาผู้อื่น เชื่อมมั่นตนเอง และมีความเข้มแข็งทางจิตใจ

บุคลิกภาพทั้ง 5 ประการ สะท้อนให้เห็นบุคลิกภาพของบุคคลในสังคมไทยได้เป็นอย่างดี โดยบุคคลอาจมีบุคลิกภาพทั้ง 5 ประการนี้ ผสมเปลี่ยนไปมาได้แต่มักคุ้นเคยกับบุคลิกภาพแบบใดแบบหนึ่งและแสดงออกลักษณะแบบนั้นออกมาโดยไม่รู้ตัว หากสังเกตและวิเคราะห์บุคลิกภาพการแสดงออกจะพบว่า คนไทยส่วนใหญ่มีบุคลิกภาพแบบที่ 1-4 เป็นหลัก น้อยคนนักที่จะมีบุคลิกภาพแบบที่ 5 เพราะมนุษย์ต้องเอาตัวรอดด้วยการป้องกันตนเองจากการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ จนกลายเป็นบุคลิกภาพทั้ง 4 ประเภท ทำให้รับรู้บุคลิกภาพการแสดงออกของบุคคลใน

สังคมเพื่อการรับมือและการปฏิบัติได้อย่างมีเหตุผล มีสติไม่ใช้อารมณ์เพื่อทำการโต้ตอบ ทำให้ลดความขัดแย้งเกิดเป็นสัมพันธภาพที่ดี

จากที่กล่าวมาครูผู้สอนต้องเข้าใจถึงความหลากหลายของมนุษย์ด้านบุคลิกภาพเพื่อแสดงพฤติกรรมและจัดการเรียนรู้และสิ่งแวดล้อมให้ตอบสนองความต้องการของผู้เรียนแต่ละคนมากที่สุด ตลอดจนปรับเปลี่ยน บริหารจัดการพฤติกรรมให้เหมาะสมและเอื้อต่อการเรียนรู้และการดำเนินชีวิต ซึ่งเป็นการดำเนินการดังกล่าวเป็นการปฏิบัติตามเจตนารมณ์แนวทางการปฏิรูปการศึกษาไทยรอบที่ 2

นอกจากการนำเสนอความหลากหลายของมนุษย์ข้างต้น ยังมีความหลากหลายของมนุษย์ด้านอื่นอีก ได้แก่ ผู้เรียนที่มีความต้องการพิเศษ ลักษณะแรงจูงใจของผู้เรียน ความถนัด ความสนใจ การรับรู้ ความสามารถและศักยภาพ เป็นต้น ในสถานศึกษาจะมีความหลากหลายของผู้เรียนซึ่งปรากฏเด่นในลักษณะของพฤติกรรม ความหลากหลายดังกล่าวคือ การจัดการศึกษาเรียนรู้รวมที่ต้องมีการเตรียมความพร้อมโดยเฉพาะความเข้าใจและเชื่อมั่นมนุษย์ทุกคนมีศักยภาพ โดยเฉพาะผู้เรียนที่เปรียบเป็นต้นไม้ที่ต้องการแสงแดดเพื่อการเจริญเติบโต หน้าที่ของครูคือเป็นแสงแดด รดน้ำ ดูแลให้ผู้เรียนเจริญงอกงามเต็มตามศักยภาพ หลักการสำคัญในชั้นเรียนหรือสถานศึกษาคือจะไม่มี ความแตกต่างมีแต่ความหลากหลายซึ่งความหลากหลายนั้นเป็นความงดงามของอารยวิถีของการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างเกื้อกูลและสันติสุข

ประโยชน์ของความหลากหลายของมนุษย์

ประโยชน์สำคัญของความต่างและความหลากหลายของมนุษย์คือการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข เพราะความหลากหลายของมนุษย์ตอบสนองความต้องการและเติมเต็มความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้ บริบทสถานศึกษาหากผู้สอนวิเคราะห์และจัดการความหลากหลายได้อย่างมีประสิทธิภาพจะทำให้ได้ข้อมูลสภาพปัญหา ความต้องการของผู้เรียนที่จะใช้พัฒนา ส่งเสริม และแก้ไขผู้เรียนให้งอกงามเต็มตามศักยภาพได้ ปฏิบัติหน้าที่ครูได้อย่างเป็นครูมืออาชีพ ความหลากหลายของมนุษย์มีประโยชน์ ดังนี้ (ศิริวรรณ วณิชวัฒนวรชัย, 2559; ฉายา อินทร์ภัก, 2560; ศรีสมร สุริยาศศิน, 2560; กุณิสรา จิตรขญาวณิช, 2563; เจษฎา บุญมาโฮม, 2564; Graber, 2006)

1. การพัฒนาคุณธรรมประจำตน การปฏิบัติงานให้ประสบความสำเร็จต้องอาศัยหลักคุณธรรมสำคัญ 4 ประการ คือ หลักความเสมอภาค หลักการบริหารจัดการมนุษย์ หลักความเป็นกลาง และหลักธรรมะแห่งอาชีพ ความหลากหลายของมนุษย์เป็นเรื่องการยอมรับและเห็นคุณค่าของมนุษย์ เพื่อเคารพศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ การยอมรับความหลากหลายของมนุษย์จึงเป็นหลักธรรมการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติงาน การยอมรับความหลากหลายของมนุษย์เปรียบเหมือนการพัฒนาคุณธรรมประจำตนให้เจริญงอกงาม ยกระดับความเป็นมนุษย์ให้สมบูรณ์เป็นพื้นฐานสำคัญของคุณธรรมการดำเนินชีวิต

2. การพัฒนาความเป็นกัลยาณมิตร ความหลากหลายของมนุษย์เป็นเรื่องการยอมรับและเข้าใจบุคคลในมิติต่าง ๆ โดยเฉพาะข้อจำกัด วิถีชีวิต โลกทัศน์ และศักยภาพของบุคคล ทำให้ยอมรับเข้าใจตนเองและผู้อื่นบนพื้นฐานความเป็นจริงและความเป็นมนุษย์ สามารถปฏิบัติตนต่อกันได้อย่างเหมาะสม เกิดความรัก เมตตา และปรารถนาดีต่อกันก่อเกิดเป็นมิตรภาพที่ดี

3. การจัดการศึกษา ความหลากหลายของมนุษย์เป็นพื้นฐานแนวคิดที่ส่งเสริมความเชื่อเกี่ยวกับศักยภาพของแต่ละบุคคลว่าสามารถพัฒนาได้หากได้รับการส่งเสริมที่มีประสิทธิภาพ จากความเชื่อดังกล่าวจึงเกิดแนวทางการ



จัดการศึกษาเพื่อพัฒนามนุษย์ที่ยั่งยืนขึ้นในบริบทของตน พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 จึงประกาศนโยบายการจัดการเรียนที่มุ่งเน้นพัฒนาศักยภาพมนุษย์ในมิติต่าง ๆ ตามความหลากหลายและความต้องการของผู้เรียน เช่น การจัดการเรียนศึกษาตามอัธยาศัย การศึกษาแบบเรียน การศึกษาทางเลือก การจัดการศึกษาที่มีประสิทธิภาพต้องเป็นกระบวนการที่ลดการแบ่งแยกหรือแยกส่วนประกอบต่าง ๆ ทางการศึกษาออกจากกัน โดยปรับเปลี่ยนมุมมองความคิดที่มีต่อความหลากหลายเป็นคุณประโยชน์ต่อการอยู่ร่วมกัน ความหลากหลายจึงเป็นจุดเริ่มต้นของการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

4. ออกแบบการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียน ความรู้เกี่ยวกับความหลากหลายของมนุษย์เป็นพื้นฐานสำคัญต่อการจัดการเรียนรู้ ผู้สอนต้องออกแบบการจัดการเรียนรู้โดยเน้นหลักการรับรู้ข้อมูลหลายช่องทางและประสาทสัมผัส การรับรู้ดังกล่าวต้องเหมาะสมกับรูปแบบการเรียนรู้และระดับความสามารถของผู้เรียน จัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้สนุกเร้าให้ผู้เรียนสนใจและมีส่วนร่วมปฏิบัติกิจกรรม กิจกรรมที่สอดคล้องกับธรรมชาติและบริบทของผู้เรียน ออกแบบการเรียนรู้ในลักษณะดึงประสบการณ์เดิมเสริมประสบการณ์ใหม่ วัดและประเมินผลให้สอดคล้องกับบริบทผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5. การเตรียมความพร้อม ความหลากหลายของมนุษย์ทำให้เข้าใจว่าผู้เรียนมีความพร้อมแตกต่างกันจึงต้องเตรียมความพร้อมด้านต่าง ๆ ได้แก่ การเตรียมพื้นฐานความรู้และทักษะ ความสนใจ ตลอดจนเสริมสร้างเจตคติจิตสำนึก และประสบการณ์ต่าง ๆ เพื่อให้เรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากการเตรียมความพร้อมดังกล่าว สมพงษ์ จิตระดับ (2561) ยังได้สังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับเด็กและเยาวชนของไทย พบว่าการเตรียมความพร้อมที่สำคัญให้แก่เด็กและเยาวชนไทยในยุคปัจจุบันประการหนึ่งคือ การเคารพความแตกต่างหลากหลายของมนุษย์

6. การพัฒนาพฤติกรรมของผู้เรียน ประเภทพฤติกรรมของผู้เรียนมี 3 ลักษณะคือ พฤติกรรมที่เหมาะสม พฤติกรรมเสี่ยง และพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้มีความหลากหลายทางพฤติกรรมและเกิดขึ้นจากหลายสาเหตุ ความรู้เกี่ยวกับความหลากหลายของมนุษย์ทำให้จัดกิจกรรมการสอนได้เหมาะสมกับผู้เรียน พัฒนาสื่อการสอนตรงกับความสนใจของผู้เรียน ตลอดจนดูแลช่วยเหลือผู้เรียน หรือเสริมสร้างผู้เรียนให้เติบโตองอาจเต็มตามศักยภาพเป็นทรัพยากรบุคคลที่ทรงคุณค่าของสังคมต่อไป

สรุปได้ว่าความหลากหลายของมนุษย์มีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกันของบุคคลอย่างยิ่ง การนำประโยชน์ความหลากหลายของมนุษย์มาพัฒนาตนและสถานศึกษาจึงเป็นประเด็นสำคัญและความท้าทายของครูยุคนี้

แนวทางการจัดการความหลากหลายของมนุษย์

แนวทางการจัดการความหลากหลายของมนุษย์ในบริบทของสถานศึกษาเพื่อเป็นแนวคิดสู่แนวทางการปฏิบัติมีดังนี้ (กณิกนาฏ ภัทรอด สุทธิรักษ์, 2558; นิทัศน์ ศิริโชติรัตน์, 2559; ประไพศรี ธรรมวิริยะวงศ์, 2559; ศูนย์จิตวิทยาการศึกษา, 2559; พนิดา นิลอรุณ, จิราวรรณ คงคล้าย และเฉลิมชัย กิตติศักดิ์นาวิน, 2560; เจษฎา บุญมุขโสม, 2564)

1. การตระหนัก รับรู้ และเห็นคุณค่า ไม่แบ่งแยกความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยไม่เชื่อแนวคิดกระแสสังคมที่ว่าผู้เห็นต่างหรือคนที่ไม่เหมือนตนคือกลุ่มคนที่เป็นคนละพวกกับตนเอง แต่เชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมีความสำคัญ มีคุณค่า มีความสามารถตามศักยภาพของตนเอง การตระหนัก รับรู้ และเห็นคุณค่าของบุคคลจึงเป็นประเด็น

จุดเริ่มต้นของการจัดการความหลากหลายของมนุษย์ หากประเด็นนี้ไม่เกิดขึ้นการจัดการความหลากหลายเพื่อการอยู่ร่วมกันจะไม่สามารถดำเนินการได้

2. การเปลี่ยนกรอบความคิด กรอบความคิดเปรียบเสมือนเลนส์ที่ติดตัวบุคคลมาตั้งแต่กำเนิด การมองโลกผ่านเลนส์ที่ต่างกันทำให้บุคคลเห็นโลกแตกต่างกัน ดังนั้น กรอบความคิดจึงส่งผลต่อบุคคลด้านความคิด ความรู้สึก เจตคติ และการกระทำ ทั้งด้านบวกและลบ หากบุคคลมีกรอบแนวคิดอย่างไรก็ทำให้แสดงพฤติกรรมเช่นนั้น การเปลี่ยนกรอบความคิดทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลง บุคคลมีกรอบแนวคิด 2 ประเภท คือ กรอบแนวคิดแบบเจริญเติบโต (Growth Mindset) เป็นกรอบแนวคิดเชิงสร้างสรรค์ และกรอบความคิดแบบยึดติด (Fixed Mindset) เป็นกรอบความคิดเชิงลบ ดังนั้น การจัดการความหลากหลายของมนุษย์ในบริบทของสถานศึกษาต้องเปลี่ยนบุคคลให้มีกรอบความคิดแบบเติบโตคือ เชื่อว่าการเรียนรู้และการอยู่ร่วมกันท่ามกลางความหลากหลายเป็นประโยชน์ต่อตนเองและองค์กร การจัดการความหลากหลายของมนุษย์จึงเป็นความท้าทายความสามารถของตนเองและสถานศึกษา

3. การจัดการเชิงนโยบาย สถานศึกษาต้องมีนโยบายที่ชัดเจนเกี่ยวกับการบริหารจัดการความหลากหลาย เริ่มสร้างจากวัฒนธรรมองค์การให้ยอมรับเห็นคุณค่าความหลากหลายของมนุษย์ตลอดจนสร้างวัฒนธรรมการปฏิบัติตนต่อกันในบริบทความหลากหลาย และมีมาตรการด้านบริหารจัดการความหลากหลายที่มีประสิทธิภาพ โดยการกำหนดนโยบายที่ดีควรให้ผู้ที่เกี่ยวข้องมีส่วนร่วมกำหนดแนวทาง เป้าหมาย และนโยบาย ประเด็นสำคัญคือสถานศึกษาต้องดำเนินการใช้นโยบายดังกล่าวอย่างจริงจัง เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อสถานศึกษา

4. การให้ความเคารพซึ่งกันและกัน มนุษย์ทุกคนมีอคติซึ่งเกิดขึ้นจากประสบการณ์และการเรียนรู้ สังคมไทยมีเจตคติด้านลบต่อบุคคลที่แตกต่างจากตนเองในมิติต่าง ๆ การยอมรับและเข้าใจ ความหลากหลายของมนุษย์โดยเฉพาะผู้เรียนเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการปฏิบัติอยู่ร่วมกัน โดยพฤติกรรมที่สามารถบ่งชี้ว่าบุคคลยอมรับและเข้าใจความหลากหลายของมนุษย์คือ การให้ความเคารพซึ่งกันและกัน ซึ่งความเคารพดังกล่าวไม่ใช่การเคารพตามวัยวุฒิหรือตำแหน่งหน้าที่ แต่เป็นการเคารพศักดิ์ศรีและคุณค่าของความเป็นมนุษย์ ดังนั้น เพื่อนนักเรียนต้องเคารพเพื่อนนักเรียนด้วยกันด้วยความเห็นคุณค่าของเพื่อนอย่างแท้จริง และครูต้องเคารพศักยภาพความเป็นมนุษย์ของศิษย์

5. การรู้จักและเข้าใจตนเองและผู้อื่น พื้นฐานการปฏิบัติงานและการพัฒนาตนที่สำคัญคือ การรู้จักตนเองและผู้อื่น เพราะการรู้จักและเข้าใจตนเองจะทำให้สามารถเรียนรู้นิสัย ข้อดี ข้อจำกัด ตลอดจนบุคลิกภาพของตนเองและผู้อื่น ปฏิบัติตนอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข เพราะการรู้จักและเข้าใจตนเองและผู้อื่นคือ การเรียนรู้ความหลากหลายของมนุษย์ซึ่งมีประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต

6. การสร้างปฏิสัมพันธ์ในการปฏิบัติงาน การปฏิบัติตนต่อกันในสถานศึกษาอย่างเป็นกัลยาณมิตรคือวิธีการสำคัญของการจัดการความหลากหลายของมนุษย์ เพราะสัมพันธ์ภาพเกิดจากความรัก ความเข้าใจ ศรัทธาเชิงสร้างสรรค์ต่อกัน ดังนั้น เมื่อปฏิสัมพันธ์เป็นตัวชี้วัดผลลัพธ์ของการจัดการความหลากหลาย การสร้างปฏิสัมพันธ์การปฏิบัติงานจึงเป็นแนวทางการจัดการความหลากหลายของมนุษย์เช่นกัน แนวทางปฏิบัติเบื้องต้นคือการเรียนรู้มารยาททางสังคมในทุกมิติของการอยู่ร่วมกันแล้วฝึกฝนจนเป็นทักษะเพื่อให้ปฏิบัติตนต่อผู้อื่นในบริบทความหลากหลายได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ



7. การสร้างความผูกพันต่อองค์กร ปัญหาของความหลากหลายของมนุษย์ที่สำคัญคือ การแบ่งแยกความคิด ความรู้สึก และการปฏิบัติตนเพราะคิดว่าไม่ใช่พวกพ้องของตน ส่งผลกระทบด้านลบต่อองค์กร การสร้างความรู้สึกเป็นพวกเดียวกันจนเกิดความรักและผูกพันต่อองค์กรจะเกิดความกลมเกลียวของกลุ่มจะลดความรู้สึกแบ่งแยกกลุ่มกันได้ ดังนั้น หลักการสำคัญของการจัดการความหลากหลายของมนุษย์คือ การสร้างความผูกพันต่อองค์กร โดยแนวทางการปฏิบัติที่สำคัญคือการเปลี่ยนกรอบแนวคิด การสร้างความศรัทธาต่อองค์กร ส่งเสริมกิจกรรมให้เกิดสัมพันธ์ภาพและเห็นคุณค่าของค่านิยมและวัฒนธรรมองค์กรจะทำให้บุคคลเกิดความรักและผูกพันต่อองค์กร

8. การสร้างบรรยากาศในชั้นเรียน บรรยากาศในชั้นเรียนส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้เรียนในทุกมิติ ดังนั้นแนวทางการบริหารจัดการความหลากหลายของมนุษย์ที่สำคัญประการหนึ่งคือการสร้างบรรยากาศในชั้นเรียนให้อบอุ่นและมีประสิทธิภาพต่อการสลายความรู้สึกแตกต่างกันระหว่างบุคคล ซึ่งประเด็นสำคัญที่ส่งผลต่อบรรยากาศในชั้นเรียนและสถานศึกษาก็คือปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในสถานศึกษา ได้แก่ ครูกับเพื่อนครู ครูกับผู้เรียน และผู้เรียนกับผู้เรียน การสร้างบรรยากาศในยุคศตวรรษที่ 21 คือ การสร้างบรรยากาศด้านจิตวิทยาที่สร้างสรรค์ลดช่องว่างระหว่างครูกับนักเรียน เพื่อให้เกิดความศรัทธาและเป็นมิตรต่อกัน อีกทั้งครูยังต้องมีความสามารถในการออกแบบการจัดการเรียนรู้และการบริหารจัดการชั้นเรียนที่มีประสิทธิภาพ เพื่อเสริมสร้างบรรยากาศในสถานศึกษาที่ดี นอกจากแนวทางการจัดการความหลากหลายของมนุษย์ข้างต้น หากครูและบุคลากรในสถานศึกษาสามารถบริหารจัดการความหลากหลายของมนุษย์ซึ่งก็คือผู้เรียนและบุคลากรในสถานศึกษาตามศาสตร์พระราชาด้วยหลักการเข้าใจ เข้าถึง และพัฒนา ก็จะใช้ประโยชน์และบริหารจัดการความหลากหลายของมนุษย์ได้อย่างมีประสิทธิภาพสามารถพัฒนาตนและสังคมได้อย่างมีคุณภาพ

บทสรุป

ความหลากหลายของมนุษย์ต้นทุนชีวิตในมิติจิตวิทยาเชิงบวกที่ส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคลโดยตรง ประเด็นความหลากหลายของมนุษย์เป็นแนวคิดเกี่ยวกับความแตกต่างของมนุษย์ด้านสร้างสรรค์ที่ส่งผลต่อการปฏิบัติงานและการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ความหลากหลายของมนุษย์จึงมีประโยชน์และคุณค่าต่อการพัฒนาตนเอง และสังคม ความหลากหลายของมนุษย์เกิดขึ้นจากปัจจัยสำคัญสองประการคือ พันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม โดยจำแนกได้หลายประเภท ได้แก่ เพศ สติปัญญา รูปแบบการเรียนรู้ บุคลิกภาพ เป็นต้น โดยแต่ละประเภทของความหลากหลายล้วนมีประโยชน์ต่อการจัดศึกษาทั้งสิ้น ความหลากหลายจึงเป็นความท้าทายศักยภาพของผู้ประกอบวิชาชีพครูต่อการบริหารจัดการเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ผู้เรียน สถานศึกษา และประเทศ แต่อย่างไรก็ตาม พื้นฐานสำคัญของการดำเนินการดังกล่าวคือ การยอมรับ เข้าใจ เปิดใจรับความเหมือนและความต่างของมนุษย์ ปรับเปลี่ยนกรอบความคิดสู่แนวปฏิบัติที่ดี เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ดังนั้น ความรู้เกี่ยวกับความหลากหลายของมนุษย์จึงเป็นพื้นฐานสำคัญต่อการพัฒนาผู้เรียน

เอกสารอ้างอิง

- กณิกนาฏ รักรอด สุทธิรักษ์. (2558). *การบริหารความหลากหลายในกระบวนการบริหารทรัพยากรมนุษย์* (การค้นคว้าอิสระปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- กันยา สุวรรณแสง. (2554). *จิตวิทยาทั่วไป*. (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: รวมสาส์น.
- กุลิสรา จิตระยวณิช. (2563). *การจัดการเรียนรู้*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เจษฎา บุญมาโฮม. (2564). *มนุษย์สัมพันธ์สำหรับครู: จิตวิทยาสัมพันธ์ภาพเชิงกระบวนการทัศน์*. นครปฐม: สไมล์ พรินต์ติ้ง&กราฟิกดีไซน์.
- ฉายา อินทรักษ์. (2560). *เอกสารประกอบการเรียนรู้เรื่องการบริหารบุคคลบนความหลากหลาย*. นครศรีธรรมราช: สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 11.
- ชีรา ทองกระจาย. (2561). หน่วยที่ 5 ความเท่าเทียมกันทางเพศสภาพ ใน *เอกสารการสอนชุดวิชาการพัฒนามนุษย์ในบริบทโลก*. นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- นันท์ชิตส์สันท์ สกฤพงค์. (2565). *จิตวิทยาเชิงบวก: หลักการพื้นฐานและการประยุกต์*. กรุงเทพฯ: โรจน์พรินต์ติ้ง.
- ประไพศรี ธรรมวิริยะวงศ์. (2559). *การจัดการความหลากหลายของบุคลากรในองค์กร*. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี*, 5(2), 1-12.
- ปริยานุช วุฒิ ชูประดิษฐ์ และสุภัทร ชูประดิษฐ์. (2565). *จิตวิทยาเชิงบวก: กลยุทธ์เพื่อพัฒนาผู้เรียนในศตวรรษที่ 21*. *วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยวิทยาเชิงพุทธ*, 7(1), 1-14.
- พนิดา นิลอรุณ จิราวรรณ คงคล้าย และเฉลิมชัย กิตติศักดิ์นาวัน. (2560). *การบริหารความหลากหลายกับประสิทธิภาพของทีมงาน*. *วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์*, 11(1), 234-245.
- พิชิตชัย เจริญกุล. (2558). *ความสัมพันธ์ระหว่างทุนทางจิตวิทยา ความพึงพอใจในงาน การรับรู้การสนับสนุนจากองค์กรกับความสุขในที่ทำงานของชายผู้มีเพศวิถีแบบชายรักชายโดยมีการรับรู้การยอมรับความหลากหลายทางเพศเป็นตัวกำกับ* (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วราภรณ์ จงสกุล. (2562). *จิตวิทยาการตอบสนองเพื่อการเข้าใจตัวเองและผู้อื่น*. สืบค้นเมื่อ 1 พฤษภาคม 2562, จาก <https://www.gminds.com>.
- วีรพล แสงปัญญา. (2561). *จิตวิทยาการเรียนการสอน*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศรีสมร สุริยาศสิน. (2560). *ความแตกต่างระหว่างบุคคลและโลกของงาน*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ศศิธร สังข์ประสิทธิ์. (2556). *เอกสารประกอบการสอนรายวิชาจิตวิทยาการศึกษา*. นครราชสีมา: คณะครุศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.
- ศิริวรรณ วณิชวัฒนวรชัย. (2559). *การจัดการเรียนรู้ที่เน้นความแตกต่างระหว่างบุคคล: Differentiated Instruction*. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร*, 13(2), 65-75.
- ศุภย์จิตวิทยาการศึกษา. (2559). *การพัฒนากรอบความคิด: Growth mindset*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิยุวสถิรคุณ.
- สดใส คุ่มทรัพย์อนันต์. (2561). *กลุ่มครอบครัวบำบัดแนวแซทเทียร์*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สมพงษ์ จิตระดับ. (2561). *ฟังเสียงเด็กเป็น*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.



- Graber, C. B. (2006). The new UNESCO convention on cultural diversity: counterbalance to the WTO? *Journal of International Economic Law*, 9(3), 553-574.
- Grasha, A. and Reichmann, S. (1975). *Workshop handout on Learning Styles*. Ohio: Faculty Resource, University of Cincinnati.
- Hiles, D. R. (2007). Human diversity and the meaning of difference. In *Paper presented at 10th European Congress of Psychology* (3-6 July pp. 1-11). Prague, CZ: Union of Psychologists Associations of the Czech Republic.
- Law, Ho. (2013). *The Psychology of Coaching, Mentoring and Learning*. WestSussex: Wiley Blackwell.
- Sdorow, L. M., Rickabaugh, C. A. & Adrienne, J. B. (2019). *Psychology*. New York: McGraw-Hill. Lnc.
-

การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกให้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรี
ในช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดไวรัสโคโรนา (Covid – 19)
Enhance Positive Mental Health for Undergraduate Students
in The Pandemic Situation of The Coronavirus Disease (Covid – 19)

ชุนิภา เป็ดโลกนิมิต¹, สударัตน์ ตันติวิวัฒน์² และ ปริญญญา สิริอรรถกุล³
Chunipha Poedloknimit¹, Sudarat Tuntivivat² and Parinya Siriattakul³

^{1,2}สาขาวิชาจิตวิทยาประยุกต์ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

³ภาควิชาฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ วิทยาลัยราชสุดา มหาวิทยาลัยมหิดล

^{1,2} Applied Psychology, Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University, Thailand

³ Department of Rehabilitation for Person with disabilities Ratchasuda College, Mahidol University, Thailand

Email: ¹chunipha@hotmail.com

Retrieved September 5, 2022; Revised November 7, 2022; Accepted November 9, 2022

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกให้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรีในช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดไวรัสโคโรนา ผ่านการทบทวนเอกสาร งานวิจัย แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง สุขภาพจิตเชิงบวกไม่ได้มุ่งเน้นการศึกษาอาการเจ็บป่วยทางจิตใจ แต่เน้นศึกษาความเข้มแข็งทางจิต ผลการศึกษาในครั้งนี้พบว่า การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวก สามารถสรุปได้ 3 ประเด็นคือ 1) การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกโดยอาศัยปัจจัยภายในบุคคล โดยอาศัยการดูแลสุขภาพให้แข็งแรง นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ และหากิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง การออกกำลังกาย การขอบคุณตนเอง 2) การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกโดยอาศัยปัจจัยสภาพแวดล้อม ซึ่งเป็นปัจจัยที่ต้องใช้การปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง 3) การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกโดยอาศัยปัจจัยภายนอก ซึ่งเป็นปัจจัยที่สิ่งแวดล้อมภายนอกมีผลให้สุขภาพจิตดีขึ้นเช่น การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ส่งผลต่ออารมณ์เชิงบวกต่อผู้เรียน

คำสำคัญ: สุขภาพจิตเชิงบวก; นักศึกษาระดับปริญญาตรี; สถานการณ์แพร่ระบาดไวรัสโคโรนา 2019

Abstract

This article aims to study the enhancement of positive mental health for undergraduate students in the epidemic situation of Coronavirus disease 2019 (Covid-19) through reviews of papers, concepts, and theories related to positive mental health. Positive mental health doesn't focus on mental illness but on studying the strength of mental health. The study can be summarized in 3 points as follow; 1) enhancing positive mental health through intrapersonal factors, relying on health care, sleep quality, the benefit of activities, exercise, and gratitude,



2) enhancing positive mental health through environmental factors, which is a factor that requires interaction with people 3) enhancing positive mental health through external factors which is a factor that the external environment has an effect on positive mental health such as the learning activities that affect the positive emotions in the learners.

Keywords: Positive Mental Health; Undergraduate Students; Coronavirus Disease

บทนำ

การแพร่ระบาดของโรคไวรัสสายพันธุ์ใหม่ที่มีต้นกำเนิดมาจากประเทศจีน เมืองอู่ฮั่น ตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน 2562 มีชื่อว่า โรคไวรัสโคโรนา 2019 (Covid – 19) ซึ่งเป็นไวรัสที่แพร่ระบาดไปทั่วโลก โรคระบาดนี้ได้เข้าสู่ประเทศไทยตั้งแต่เดือนมกราคม 2563 จากสถิติพบว่า ประชากรทั่วโลกที่ติดเชื้อจากฐานข้อมูลปี 2563 มีจำนวนทั้งสิ้น 1,982,939 คน และเสียชีวิต 126,761 คน (Dong et al., 2020) การแพร่ระบาดที่ลุกลามอย่างรวดเร็วส่งผลให้ในประเทศไทยได้มีการจัดตั้งคณะกรรมการศูนย์บริหารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (ศบค.) และได้ประกาศภาวะฉุกเฉินในประเทศ รวมทั้งมาตรการเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดในประเทศโดยมุ่งเน้นให้ประชาชนอยู่ภายในสถานที่ตั้ง (Stay at home) ปฏิบัติงานที่บ้าน (Work from home) รักษาระยะห่างทางกายภาพ (Physical Distancing) รักษาระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) ทำให้ประชาชนส่วนใหญ่ต้องปรับวิถีรูปแบบการใช้ชีวิตแบบเก่า เข้าสู่วิถีชีวิตแบบใหม่ (New Normal) (กระทรวงสาธารณสุข, 2563)

การปรับตัวทางสังคมเข้าสู่ยุควิถีใหม่ส่งผลอย่างมากต่อการใช้ชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี เนื่องจากเป็นวัยเปลี่ยนผ่านจากวัยรุ่นตอนปลายถึงผู้ใหญ่ตอนต้น จากผลการวิจัยของยูเนสโกระบุว่า ผลจากการเปลี่ยนแปลงในช่วงระยะเวลาที่มีการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ทั่วโลก มีนักเรียน 1.38 พันล้านคน ได้รับผลกระทบจากการปิดสถานศึกษา รวมถึงการปรับรูปแบบการเรียนการสอนในลักษณะของการเข้าชั้นเรียนเป็นลักษณะของออนไลน์ การปรับเปลี่ยนอย่างกะทันหัน ส่งผลต่อการคุณภาพการเรียนรู้ และสุขภาพจิตของผู้เรียน (UNESCO, 2020) จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในช่วงการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 พบว่า 58% หลังจากที่มีการแพร่ระบาด กลุ่มที่ได้รับผลกระทบทางสุขภาพจิตมากที่สุดคือ กลุ่มนักศึกษา เนื่องจากขาดการเชื่อมต่อทางสังคมกับเพื่อน ส่งผลให้ความพึงพอใจในชีวิตลดลง (Diena at el., 2021) นอกจากนี้ความกังวลในด้านการเรียนของนักศึกษาในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ยังส่งผลต่อสุขภาพจิต โดยความกังวลในระดับมากที่สุดคือ ความกังวลในสภาพเศรษฐกิจที่อาจเกิดขึ้นกับตนเอง หรือครอบครัว การฝึกงาน และผลการเรียนของตนเอง (อภิญา อิงอาจ, ณัฐพร กาญจนภูมิ และพรพรรณ เขยจิตร, 2563)

ผลการวิจัยของ นิจวรรณและคณะ (2564) สนับสนุนข้อมูลพลังสุขภาพจิตในช่วงการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในนักศึกษาระดับปริญญาตรี โดยงานวิจัยชิ้นนี้พบว่า ผลกระทบต่อจิตใจในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดคือความวิตกกังวล ผลกระทบทางด้านการศึกษามีความสัมพันธ์กับความเครียด และภาวะซึมเศร้า การไม่มีที่ปรึกษาเมื่อเกิดความเครียดจะทำให้เกิดความวิตกกังวล และพลังสุขภาพจิตด้านกำลังใจ ด้านความมั่นคงทางอารมณ์ ร่วมกันทำนายความเครียด งานวิจัยชิ้นนี้ได้ข้อสรุปจากการวิจัยว่า ควรสนับสนุนให้มีการ

จัดรูปแบบกิจกรรมในการส่งเสริมพลังสุขภาพจิตโดยเฉพาะด้านการให้กำลังใจและความมั่นคงทางอารมณ์ให้เข้มแข็งเพื่อเสริมสร้างให้นักศึกษาระดับปริญญาตรีที่เป็นนักศึกษาแพทย์มีการปรับตัวได้อย่างเหมาะสม อย่างไรก็ตามได้มีงานวิจัยของมาห์มูด Mahmood et al., (2022) ได้ให้ข้อเสนอในงานวิจัยที่ชื่อว่า บทบาทของสุขภาพจิตเชิงบวกสามารถลดความวิตกกังวลและความกลัวที่เกี่ยวข้องกับโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ได้ผ่านงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ที่ระบุว่า สุขภาพจิตเชิงบวกมีอิทธิพลทางตรงต่อการลดความวิตกกังวลและความกลัวต่าง ๆ ในสถานการณ์การแพร่ระบาด โดยมาร์มูตได้กล่าวเพิ่มเติมว่า งานวิจัยส่วนใหญ่ในช่วงสถานการณ์โรคระบาดจะเน้นศึกษาไปทางปัญหาสุขภาพจิตเชิงลบ ซึ่งการศึกษานี้จะลดความคิดของมนุษย์ที่สมบูรณ์เช่น การส่งเสริมสุขภาพจิตในเชิงบวกที่มุ่งเน้นไปที่คุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล ซึ่งในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมาได้มีหลักฐานวิชาการทางจิตวิทยาที่มุ่งเน้นศึกษาและให้ความสำคัญกับอารมณ์เชิงบวกและสุขภาพจิตเชิงบวกที่ไม่ได้มุ่งไปที่อาการเจ็บป่วยทางจิต ดังนั้นการศึกษาถึงสุขภาพจิตที่ดีคือการเน้นกลยุทธ์ในการส่งเสริมและป้องกันไม่ให้เกิดสุขภาพจิตในเชิงลบ

สาเหตุที่บทความนี้มุ่งเน้นศึกษาการเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกในนักศึกษาระดับปริญญาตรี เนื่องจากวัยนี้เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทุกด้านอย่างรวดเร็วและซับซ้อนทั้งร่างกายและจิตใจ เป็นช่วงวัยแห่งการพัฒนาทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เพื่อค้นหาเอกลักษณ์ของตนเองและสร้างความรู้สึกรับรู้คุณค่าในตนเอง ซึ่งกระบวนการนี้มีผลทำให้เกิดความขัดแย้งขึ้นภายในจิตใจ ส่งผลให้เกิดแนวโน้มของปัญหาทางด้านอารมณ์ และเป็นช่วงวัยที่เสี่ยงต่อปัญหาทางด้านสุขภาพจิตและพฤติกรรมได้ง่าย (Townsend, 2004) และการที่มุ่งเน้นในเรื่องของสุขภาพจิตเชิงบวก เนื่องจากเป็นแนวคิดที่มุ่งเน้นศึกษาความสามารถของบุคคลและการตระหนักถึงตัวตน ในการเพิ่มพูนความสามารถในการผลิตเพลินกับชีวิตและมีพลังในการรับมือกับความท้าทายที่ต้องเผชิญ ส่งผลให้บุคคลสามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะปราศจากอารมณ์ทางด้านลบ (WHO, 2018) โดยที่สุขภาพจิตเป็นสภาวะภายในของจิตใจที่มีอยู่ตามธรรมชาติในตัวแต่ละบุคคล มีความเปลี่ยนแปลงไปตามสิ่งแวดล้อมได้ตลอดเวลา แต่สุขภาพจิตเชิงบวกมีแนวคิดที่ต่างจากสุขภาพจิตว่า เมื่อสุขภาพจิตมีความเปลี่ยนแปลงได้ตามบริบทสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป การที่บุคคลมีสุขภาพจิตเชิงบวกเปรียบเสมือนภูมิคุ้มกันทางใจเมื่อมีปัญหาหรือเกิดการแปรเปลี่ยนสถานการณ์ใด ก็สามารถรับมือได้ส่งผลให้เกิดคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดี (Keyes, 2002) Public Health Agency of Canada (2014) กล่าวเพิ่มเติมว่า สุขภาพจิตเชิงบวก คือจุดแข็งและความสามารถของแต่ละบุคคล และส่งผลให้เกิดความรู้สึก ความคิด และการกระทำเชิงบวกที่ส่งเสริมบุคคล ทำให้เกิดความสุขและความผ่อนคลาย นำมาสู่การจัดการกับปัญหาที่ท้าทายที่แต่ละบุคคลเผชิญอยู่ได้

แนวคิดสุขภาพจิตเชิงบวก (Positive Mental Health)

องค์การอนามัยโลก ได้ทำการอธิบายสุขภาพจิตเชิงบวกในมุมมองของ “สภาวะความเป็นอยู่ที่ดีบุคคลตระหนักถึงความสามารถของตนเอง สามารถรับมือกับความเครียดตามปกติของชีวิต สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและสามารถทำประโยชน์ให้กับชุมชนของตนได้” (A state of well-being in which the individual realizes his or her own abilities, can cope with the normal stresses of life, can work productively and fruitfully, and is able to make a contribution to his or her community) (WHO, 2005) คำจำกัดความขององค์การอนามัยโลกเหมารวมไปถึงองค์ประกอบของเฮโดนิคส์และยูโดโนมิคส์ ในเรื่องของความเป็นอยู่ที่ดี



สะท้อนให้เห็นถึงองค์ประกอบความผาสุกทางอารมณ์ ความสำนึกและความสามารถในการรับมือกับความเครียดในชีวิต สามารถสะท้อนแง่มุมของการทำงานที่ดีที่สุดของแต่ละบุคคล หรือความเป็นอยู่ที่ดีด้านจิตใจ และแง่มุมในการทำงานและการมีส่วนร่วมต่อชุมชน สะท้อนให้เห็นถึงองค์ประกอบการทำงานที่ดีที่สุดในชีวิตทางสังคม ดังนั้นบุคคลจะถือว่ามีความสุขทางจิตดีเมื่อเขาหรือเธอประสบกับองค์ประกอบทั้งสามคือ อารมณ์ (Emotion) จิตใจ (Psychological) และความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคม (Social well-being) (Keyas, 2005) นอกจากนี้เมื่อทำการศึกษาวิจัยสุขภาพจิตเชิงบวกของแต่ละบุคคลให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ควรทำการวัดอารมณ์ จิตใจ และความเป็นอยู่ที่ดีทางสังคมเข้าด้วยกัน

นอกจากนี้ได้เริ่มมีการถกเถียงเกี่ยวกับมุมมองของนักจิตวิทยาว่าสุขภาพจิตเชิงบวกอยู่บนพื้นฐานของเฮโดนิคส์หรือยูโดนิคส์ (Waterman, 2008) ขณะเดียวกันนักคิดคนอื่น ๆ ได้เน้นย้ำถึงประเด็นของความแตกต่างและโต้แย้งว่า เฮโดนิคส์ และ ยูโดนิคส์ ทั้งสององค์ประกอบเกี่ยวข้องกับความเป็นอยู่ที่ดี (well-being) ซึ่งองค์ประกอบทั้งสองอาจแตกต่างกันแต่สามารถเสริมซึ่งกันและกันได้ โดยความเป็นอยู่ที่ดีแบบเฮโดนิคส์ มุ่งเน้นลักษณะการทำงานในลักษณะที่การทำงานของอารมณ์เป็นหลัก ส่วนยูโดนิคส์ มุ่งเน้นไปที่ลักษณะการทำงานสร้างแรงบันดาลใจและการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเป็นหลัก ซึ่งส่งผลต่อการพัฒนาตนเอง งานวิจัยหลายชิ้นได้แสดงให้เห็นว่า องค์ประกอบของเฮโดนิคส์และยูโดนิคส์ สามารถส่งเสริมกันอย่างแท้จริงเช่น งานของ ครูล, เดลโกโซ, ปีเตอร์สัน, ปาร์ค, และ ซาลิกแมน (Krull & Del Gaiso, 2006; Peterson, Park, & Seligman, 2005) ที่ทำการวิเคราะห์ปัจจัยเชิงยืนยัน และได้ทำการตรวจสอบตัวบ่งชี้ความเป็นอยู่ที่ดีแบบเฮโดนิคส์ และตรวจสอบตัวบ่งชี้ความเป็นอยู่ที่ดีแบบยูโดนิคส์ ผลจากการวิจัยพบว่า องค์ประกอบทั้งสองถึงแม้จะแยกออกจากกัน แต่ก็มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันในระดับปานกลาง ขณะเดียวกันการศึกษายังพบว่าความเป็นอยู่ที่ดีแบบทั้งเฮโดนิคส์และยูโดนิคส์มีความสัมพันธ์ที่แตกต่างกับปรากฏการณ์ทางจิตวิทยาอื่น ๆ เช่น กิจกรรมทางจิตวิทยาที่มุ่งเน้นไปที่ความเพลิดเพลินและความสุขจะมีความเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบความอยู่ที่ดีแบบเฮโดนิคส์ ในขณะที่ถ้ากิจกรรมมีความซับซ้อนมากขึ้นซึ่งมุ่งเป้าไปที่การบรรลุเป้าหมายระยะยาวที่เกี่ยวข้องกับบุคคลนั้นจะเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบความเป็นอยู่ที่ดีแบบยูโดนิคส์ (Delle Fave & Massimini, 2005; Huta, 2005; Vittersø, Oelmann & Wang, 2009; Waterman, 1993; Waterman et al., 2008, cite in Lamers, 2012)

สุขภาพจิตเชิงบวกถูกนำมาใช้ครั้งแรกโดย มาเรีย จาโฮดา (Jahoda, 1958) ซึ่งสุขภาพจิตเชิงบวกในแนวคิดของจาโฮดาเป็นเรื่องส่วนตัวที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์ โดยเฉพาะสภาพของจิตใจมนุษย์แต่ละคน ที่มุ่งเน้นไปที่ทัศนคติที่มีต่อตนเอง การรับรู้โลกรอบตัว ความสามารถของบุคคล ตั้งแต่นั้นมาแนวคิดสุขภาพจิตเชิงบวกได้ถูกนำมาใช้เพื่ออ้างอิงถึงหลาย ๆ ด้านของงานวิจัยด้านสุขภาพจิต และความเป็นอยู่ที่ดี รวมถึงผลในเชิงบวกของความพึงพอใจในชีวิต ความนับถือตนเอง จุดมุ่งหมายในชีวิต ความรู้สึกแห่งความหวัง และความมีชีวิตชีวา ซึ่งจาโฮดาได้วางรากฐานองค์ประกอบของสุขภาพจิตเชิงบวกไว้ 6 ข้อคือ 1) ทัศนคติเชิงบวกของแต่ละบุคคลที่มีต่อตนเอง (Positive attitudes of an individual towards his own self) หมายถึง การมีแนวคิดเกี่ยวกับตนเองในเชิงบวก มีทัศนคติที่ดีต่อจิตใจ การเคารพตนเอง ความมั่นใจในตนเอง การพึ่งพาตนเอง และการยอมรับตนเอง เพราะผู้ที่มีทัศนคติเชิงบวกต่อตนเอง จะยอมรับข้อบกพร่องของตน 2) การเติบโต การพัฒนาและการตระหนักรู้ในตนเอง (The degree of growth, development, and self-actualization) หมายถึง ความปรารถนาที่จะสรรหาสิ่งที่ดีที่สุดให้ตนเอง และเติมเต็มศักยภาพของบุคคล มีภูมิคุ้มกันต่อความเครียด และมีกลยุทธ์ในการรับมือกับ

ความเครียดที่เข้ามา 3) การรับมือกับสถานการณ์ที่ตึงเครียด (Resistance to Stress) หมายถึง บุคคลที่มีสุขภาพจิตดีจะมีการพัฒนา และสามารถรับมือกับความเครียดได้ 4) ความเป็นอิสระและการตัดสินใจด้วยตนเอง (autonomy and self-determination) หมายถึง บุคคลที่สามารถรับผิดชอบการกระทำของตนเอง สามารถตัดสินใจด้วยตนเองในสิ่งที่เหมาะสมโดยไม่อิงตามความพึงพอใจของผู้อื่น 5) การรับรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับความเป็นจริง (an adequate perception of reality) หมายถึง การมองเห็นตัวเองและมองโลกในความเป็นจริง มากกว่าการมองโลกในแง่ลบมากเกินไป ดังนั้นหากมีบุคคลอื่นมาบิดเบือนความจริง สามารถวิเคราะห์ด้วยมุมมองและพฤติกรรมว่ามีปกติหรือไม่ 6) การปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม (environmental mastery) หมายถึงการมีความสามารถในการปรับตัวในทุกด้านของชีวิต ในสถานที่ทำงาน ความสัมพันธ์ส่วนตัว ความยืดหยุ่น และสามารถปรับตัวได้ในทุกสถานการณ์เมื่อมีการเปลี่ยนแปลง (Lamers, 2012)

โคลเลอร์ Cohler (1987) ได้ขยายนิยามของคำว่าสุขภาพจิตเชิงบวกว่าเป็นการอธิบายถึงความสามารถในการอดทน และมีความสามารถในการรับมือกับความเครียด และปรับตัวได้ในสถานการณ์ที่เหมาะสม ต่างจากเกเยส Keyes (2002) ที่มองสุขภาพจิตเชิงบวกเกี่ยวข้องกับความรู้สึกและการทำงานในเชิงบวก เป็นสภาวะแห่งความเป็นอยู่ที่ดีซึ่งปัจเจกบุคคลมีความตระหนักในศักยภาพของตนเอง สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถช่วยเหลือบุคคลรอบข้างได้ องค์การอนามัยโลกหรือ WHO (2008) ได้ขยายความหมายของสุขภาพจิตเชิงบวก คือแนวคิดเรื่องความผาสุกทางจิตใจและความสามารถในการปรับตัวกับความทุกข์ยากที่ผ่านเข้ามาได้ Public Health Agency of Canada (2014) กล่าวว่า สุขภาพจิตเชิงบวก คือจุดแข็งและความสามารถของแต่ละบุคคล และส่งผลให้เกิดความรู้สึก ความคิด และการกระทำเชิงบวกที่ส่งเสริมบุคคล ส่งผลให้เกิดความสุขและความผ่อนคลาย นำมาสู่การจัดการกับปัญหาที่ท้าทายที่แต่ละบุคคลเผชิญอยู่ได้ สอดคล้องกับ ลูคัสและเบเกอร์ Lukat and Becker et al. (2016) ที่กล่าวว่า สุขภาพจิตเชิงบวกเป็นการประเมินความสมบูรณ์ของสุขภาพจิต และเป็นสิ่งที่ทำนายถึงความแข็งแกร่งภายในจิตใจ ซึ่งไม่ใช่อาการป่วยทางจิต แต่เป็นการมองจุดแข็งภายในตนเอง ซึ่งประกอบไปด้วย ความผาสุกทางอารมณ์ สังคม และสภาวะทางจิตใจ ดังนั้นอาจสรุปได้ว่า สุขภาพจิตเชิงบวก เป็นเรื่องเฉพาะของบุคคล เมื่อบุคคลมีสุขภาพจิตเชิงบวกจะส่งผลต่อการพัฒนาการเรียนรู้ เพราะสุขภาพจิตเชิงบวกมีความเกี่ยวข้องทางอารมณ์ เมื่อเกิดอารมณ์และสุขภาพจิตเชิงบวกจะทำให้การพัฒนาในด้านการเรียนรู้และทางสมองของมนุษย์ นอกจากนี้ผู้ที่มีสุขภาพจิตเชิงบวกจะส่งผลต่อการลดความวิตกกังวล ความเครียด และทำให้บุคคลรอบข้างมีความสุข และสามารถปรับตัวได้ในสถานการณ์ความยากลำบากที่ผ่านเข้ามา รวมถึงสามารถรับรู้จุดแข็งของตน และเพิ่มความแข็งแกร่งภายในจิตใจ

การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกให้กับนักศึกษาระดับปริญญาตรีในช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดไวรัสโคโรนา (Covid – 19)

สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้คน ในทุกสาขาอาชีพ ต่างต้องประสบกับความเครียดตลอดช่วงการแพร่ระบาด รวมถึงผู้ที่ประสบปัญหาในการเข้าถึงบริการสุขภาพจิตในช่วงล็อกดาวน์ องค์การอนามัยโลกได้ให้แนวทางในการเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกในช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดไวรัสโคโรนากับนักศึกษาและบุคคลทั่วไป ที่ต้องประสบกับวิกฤติที่เป็นปัจจัยภายนอกที่ไม่สามารถควบคุมได้และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ในทุกเหตุการณ์ที่ผ่านเข้ามาคือ 1) หากคนที่เราใส่ใจในการเปิดใจพูดคุย



(Talk with someone you trust) ไม่ว่าจะเป็นเพื่อน สมาชิกครอบครัว หรือบุคคลที่ไว้ใจ 2) การดูแลสุขภาพกาย ให้แข็งแรง (Look after your physical health) เพราะการดูแลสุขภาพกายมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตและความเป็นอยู่ที่ดี การทานอาหารที่มีประโยชน์ รวมถึงการพักผ่อนให้เพียงพอ 3) ทำกิจกรรมที่ผ่อนคลาย (Do activities that enjoy) เช่น การทำกิจกรรมที่มีความหมายและสนุกสนาน ไม่ว่าจะเป็นการอ่านหนังสือที่ชอบ หรือ ทำกิจกรรมยามว่างที่ทำให้มีความสุข 4) หลีกเลียงสิ่งที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย (Steer away from harmful substances) เช่น การใช้ยาที่ส่งผลกระทบต่อสารสื่อประสาท การดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ เนื่องจากสารเหล่านี้อาจทำให้เกิดความสุขในระยะสั้น แต่ระยะยาวจะมีผลต่อสุขภาพทางกาย 5) การใช้เวลาเพื่อพิจารณาสิ่งที่อยู่รอบตัว (Focus on the world around you) ไม่ว่าจะเป็นการศึกษาให้อยู่กับปัจจุบัน และพยายามตั้งคำถามกับตัวเอง เพื่อตอบคำถามในความคิด พฤติกรรมของตนเช่น สิ่งที่มีมองเห็นคืออะไร สิ่งที่ได้ยินคืออะไร สิ่งที่ได้รับรู้เมื่อสำรวจร่างกายและจิตใจปัจจุบันเป็นอย่างไรและทำให้เข้าใจตัวตนมากขึ้น 6) ขอความช่วยเหลือจากผู้ที่มีความเชี่ยวชาญ (Seek professional help) เมื่อรู้สึกว่าจะไม่สามารถรับมือกับอารมณ์ต่าง ๆ ที่เข้ามา ควรปรึกษาและขอความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพจิต เพื่อสนับสนุนความผาสุกทางอารมณ์ (WHO, 2021)

นอกจากนี้ ความกลัวที่จะสูญเสียความสัมพันธ์ อารมณ์ที่ไม่แน่นอนสาเหตุจากโรคระบาดและทำให้เศรษฐกิจถดถอย รวมถึงการขาดการติดต่อกับสมาชิกในครอบครัว เป็นประเด็นสำคัญของความวิตกกังวลในกลุ่มของนักศึกษา (Holmes et al., 2020) ชาร์มาน (Sharman & Majumdar, 2021) ได้ให้ข้อเสนอว่าการเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกที่ดีที่สุดคือการดูแลสุขภาพใจตนเองเพื่อลดความวิตกกังวล หรือที่เรียกว่า Self – Care Practice งานวิจัยเชิงคุณภาพชิ้นนี้ ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไปในประเทศอังกฤษ เป็นการสัมภาษณ์ถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดพบว่า ปัญหาหลักที่พบคือ ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ คือการขาดการเชื่อมต่อและสนับสนุนทางสังคมกับเพื่อนและครอบครัว จึงทำให้รู้สึกโดดเดี่ยว และความวิตกกังวลจนกลายเป็นความหวาดกลัวในการเกิดวิกฤตโรคระบาดอีกครั้ง ความรู้สึกเหล่านี้เป็นอารมณ์เชิงลบ งานวิจัยจึงให้ข้อเสนอการเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกในช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคคือ การไม่ปล่อยให้ตนเองอยู่ในอารมณ์เชิงลบ ซึ่งวิธีการดังกล่าวสามารถทำได้โดย การทบทวนตัวเองและให้โอกาสตนเองพัฒนาเรียนรู้ รวมถึงการให้เวลากับตนเองมากขึ้น ค้นหาสิ่งที่ตนเองชอบและพัฒนาจนเกิดเป็นทักษะ อย่างไรก็ตามการสร้างแรงผลักดันให้รู้สึกมีอารมณ์เชิงบวก สามารถทำได้โดย การหากิจกรรมที่ได้มีการเชื่อมต่อกับเพื่อนหรือบุคคลที่ไว้ใจ

แนวคิดทฤษฎีพื้นฐานทางด้านจิตวิทยาเชิงบวก มีพื้นฐานการพัฒนาทางความคิดส่วนหนึ่งมาจากแนวคิดสุขภาพจิตเชิงบวกของจาโฮตา ดังนั้นเราจะสังเกตได้ว่า การเสริมสร้างสุขภาพจิตส่วนใหญ่ในงานวิจัยมักมีตัวแปรแทรกแซงทางจิตวิทยาเชิงบวกเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดกระบวนการเรียนรู้ส่งเสริมสุขภาพจิต ศาสตราจารย์ Seligman และคณะทำงาน พัฒนาโปรแกรมจิตวิทยาเชิงบวกเพื่อเสริมสร้างสุขภาพจิตด้วยตนเองแบบระยะสั้นที่สามารถนำไปใช้งานได้โดยไม่ต้องอยู่ภายใต้การดูแลของผู้เชี่ยวชาญขึ้นเช่น การแสดงความรู้สึกขอบคุณถึงผู้มีพระคุณ (Gratitude visit) การเขียนถึงสิ่งที่ดีในแต่ละวัน (Three good things in life) การเขียนถึงช่วงเวลาที่คุณเองรู้สึกดี มีพลังความเข้มแข็งในตน (You at your best) การค้นหาจุดแข็งในตนเองและนำจุดเด่นเหล่านั้นไปคิดค้นแนวทางใหม่ ๆ ให้ตนเอง (Using signature strengths in a new way) และการมองหาจุดแข็งของตน (Identifying signature strengths) ซึ่งจากการศึกษาความเที่ยงตรงของโปรแกรมหากล่าวพบว่า โปรแกรม Gratitude visit ให้ผลดีในการเสริมสร้างความสุขและลดอาการซึมเศร้าภายในเวลา 1 เดือน โปรแกรม Three

good things in life และ Using signature strengths in a new way ให้ผลดีในการเสริมสุขภาพจิตเชิงบวกและลดอาการซึมเศร้าภายในเวลา 6 เดือน (Seligman, Steen, Park, & Peterson, 2005)

โรงเรียนยังเป็นพลังสำคัญที่จะมีส่วนช่วยเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกให้กับนักศึกษาได้ ถึงแม้ว่าการเรียนจะมีการปรับรูปแบบออนไลน์เข้ามาแทนการเรียนในสถานที่ตั้ง กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อให้เกิดการเชื่อมต่อทางสังคม การสร้างความสนุกสนานในการจัดกระบวนการเรียน จึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการเรียนช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคได้ การสร้างบรรยากาศเชิงบวกให้ผู้เรียนจะทำให้การเรียนรู้เกิดการขยายและตระหนักในการเรียนรู้มากยิ่งขึ้น สิ่งที่กำลังมานี้ได้รับการสนับสนุนผ่านแนวคิดทฤษฎีการขยายและการสร้างความตระหนักของเฟรดริกสัน Barbara Frederickson (2001) ที่กล่าวว่า เมื่อบุคคลประสบกับอารมณ์เชิงบวก จะทำให้บุคคลเกิดความสุขและสุขภาพจิตที่ดีในระยะเวลาที่ยาวนานมากขึ้น นอกจากนั้นอารมณ์เชิงบวกจะทำให้บุคคลขยายการตระหนักรู้ในตนเองสูงขึ้น (Broaden individuals' awareness) กล้าที่จะสำรวจตนเองทั้งความคิดและพฤติกรรม และเสริมสร้าง (Building) ทักษะทั้งทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญาและสังคมให้สูงขึ้นตามไปด้วย

บทสรุป

สุขภาพจิตเชิงบวกถือว่าเป็นองค์ความรู้ใหม่ที่มีการศึกษาที่ค่อนข้างจำกัดในประเทศไทย เพราะสุขภาพจิตและสุขภาพจิตเชิงบวกได้มีการอธิบายความหมายที่ต่างกัน เพราะสุขภาพจิตเชิงบวกเป็นการทำให้บุคคลรับรู้ถึงจุดแข็งของตน รู้เท่าทันอารมณ์ โดยที่ไม่เน้นศึกษาอาการเจ็บป่วยทางจิตใจ แต่เน้นศึกษาว่าทำอะไรเมื่อเจอภาวะวิกฤตในชีวิตจะสามารถเกิดกระบวนการเรียนรู้ รับมือ และเผชิญกับสิ่งที่เข้ามาได้ เช่นเดียวกับการเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกให้กับนักศึกษาปริญญาตรีในช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคไวรัสโคโรนา 2019 บทความชิ้นนี้มีความพยายามมุ่งเน้นศึกษาการเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกที่พยายามทำให้ครอบคลุมในทุก ๆ สถานการณ์ที่ผ่านเข้ามา จากการศึกษาจะพบประเด็นผ่านการทบทวนเอกสาร งานวิจัย แนวคิดทฤษฎีที่เป็นประโยชน์ต่อแนวทางการเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกแบ่งออกเป็น 1) การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกโดยอาศัยปัจจัยภายในบุคคล โดยอาศัยการดูแลสุขภาพให้แข็งแรง นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ และทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง การออกกำลังกาย การขอบคุณตนเอง 2) การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกโดยอาศัยปัจจัยสภาพแวดล้อม ซึ่งเป็นปัจจัยที่ต้องใช้การปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง เช่น การหาคนที่ไวใจในการเปิดใจสนทนา การได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนและครอบครัว 3) การเสริมสร้างสุขภาพจิตเชิงบวกโดยอาศัยปัจจัยสภาพแวดล้อมภายนอก ซึ่งเป็นปัจจัยที่สิ่งแวดล้อมภายนอกมีผลให้สุขภาพจิตดีขึ้นเช่น การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ส่งผลต่ออารมณ์เชิงบวกต่อผู้เรียน ปัจจัยนี้จะทำให้เกิดอารมณ์ที่ผ่อนคลายและก่อให้เกิดเป็นสุขภาพจิตเชิงบวกในระยะยาว

เอกสารอ้างอิง

นิจวรรณ เกิดเจริญ, วรุณา กลกิจโกวินท์ และ จอมเทียร ถาวร. (2564). พลังสุขภาพจิต ผลกระทบต่อจิตใจและปัจจัยจากโรคโควิด 19 ที่มีผลต่อสุขภาพจิตของนักศึกษาแพทย์ ในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19. *วชิรเวชสารและวารสารเวชศาสตร์เขตเมือง*, 65(ฉบับเพิ่มเติม), 101–116.

Cohler, B. J. (1987). *Adversity resilience, and the study of lives*. Guilford Press.



- Dong, E., Du, H., & Gardner, L. (2020). An interactive web-based dashboard to track COVID-19 in real time. *The Lancet Infectious Diseases*, 20(5), 533–534.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *The American Psychologist*, 56(3), 218–226.
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., & Ford, T. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), 547–560.
- Jahoda, M. (1958). *Current concepts of positive mental health*. Basic Books: New York.
- Keyes, Corey. (2002). The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of health and social behavior*, 43, 207–22.
- Keyes, C. L. M. (2005). The subjective well-being of America's youth: Toward a comprehensive assessment. *Adolescent and Family Health*, (4), 3–11.
- King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L., & Del Gaiso, A. K. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(1), 179–196.
- Lamers, S. M. A. (2012). *Positive mental health: Measurement relevance and implications*. Enschede the Netherlands: University of Twente
- Laban-Sharman, A., & Majumdar, A. (2021). Self-Care practices for anxiety during the COVID-19 pandemic in the UK in adults. *Mental Health: Global Challenges Journal*, 4(1), 9–20.
- Lukat, J., Margraf, J., Lutz, R., van der Veld, W. M., & Becker, E. S. (2016). Psychometric properties of the Positive Mental Health Scale (PMH-scale). *BMC Psychology*, 4(8), 1–14.
- Mahmood, Q.K., Sohail, M.M., Qureshi, W.A. et al. (2022). Role of positive mental health in reducing fears related to COVID-19 and general anxiety disorder in Khyber Pakhtunkhwa, Pakistan. *BMC Psychol*, (10), 163.
- Public Health Agency of Canada. (2014). *Mental Health Promotion: Promoting mental health means promoting the best of ourselves*. Retrieved May 15, 2021, from <https://www.canada.ca/en/public-health/services/health-promotion/mentalhealth/mental-health-promotion.html>
- Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *The American psychologist*, 60(5), 410–421.
- Townsend M.C. (2004). *Essentials of psychiatric mental health nursing: Concepts of care in evidence-based practice*. 6th ed. Philadelphia: F. A Davis.
- Waterman, A. S., Schwartz, S. J., & (2008). The implications of two conceptions of happiness for the understanding of intrinsic motivation. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 41–79.

World Health Organization (2021). *6 ways to take care of your mental health and well-being this World Mental Health Day*. Retrieved May 15, 2021, from <https://www.who.int/westernpacific/about/how-we-work/pacific-support/news/detail/0710-2021-6-ways-to-take-care-of-your-mental-health-and-well-being-this-world-mental-health-day>

World Health Organization (2008). *Action plan for the global strategy for the prevention and control of noncommunicable diseases (2008–2013)*. Retrieved May 15, 2021, from http://whqlibdoc.who.int/publications/2009/9789241597418_eng.pdf?ua=1

พุทธจิตวิทยาเพื่อพลังใจวัยรุ่น Buddhist Psychology for Adolescent's Mind Power

พรทิพย์ เกศตระกูล¹, สิริวัฒน์ ศรีเครือดง² และ กมลาศ ภูวนาธิพงษ์³

Porntip Gadetragoon¹, Siriwat Srikrueadong² and Kamalas Phooowanathipong³

^{1,2,3}สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

^{1,2,3}Buddhist Psychology, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Email: ¹porntipg@gmail.com

Retrieved August 9, 2022; Revised December 7, 2022; Accepted December 9, 2022

บทคัดย่อ

ปัญหาของวัยรุ่นในสังคมไทยมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น โดยเฉพาะปัญหาทางด้านจิตใจ เช่น ปัญหาโรคภาวะซึมเศร้า ปัญหาความเครียด อันเนื่องมาจากการที่วัยรุ่นต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในทุก ๆ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคม ด้วยวัยที่ยังมีประสบการณ์และการเข้าใจชีวิตที่ไม่มาก เมื่อต้องพบเจอกับปัญหาหลาย ๆ ด้านพร้อมกัน จึงเป็นสิ่งที่ยากในการตัดสินใจเลือกหนทางแก้ปัญหา ขาดความมั่นใจในตนเอง เกิดความกังวล ความเครียด ซึ่งนำไปสู่ภาวะการป่วยทางจิต และทางร่างกายในที่สุด พลังใจเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวไปตามสถานการณ์หรือสังคมที่เปลี่ยนแปลงได้ กล้าเผชิญกับปัญหา และสามารถทำความเข้าใจกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต มีความมั่นคงทางอารมณ์ สามารถควบคุมตนเองได้ การเสริมสร้างพลังใจ เป็นกระบวนการที่ช่วยส่งเสริมหรือเพิ่มความสามารถให้วัยรุ่นมองเห็นความสามารถของตนเอง เข้าใจปัญหาและสามารถวิเคราะห์หาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหาและตัดสินใจแก้ปัญหาของตนเองได้ นำมาซึ่งความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีการแสดงออกที่เหมาะสม การเสริมสร้างพลังใจที่สำคัญคือการสร้างพลังใจจากภายในตนเอง หลักพุทธธรรมเพื่อการเสริมสร้างพลังใจให้วัยรุ่น คือ พละ 5 ได้แก่ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา และ การมีกัลยาณมิตร วัยรุ่นที่มีพลังใจสูง จะมีความมั่นคงทางอารมณ์ สามารถเรียนรู้ ไตร่ตรอง ทบทวน และตัดสินใจบนพื้นฐานของความเข้าใจและเหตุผล สามารถพึ่งพาช่วยเหลือตนเองได้ เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น สามารถเลือกดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้องดีงาม ในแบบที่เหมาะสมกับตนได้ ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตที่ดี และมีความสุข

คำสำคัญ: พุทธจิตวิทยา; พลังใจ; วัยรุ่น; การเสริมสร้างพลังใจ

Abstract

Adolescents' problems in Thai society tend to increase, especially psychological problems such as depression and stress due to physical, emotional, and social changes. With less experience and understanding of life, it is hard for adolescents to decide how to solve problems, which leads them to a lack of confidence, anxiety, stress, other mental illness, and physical symptoms. The

importance of mindpower is to help adolescents adapt to changing situations or society, dare to face problems and understand problems that happened in life, to have the emotional stability to control themselves. Mind empowerment is a process of promoting or enhancing adolescents' ability to see their abilities, understand the problems and be able to analyze the root cause of problems, and decide the right way of solving them. It promotes self-esteem, self-confidence, and proper action. The Buddhist principles for strengthening the mind power of adolescents are five powers (Saddha, Viriya, Sati, Samadhi, Panna) and Kalyanamitta. Adolescents with strong mindpower will have the emotional stability and ability to learn, review and make the right decisions based on reasoning, self-dependency, and self-respect as well as others. They will be able to choose to live in a good way that is suitable for themselves and end up with a good quality of life and happiness.

Keywords: Buddhist Psychology; Mind Power; Adolescent; Mind Empowerment

บทนำ

วัยรุ่น นับว่าเป็นวัยที่มีความสำคัญทั้งกับครอบครัว สังคม และประเทศชาติ เป็นวัยที่จะเติบโตขึ้นไปเป็นกำลังในการพัฒนาประเทศ การที่วัยรุ่นต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงหลายด้านพร้อมๆกัน ทั้งทางด้านร่างกาย ด้านสังคมและด้านอารมณ์ ทำให้ต้องมีการปรับตัวมากกว่าวัยอื่น ๆ วัยรุ่นจึงเป็นวัยที่จะเกิดปัญหาได้มากที่สุดวัยหนึ่ง และเป็นวัยที่สำคัญมากของชีวิต ปัญหาของวัยรุ่นในสังคมไทยมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น และมีความหลากหลายมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็น ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ปัญหายาเสพติด ปัญหาความรุนแรง ปัญหาโรคภาวะซึมเศร้า และความเครียด โดยเฉพาะปัญหาโรคภาวะซึมเศร้าที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง และกำลังเป็นปัญหาใหญ่ของเยาวชนทั่วโลก (สุภาพคนไทย, 2563) ผลการวิจัยของ อัญมณี มณีนิล พบว่า ภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นตอนปลายเป็นประเด็นปัญหาทางด้านสุขภาพจิตที่สำคัญ สังคมตั้งแต่ระดับครอบครัวไปจนถึงระดับประเทศจึงควรตระหนักถึงความรุนแรงของปัญหานี้ เพราะเด็กและเยาวชนที่มีภาวะซึมเศร้ามีแนวโน้มสูงที่จะเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่มีภาวะซึมเศร้าและลูกของพวกเขาก็มีโอกาสสูงที่เกิดภาวะซึมเศร้า องค์การอนามัยโลกได้ประกาศให้ภาวะโรคซึมเศร้า เป็นสาเหตุอันดับหนึ่งของความทุกข์ทรมานและความพิการของมนุษย์ (Yapko, 2018) ปัญหาที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นส่วนใหญ่เป็นปัญหาด้านจิตใจ ซึ่งมาจากการที่วัยรุ่นขาดพลังใจ (กรมส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต, 2562) พลังใจ จึงเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้วัยรุ่นกล้าเผชิญและทำความเข้าใจกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต มีความมั่นคงทางอารมณ์ สามารถควบคุมตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง เลือกดำเนินชีวิตที่ดีในแบบที่เหมาะสมกับตนเองได้ ผลงานวิจัยจากมหาวิทยาลัย คาตาเนีย (University of Catania) ประเทศ อิตาลี สรุปว่า วัยรุ่นที่มีพลังใจสูง จะมีความสามารถในการรับรู้ตนเองตามความเป็นจริง (Self-efficacy) สูงด้วยเช่นกัน (Sagone et al.,2020)

บทความนี้นำเสนอ หลักพุทธจิตวิทยาที่ช่วยส่งเสริมพลังใจให้วัยรุ่น อันได้แก่ องค์ประกอบภายนอกคือการมีกัลยาณมิตร และองค์ประกอบภายในคือ พละ 5 เพื่อเป็นแนวทางให้วัยรุ่นเกิดพลังใจ มีความมั่นใจ ฟังพอใจ



ในตนเอง กล้าเผชิญปัญหา มีเป้าหมายชีวิตที่ถูกต้อง เรียนรู้และพัฒนาเพื่อความก้าวหน้าของชีวิต เลือกใช้ชีวิตไปในทางที่ถูกต้อง มีชีวิตที่มีคุณภาพ และมีความสุขในแบบของตน

ความหมายและความสำคัญของพลังใจ

พลังใจ หรือ พลังสุขภาพจิต หรือ ความเข้มแข็งทางใจ หมายถึง ความสามารถของอารมณ์และจิตใจ ในการปรับตัวและฟื้นตัวหลังเจอกับวิกฤตหรือเหตุการณ์ร้ายในชีวิต การขาดพลังใจ ทำให้เสี่ยงต่อความเครียด ภาวะซึมเศร้า หมดหวังในชีวิต และอาจเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย (กรมสุขภาพจิต, 2563) พลังใจ เป็นความสามารถของมนุษย์ในการเผชิญหน้า เอาชนะ และสร้างความเข้มแข็งจากประสบการณ์ในการเผชิญอุปสรรค รวมไปถึงความสามารถในการอยู่เหนืออุปสรรคด้วยการพัฒนาทักษะต่างๆ จนเป็นความเข้มแข็งที่ยั่งยืน (Wolin J & Wolin, 2010) การมีพลังสุขภาพจิต สูงจะช่วยให้บุคคล สามารถเผชิญกับปัญหาหรือความยากลำบากที่เข้ามาในชีวิต สามารถปรับตัวและหาวิธีแก้ไขปัญหามาให้ผ่านพ้นไปได้ โดยธรรมชาติพลังสุขภาพจิตเป็นพลังที่มีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาบางช่วงก็จะมีสูงบางช่วงก็มีต่ำขึ้นอยู่กับ การเรียนรู้และการสั่งสมประสบการณ์ในสถานการณ์ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต พระพุทธศาสนา มุ่งเน้นการพัฒนาจิตใจและถือว่าใจมีความสำคัญที่สุด ด้วยว่าการทำและการพูด ย่อมเป็นไปตามที่ใจต้องการ หากมีใจที่ดี การกระทำก็ดี การพูดก็ย่อมดีตามไปด้วย พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต, 2563) ได้กล่าวถึง พลังใจหรือภาวะจิตที่มีคุณภาพในทางพุทธศาสนา ว่ามีลักษณะสำคัญ 4 ประการ คือ 1) แข็งแรง มีพลังมาก เหมือนกระแสน้ำที่พุ่งไปทางเดียว มีพลังมากกว่าน้ำที่กระจัดกระจาย 2) ราบเรียบ สงบซึ่ง เหมือนบึงใหญ่ที่มีน้ำนิ่ง ไม่มีสิ่งรบกวน ไม่สั่นไหว 3)ใส กระฉ่าง มองเห็นอะไรชัด 4) นุ่มนวล แคล่วคล่อง ครอบงำงาน (เป็นจิตที่เหมาะสมแก่การใช้งาน) ไม่เครียด ไม่กระวนกระวาย ไม่ขุ่นมัว สภาวะจิตใจของคนเราหรือธรรมชาติของจิตเหมือนลิง ที่ไม่หยุดนิ่ง วิ่งไปตามอารมณ์ ความนึกคิด ทำให้เกิดความทุกข์และความสุข เกิดความฟุ้งซ่าน ขาดพลังในการควบคุมตนเอง จิตที่มีพลัง จะเป็นหนึ่งเดียว สงบนิ่ง มีอารมณ์ที่เป็นคุณธรรม (พระธรรมมงคลญาณ (พระอาจารย์ วรียงค์ สิริธโร, 2556) จะเห็นได้ว่าพลังใจทางพระพุทธศาสนา คือ ภาวะจิตใจที่แน่นแฟ้น เข้มแข็ง สงบนิ่ง มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีสติตามดูรู้ทันพฤติกรรม และความรู้สึกนึกคิด รู้เห็นตามความเป็นจริง เกิดความรอบคอบ พลังใจ จึงเป็นภาวะของจิตที่มีพลัง มีความเชื่อมั่นศรัทธาในตัวเอง มองโลกในแง่ดี มีเป้าหมายชีวิตที่เหมาะสมกับศักยภาพของตนเอง มีความมุ่งมั่นเพื่อไปถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ สามารถเผชิญและจัดการกับปัญหาหรือวิกฤตที่เกิดขึ้นในชีวิต โดยไม่ย่อท้อหรือจมอยู่กับความทุกข์

การเสริมสร้างพลังใจ (Mind Empowerment) เป็นกระบวนการที่ส่งเสริมให้บุคคล มีศักยภาพและความสามารถในการควบคุมตนเอง มีความมั่นคงทางอารมณ์ สงบนิ่ง มีสติรู้ทันความรู้สึกนึกคิด สามารถเข้าใจสิ่งต่างๆตามความเป็นจริง เรียนรู้ ปรับตัว และจัดการกับปัญหาและวิกฤตที่เกิดขึ้นในชีวิตอย่างสร้างสรรค์โดยไม่ย่อท้อมองเห็นโอกาสในปัญหาต่าง ๆ และปรับเปลี่ยนหรือแก้ไข เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น จนนำพาตนเองให้ผ่านพ้นจากสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความยากลำบากหรือเหตุการณ์ที่เลวร้ายในชีวิตได้ มีการฟื้นฟูสภาพอารมณ์และจิตใจได้อย่างรวดเร็ว ไม่จมอยู่กับความทุกข์ สามารถกลับมาดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขอีกครั้ง พลังใจจึงเป็นเสมือนปัจจัยที่ปกป้องบุคคลไม่ให้มีความเจ็บป่วยทางจิต ควรจะต้องได้รับการส่งเสริม พัฒนา และปลูกฝังให้เกิดขึ้นกับตั้งแต่อยู่ในวัยเด็ก โดยเฉพาะในวัยรุ่นที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วหลากหลาย

พุทธจิตวิทยากับการเสริมสร้างพลังใจ

พุทธจิตวิทยา คือองค์ความรู้ในเรื่องที่เกี่ยวกับจิต ที่ปรากฏในหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา เป็นองค์ความรู้ของพระพุทธเจ้าที่แสดงเผยแพร่แก่ศาสนิกชนและบุคคลที่สนใจผ่านช่วงเวลายาวนานกว่า 2,500 ปี (Ngamchat, 2013) พระพุทธศาสนามุ่งเน้นการพัฒนาจิต จิตวิทยา ศีลธรรมชาติของจิตใจมนุษย์จากหลักพุทธธรรม อันเป็นแหล่งรวบรวมความรู้การวิเคราะห์จิตใจของมนุษย์ไว้อย่างละเอียด โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บุคคลสามารถจัดการกับชีวิตที่ดำเนินอยู่ในแต่ละวันในโลกใบนี้ได้ (ชมพูนุท ศรีจันทร์นิล, 2552) เป็นศึกษาพฤติกรรมของจิตที่สะท้อนออกมาทางกายและวาจา ได้แก่ ทางอารมณ์ ความรู้สึก เชาวน์ปัญญา การรับรู้ สุขภาพจิต การสื่อสาร ผัสสะ สังคม สิ่งแวดล้อม (เริงชัย หมื่นชนะ, 2558) ผู้ที่มีพลังใจสูง จะเป็นผู้ที่มีสุขภาวะทางจิต มากกว่าผู้ที่มีพลังใจต่ำ ในทางพระพุทธศาสนา มองสุขภาพทางจิตที่สมบูรณ์ มีลักษณะ ดังต่อไปนี้คือ (จิรจิตต์ภรณ์ พิริยสุวัฒน์, 2562)

- 1) เป็นจิตที่มีความสามารถในการควบคุมตนเอง มีสติ รู้เท่าทันในอินทรีย์ทั้ง 6 และรู้จักตอบสนองอย่างพอเหมาะ
- 2) เป็นจิตที่มีความนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง รู้จักตนเองตามความเป็นจริง พร้อมทั้งจะพัฒนาปรับปรุงตนเองให้ดียิ่งขึ้น
- 3) เป็นจิตที่มีความยินดีที่ประกอบด้วยปัญญา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เข้าใจผู้อื่น ทำเพื่อส่วนรวม
- 4) เป็นจิตที่มีความเข้าใจในความเป็นไปของโลกและชีวิตอย่างที่เป็นจริง
- 5) เป็นจิตที่ไม่สะสมความเครียด และพร้อมเผชิญหน้ากับภาวะภายนอกที่ไม่น่าพึงพอใจ
- 6) เป็นจิตที่ปราศจากความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งที่ผิดและเป็นโทษ

พุทธจิตวิทยา จึงเป็นองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนา ที่ทำให้เข้าใจชัดเจนถึงกระบวนการทำงานของจิต ธรรมชาติ และเหตุปัจจัยต่าง ๆ ที่เป็นตัวภาวะแฝงของจิต เข้าใจความรู้สึกนึกคิดของบุคคล ที่มีผลต่อการกระทำและการดำเนินชีวิต และแนวทางการฝึกฝน พัฒนาจิต สู่การเป็นผู้รู้ ผู้เข้าใจตนเองและผู้อื่นตามความเป็นจริง เพื่อดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ดีงามและเป็นสุข

สร้างพลังใจจากภายในด้วยพละ 5

พละ คือ กำลัง หรือธรรมอันเป็นกำลัง ซึ่งทำให้เกิดความเข้มแข็งมั่นคงดำรงอยู่ได้ในสัมปยุตตธรรมทั้งหลายอย่างไม่หวั่นไหว (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต, 2563) พละ จึงหมายถึงคุณธรรมที่ทำให้จิตใจเข้มแข็งไม่หวั่นไหวในอกุศลธรรมต่าง ๆ ได้แก่ ศรัทธา (ความเชื่อ) วิริยะ (ความเพียร) สติ (ความระลึกได้) สมาธิ (ความตั้งจิตมั่น) และปัญญา (ความรู้ทั่วชัด) มีความหมายและรายละเอียดดังนี้

- 1) ศรัทธาพละ หรือ ความเชื่อ หมายถึง กิริยาที่เชื่อ ความเชื่อมั่น ความเลื่อมใส เป็นพลังที่ก่อให้เกิดความเชื่อ เป็นความเชื่อที่มีเหตุผล มีความมั่นคง มั่นใจในตนเอง หรือความดีของสิ่งที่นับถือหรือปฏิบัติ ศรัทธาเป็นพลังอันดับแรกที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ วัชรุนที่มีศรัทธา จะมีความเชื่อมั่นในตนเอง เชื่อมั่นในศักยภาพและความสามารถของตน เชื่อมั่นในสิ่งที่ทำ ทำให้เกิดพลังใจในการก้าวเดินไปข้างหน้า การมีศรัทธาที่แรงกล้า ส่งเสริมให้เกิดวิริยะพละตามมา



2) วิริยะพละ หรือ ความเพียร คือ ความเพียรชอบที่ควรประกอบให้มีในตน ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความชวนชวาย ความเพียรพยายาม ความอดุสาหะ ความอดทน ความมุ่งมั่นอย่างไม่ทอดถอย ความไม่ทอดทิ้งฉันทะ หรือสัทธา การมีกำลังเป็นวิริยะพละได้ต้องไม่หวั่นไหวในความเกียจคร้าน โดยการปฏิบัติทำความเพียรติดต่อกันไม่หยุดหย่อน เมื่อทำความเพียรได้มาก ก็จะเกิดพลังมากขึ้น วัยรุ่น ที่มีวิริยะ จะมีความตั้งใจและรับผิดชอบในการทำหน้าที่หรืองานของตนเอง ด้วยความเพียรพยายาม อดทน ไม่ย่อท้อ ต่อ ปัญหาหรืออุปสรรค เพื่อให้งานสำเร็จตามเป้าหมาย

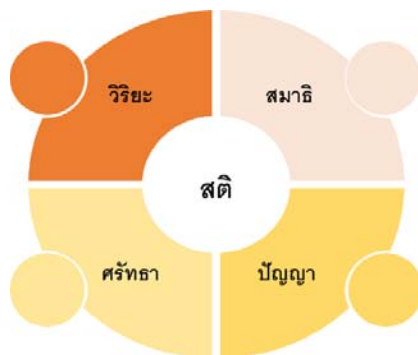
3) สติพละ หรือ ความระลึกได้ หมายถึง การตามระลึก ความหวนระลึก ความไม่เลือนลอย ความไม่หลงลืม ผู้มีสติ ประกอบด้วยสติปัญญา เป็นเครื่องรักษาตนอย่างยิ่ง ระลึกถึงสิ่งที่ทำค่าที่พูดที่แน่วแน่มั่นได้ พระโพธิญาณเถระ (หลวงพ่อบุชา สุภทฺโท) อธิบายว่า สติ คือ ความระมัดระวังรู้อยู่ว่า เดี๋ยวนี้เราทำอะไรอยู่ สติสัมปะชัญญะ คือรู้ตัวว่าเรากำลังทำอะไรอยู่ และต้องประกอบด้วยปัญญา หรือมีปัญญาเกิดร่วมด้วยเสมอ หน้าที่ของสติ คือการดูแลหรือคอยกำกับจิต การพัฒนามีกำลังเป็นสติพละได้ ต้องไม่หวั่นไหวในความประมาท คือมีความระลึกได้ ที่พลังด้านทานมิให้ความประมาทความเลือนลอยเกิดขึ้นได้ ให้รู้ตัวอยู่เสมอในขณะที่คิด พูด ทำ ถ้าให้เลือกธรรมะข้อใดข้อหนึ่ง แล้วปฏิบัติอย่างแท้จริง เรื่องเดียวเท่านั้นที่เปลี่ยนคนได้ สิ่งนั้นคือการมีสติ ขอให้มีสติเรื่องเดียวเท่านั้น ชีวิตจะไม่มีพลาด ทุกครั้งที่เราต้องมานั่งน้ำตาไหล เสียอกเสียใจกับการกระทำของตนเอง มักจะเกิดตอนเราขาดสติ (พระมหาจุฬินชัย วชิรเมธี, 2553) ได้กล่าวไว้ว่า วัยรุ่นที่มีสติ จะรู้ว่าสิ่งใดควรหรือไม่ควร ไม่หลงไปเชื่อในสิ่งที่ไม่ถูก เลือกทำในสิ่งที่ถูกต้องและเหมาะสม ในทางจิตวิทยา ได้มีออกแบบโปรแกรมการพัฒนาความเข้มแข็งทางใจ หรือพลังใจ โดยมีการฝึกเจริญสติ (Mindfulness) และการฝึกโยคะ ร่วมกับกิจกรรมการฝึกการแก้ปัญหา (Williams, 2017) ผลการวิจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างสติและความยืดหยุ่นทางใจของนักศึกษามหาวิทยาลัย พบว่า สติและความยืดหยุ่นทางใจมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญ (Xuepeng Liu , Qing Wang and Zhenzhen Zhou, 2022)

4) สมาธิพละ หรือ ความตั้งมั่น หมายถึง ความมีจิตแน่วแน่ ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่ ความไม่ซัดส่าย ความไม่ฟุ้งซ่าน ความที่จิตไม่ซัดส่าย ความมีจิตตั้งมั่น แน่วแน่มั่นในกิจ ในสิ่งที่กำหนด สภาวะจิตเป็นอารมณ์เดียว หน้าที่ของสมาธิคือ การทำจิตให้ไม่ส่าย การพัฒนาเป็นสมาธิพละ คือมีสมาธิที่เป็นพลังด้านทานมิให้ความฟุ้งซ่านเกิดขึ้นได้ เป็นการฝึกจิตให้รวมเข้าสู่อารมณ์เดียว จนจิตไม่มีอาการ ฟุ้งซ่าน มีอาการสงบ แสดงว่ามีสติมีพละมากขึ้น

5) ปัญญาพละ หรือ ความรู้ทั่วชัด หมายถึง ความไม่หลงงมงาย ความรู้ทั่ว คือรู้ทั่วถึงเหตุถึงผล รู้อย่างชัดเจน รู้เรื่องบาปบุญคุณโทษ รู้สิ่งที่ถูกต้องตามความเป็นจริง รู้สิ่งที่ควรทำควรเว้น ปัญญาเป็นธรรมที่คอยกำกับศรัทธา เพื่อให้ความเชื่อประกอบด้วยเหตุผล ไม่ให้หลงเชื่ออย่างงมงาย ปัญญาทำให้เกิดขึ้นได้ 3 วิธี คือ โดยการฟัง โดยการคิดตรึกตรอง และ โดยการอบรมจิตการเจริญภาวนา (พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), 2551)

พละ 5 นี้ ควรจะให้ความสมดุล ศรัทธาต้องปรับให้สมดุลกับปัญญา หากศรัทธามากไป โดยขาดปัญญาก็กลายเป็นความหลงงมงาย แต่หากปัญญามากไป จะมุ่งแต่หาเหตุผลจนก้าวหน้าเชิงชาได้ เช่นเดียวกับวิริยะต้องปรับให้สมดุลกับสมาธิ หากมีวิริยะมากเกินไปแต่ขาดสมาธิ เราก็มุ่งทำอย่างเดียว แต่งานอาจไม่สำเร็จ หากมีสมาธิมากเกินไป จะอยู่กับความสงบแต่ไม่ลงมือทำ กลายเป็นความเกียจคร้าน ส่วนสติควรมีให้มาก เนื่องจากเป็นสิ่งที่คอยกำกับดูแลและปรับให้เกิดสภาวะที่สมดุล เมื่อเรามีความศรัทธาในสิ่งใด จะเกิดความเพียรในทำสิ่งนั้น เกิดสติ ระลึกรู้มีจิตตั้งมั่น มีสมาธิอยู่กับงานที่ทำ เกิดความรอบรู้และปัญญาในงานที่ทำ พละ 5 จึงเป็นหลักธรรม ที่ก่อให้เกิดพลังใจ

ให้สามารถทำกิจการงานต่าง ๆ ได้สำเร็จ วัยรุ่นที่มีพลังใจ จะเป็นผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเอง การไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค สามารถควบคุมตนเอง มีใจจดจ่อในสิ่งที่ทำ และ กล้าเผชิญหน้ากับปัญหา



แผนภาพที่ 1 แสดงความสมดุลของพละ 5

แนวทางการเสริมสร้างพลังใจตามหลัก พละ 5 คือการมองเห็นคุณค่าในตนเอง เราทุกคนมีคุณค่าในแบบของตน มีคุณค่าในฐานะที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ เมื่อเราเห็นคุณค่าในตนเอง จะทำให้เกิดความเชื่อมั่นศรัทธา ในตนเอง ความเพียร ความมุ่งมั่น ก็เกิดขึ้น ความอดทนในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ก่อให้เกิดสติ ปัญญา และการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง พลังใจจะค่อย ๆ เพิ่มขึ้น การหมั่นเพียรพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง จึงทำให้พลังใจเติบโตงอกงามในที่สุด

เสริมพลังใจจากภายนอกด้วยกัลยาณมิตร

กัลยาณมิตร แปลว่า มิตรดีงาม (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต, 2563) หมายถึงบุคคลที่ช่วยชี้แนะแนวทาง ชักจูง ตลอดจนแนะนำสั่งสอน ชักนำผู้อื่นให้ดำเนินชีวิตที่ดีงาม ประสบผลดีและมีความสุข เจริญก้าวหน้า บุคคลทั้งหลายซึ่งเป็น คนดี มีปัญญา มีคุณธรรม สามารถที่จะให้คำแนะนำที่ถูกต้องได้ ถึงแม้จะเป็นบุคคลเสมอกัน เป็นบิดามารดา ครูอาจารย์ ตลอดจนทั้งพระสงฆ์ จนถึงพระพุทธเจ้าก็ล้วนว่าเป็นมิตร แต่เป็นมิตรที่ดี หรือมิตรมีธรรมที่เรียกว่า กัลยาณมิตร กัลยาณมิตร จึงหมายถึง เพื่อนที่ดี หรือมิตรที่มีคุณ บุคคลที่เพียบพร้อมด้วยคุณสมบัติที่จะสั่งสอน แนะนำ ชี้แจง ชักจูง ช่วยบอกทาง หรือเป็นตัวอย่างให้ผู้อื่นดำเนินไป ในการฝึกฝนอบรมตนเองให้ดียิ่งขึ้น การรู้จักคบกัลยาณมิตรเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวพุทธศาสนาได้แบ่งด้านต่าง ๆ ดังนี้ คือ 1) ด้านชีวิตประจำวัน ด้วยการแนะนำให้มีความขยันหมั่นเพียร ไม่เกียจคร้านการทำงานต่าง ๆ 2) ด้านสังคม ช่วยเหลือกันและกัน ไม่สร้างปัญหาให้แก่ชุมชนและผู้ที่เกี่ยวข้องด้วย 3) ด้านศีลธรรม แนะนำให้มีธรรม คือศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิและปัญญา อันเป็นหลักปฏิบัติทางใจให้ถึงความหลุดพ้น กัลยาณมิตรจะแนะนำให้พบสิ่งดีมีประโยชน์เพื่อให้ประสบความสำเร็จในการดำรงชีวิตทางโลกียวิสัย การมีกัลยาณมิตรจึงเป็นพื้นฐานเบื้องต้นที่สำคัญ ที่จะช่วยชี้นำ อธิบาย ในสิ่งที่ถูกต้องดีงาม พระพุทธเจ้าทรงเปรียบกัลยาณมิตรว่า เป็นดังแสงอรุณในยามเช้าที่ย่อมขึ้นมาก่อนดวงอาทิตย์ที่กำลังจะขึ้น กัลยาณมิตรนั้นมีคุณค่าในฐานะที่เป็นตัวชักนำให้เกิดประโยชน์ ไม่ว่าจะเป็นประโยชน์ทางโลกหรือทางธรรม หากได้กัลยาณมิตรคอยชี้แนะเป็นผู้กำกับให้ชีวิตเบื้องต้นดำเนินไปด้วยดี แม้ในเบื้องต้นอาจมีอุปสรรคมาขวางบ้าง บุคคลที่เป็นกัลยาณมิตร 4 ประเภท คือ มิตรมีอุปการะ มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ มิตรแนะนำประโยชน์ มิตรมีความรักใคร่ การมีกัลยาณมิตรก็เปรียบเหมือนมีกำแพงสองข้างทางที่คอยกันกั้นอุปสรรคและสิ่งไม่ดีที่จะมาถึงตัว อีกทั้งช่วยห้ามตนเองไม่ให้เดินออกไปหาสิ่งเหล่านั้น ช่วยให้การดำเนินการไปสู่เป้าหมายได้สะดวก



(Peuchthonglang & Peuchthonglang, 2018) คนรอบตัวนั้นส่งผลต่อพลังงานและสุขภาพจิตของเราอย่างที่เราอาจจะนึกไม่ถึง ดังคำกล่าวที่ว่า “You’re the average of the five people you spend the most time with” (Rohn, 2009) ชี้ให้เห็นว่า หากเรารายล้อมไปด้วยคนรอบตัวที่คิดลบ คิดในทางไม่ดี พลังงานดี ๆ หรือความคิดเชิงบวกของเราก็จะถูกดึงออกไปจนหมด เราอาจกลายเป็นคนคิดลบได้ ดังนั้น ถ้าเราอยากเป็นคนแบบไหน ให้เราเอาตัวเองไปอยู่ท่ามกลางคนแบบนั้น หากเราต้องการชีวิตที่ประสบความสำเร็จ งดงามและมีความสุข เราต้องเลือกใช้เวลากับบุคคลประสบความสำเร็จ มีชีวิตที่งดงามและมีความสุข

คุณสมบัติของกัลยาณมิตรที่ดี เรียกว่า กัลยาณมิตรธรรม มี 7 ประการ ดังนี้คือ

- 1) ปิโย น่ารัก คือ เข้าถึงจิตใจ สร้างความรู้สึกสนิทสนม เป็นกันเอง ชวนใจผู้เรียนให้อยากเข้าไปปรึกษาได้
- 2) ครุ น่าเคารพ คือ มีความประพฤติสมควรแก่ฐานะ ให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ เป็นที่พึ่งทางใจ และปลอดภัย
- 3) ภาวนีโย น่าเจริญใจ คือ มีความรู้จริง ทรงภูมิปัญญาแท้จริง และเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ เป็นที่น่ายกย่อง ควรเอาอย่าง ทำให้ศิษย์เอย่อย่าง และรำลึกถึง ด้วยความซาบซึ้ง มั่นใจ และภูมิใจ
- 4) วัตตา รู้จักพูดให้ได้ผล คือ พูดเป็น รู้จักชี้แจงให้เข้าใจ รู้ว่าเมื่อไรควรพูดอะไรอย่างไร คอยให้คำแนะนำว่ากล่าวตักเตือน เป็นที่ปรึกษาที่ดี
- 5) วณัณโข ทนต่อถ้อยคำ คือ พร้อมทั้งจะรับฟังคำปรึกษาซักถามแม้จุกจิก ตลอดจนคำล่วงเกินและคำตักเตือนวิพากษ์วิจารณ์ อดทนฟังได้ ไม่เบื่อง่าย ไม่เสียอารมณ์
- 6) คัมภีร์รัญจะ กระทั่ง กัดดา แกล้งเรื่องล้าลึกได้ คือ กล่าวชี้แจงเรื่องที่ลึกซึ้งซับซ้อนให้เข้าใจ และสอนให้ได้เรียนรู้เรื่องราวที่ลึกซึ้งขึ้นไป
- 7) โน จัญฐานะ นิโยชะเย ไม่ชักนำในอฐาน คือ ไม่ชักจูงไปในทางเสื่อมเสียหรือเรื่องเหลวไหลไม่สมควร

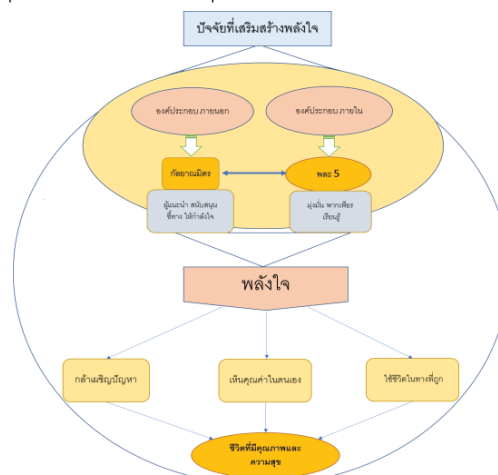
บุคคลผู้มີคุณสมบัติทั้ง 7 ประการ เรียกว่า กัลยาณมิตร เป็นปัจจัยภายนอกที่จะช่วยเกื้อกูล กระตุ้นส่งเสริม ช่วยสร้างสรรค์ ชักนำให้บุคคลมีการพัฒนาจนเกิดความรู้ กัลยาณมิตรนั้นนอกจากช่วยทางด้านจิตใจแล้ว ก็จะช่วยทางด้านปัญญาด้วย คือการช่วยให้คนนั้นได้เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตจิตใจของตนเองและรู้เท่าทันโลกหรือสังคม จนกระทั่งเป็นอิสระ มีอิสรภาพ เพราะช่วยตนเองได้ ถ้าไม่เป็นการช่วยในระดับจิตใจก็ยังไม่ทำให้คนนั้นมีอิสรภาพ เพราะเขายังต้องพึ่งพิงกัลยาณมิตรนั้นอยู่ หรือยังต้องอาศัยการเติมเต็มจากความสัมพันธ์ทางสังคม ต่อเมื่อเราช่วยแก้ปัญหาถึงระดับปัญญา ทำให้เขาเข้าใจความจริง ปรับจิตใจได้ มีจิตใจเป็นอิสระแล้ว คนนั้นจึงจะมีอิสรภาพ เรียกว่าพึ่งตนเองได้ กัลยาณมิตรจึงรวมถึงตัวบุคคลผู้อบรมสั่งสอน คุณสมบัติของผู้สอน ทั้งหลักการ วิธีการ อุปกรณ์ อุปาย ต่าง ๆ ในการสอน และการจัดการดำเนินการต่าง ๆ ทุกอย่างที่มีหน้าที่ในการศึกษาจะจัดทำเพื่อให้เกิดการศึกษาอบรมได้ผลดี กัลยาณมิตร จึงไม่ใช่เพียงแค่ช่วยสร้างความสบายใจ ให้กำลังใจ แต่จะต้องมีความสามารถในการยกระดับปัญญาของมิตรให้สูงขึ้น หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งว่า มิตรที่ดีไม่ใช่ เพียงแค่ปลอบประโลมใจให้คลายจากความเศร้า เท่านั้น มิตรที่ดีต้องยกระดับจิตใจของมิตรให้เกิดความเข้าใจในโลกและชีวิต เพื่อเปลี่ยนมุมมองโลก อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิต

ดังนั้นหน้าที่ของกัลยาณมิตรจึงจัดเป็นการแก้ปัญหาจากสังคมเข้ามาหาตัวบุคคล โดยเริ่มจากสังคมนั้นเข้ามาหาจิตใจก่อน แต่ด้านจิตใจก็ยังไม่พอ ต้องถึงปัญญา นี่คือระบบของพระพุทธศาสนา เมื่อถึงขั้นปัญญาแล้วบุคคลนั้น

จะช่วยตัวเองได้ และเป็นอิสระอย่างแท้จริง โดยที่มีความสามารถที่จะทำให้ตนเองเป็นสุขในการอยู่คนเดียวโดยลำพัง พร้อมทั้งสามารถทำหน้าที่ทางสังคม โดยเป็นกัลยาณมิตรคือเป็นผู้มีสิ่งที่จะช่วยเติมเต็มให้แก่ผู้อื่นได้ด้วย ดังเช่น ผลงานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยทางพุทธจิตวิทยาที่มีผลต่อความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่น พบว่า ปัจจัยทางพุทธจิตวิทยาที่มีผลส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่น ได้แก่ คำพูดของผู้อื่น (ปรโตโมหะ), การไตร่ตรองอย่างชาญฉลาด (โยนิโสมนสิการ), การมีสติ และความพยายาม (วิริยะ) จะเห็นได้ว่าคำพูดของผู้อื่น (ปรโตโมหะ) หรือกัลยาณมิตร เป็นปัจจัยที่มีผลต่อความเข้มแข็งทางใจของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก (Phophichit, 2018)

สรุป

วัยรุ่น นับว่าเป็นช่วงวัยวิกฤติของชีวิต เป็นช่วงที่บุคคลจะต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างรวดเร็วไปพร้อม ๆ กับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและจิตใจ ความท้าทายเหล่านี้ หากไม่ได้รับการจัดการอย่างถูกต้องเหมาะสม อาจนำมาซึ่งความล้มเหลวในการดำเนินชีวิต การใช้ชีวิตไปในทางที่ผิด และกลายเป็นปัญหาสังคมได้ การเสริมสร้างพลังใจ นับว่ามีความสำคัญ ช่วยให้วัยรุ่นสามารถใช้ชีวิตและจัดการกับปัญหาหรือวิกฤติที่เกิดขึ้น ด้วยการเรียนรู้เข้าใจชีวิต เห็นคุณค่าในตนเอง มีความรู้สึกดีเกี่ยวกับตนเอง หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างพลังใจ คือ พละ 5 เริ่มต้นจากการมีศรัทธาในตนเอง จนเกิดเป็นวิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ตามมา อันจะเป็นการสร้างกำลังใจให้มีความมุ่งมั่น กล้าหาญและจัดการชีวิตอย่างมีสติ แต่อย่างไรก็ดี วัยรุ่น เป็นวัยที่เริ่มค้นหาตัวเอง ต้องเรียนรู้และปรับตัวเพื่อเข้าสู่สังคม ทั้งครอบครัว โรงเรียน และสังคมรอบข้าง ในขณะที่ยังมีประสบการณ์ในชีวิตไม่มากพอที่จะคิดแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง ปัจจัยภายนอก คือ การมี กัลยาณมิตร จึงมีความสำคัญต่อวัยรุ่นเป็นอย่างมาก ในการที่จะเป็นแบบอย่างที่ดี ชักชวน ชี้นำไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสม กัลยาณมิตร มีได้มีความสำคัญ เพียงแค่ช่วงจังหวะที่เผชิญวิกฤติเท่านั้น แม้ในช่วงเวลาปกติ กัลยาณมิตรเป็นผู้ช่วยแนะนำเพื่อการบ่มเพาะความองอาจในจิตใจ เป็นต้นแบบที่ดีในการดำเนินชีวิต เป็นแรงจูงใจในการพัฒนาจิตใจให้แข็งแกร่ง เตรียมพร้อมสำหรับเหตุการณ์หรือวิกฤติที่จะต้องเผชิญในอนาคต และเป็นแรงบันดาลใจของการดำเนินชีวิตที่งดงามอีกด้วย เราจึงมักพบว่าบุคคลส่วนใหญ่ที่สามารถยกระดับจิตใจของตนเองให้เหนือทุกข์ได้ ล้วนแวดล้อมไปด้วยผู้คนที่มีส่วนส่งเสริมให้เกิดความเข้าใจชีวิตและเข้าใจโลกตามความเป็นจริง ช่วยเหลือส่งเสริมเพิ่มเติมพลังใจ ให้เรียนรู้พัฒนาไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมต่อชีวิตได้ เพื่อชีวิตที่มีคุณภาพและมีความสุข



แผนภาพที่ 2 แสดงพุทธธรรมกับการเสริมสร้างพลังใจ



คบหากัลยาณมิตร	พินิจคุณค่าแห่งตน
เพาะบ่มความเพียร	เรียนรู้อย่างมีสติ
ทำงานด้วยจิตที่ตั้งมั่น	สร้างสรรค์ด้วยปัญญา
พลังใจจากศรัทธา	ตระหนักค่าแห่งชีวิต

เอกสารอ้างอิง

- กรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิต. (2562). *คู่มือสร้างสรรค์พลังใจวัยทีน*. กรุงเทพฯ: ปิยอนด์พับลิชชิง.
- กรมสุขภาพจิต. (2563). *แนวทางการดูแลสุขภาพจิตด้านจิตใจ*. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: ปิยอนด์พับลิชชิง.
- จิรจิตต์ภรณ์ พิริยสุวัฒน์. (2019). *จิตวิทยาในพระไตรปิฎก*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). เลย: บ้านนาอ้อ.
- ชมพูนุท ศรีจันทร์นิล. (2552). จิตวิทยาแนวพุทธ: แนวทางเพื่อการเยียวยาและพัฒนาจิตใจมนุษย์. *วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย*, 29(4), 188-208.
- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). (2551). *พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ : ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม.
- พระธรรมมงคลญาณ (พระอาจารย์ วิริยงค์ สิริธโร). (2556). *หลักสูตรครูสมาธิ เล่ม 1*. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพฯ: พิมพ์.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2563). *พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุง)*. (พิมพ์ครั้งที่ 54). กรุงเทพฯ: ผลิธัมม.
- พระมหาจุฬาลงกรณ วชิรเมธี. (2553). 7 สิ่งมหัศจรรย์ของชีวิต 7 หลักคิดเพื่อความสุข. กรุงเทพฯ: สถาบันวิมุตตยาลัย.
- ยุทธนา พูนเกิดมะเร็ง และพระสิทธิศักดิ์ พรหมสิทธิ์. (2563). กัลยาณมิตรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางพระพุทธศาสนา. *วารสารมหาจุฬานาครธรรม*, 7(10), 197-208.
- รายงานสุขภาพคนไทย. (2563). *ภาวะซึมเศร้าของเด็กและเยาวชนจะช่วยเหลืออย่างไร?*. นครปฐม: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เริงชัย หมื่นชนะ. (2558). *ระบบและทฤษฎีพุทธจิตวิทยา*. *วารสารมหาจุฬาวชิการ*, 2(1), 63-78.
- อัญมณี มณีนิล. (2563). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าของวัยรุ่นตอนปลาย* (วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา.
- Kotchakorn Chayakul (2018), Effect of the Resilience Quotient Enhancement Program among Nursing Students of Boromarajonani College of Nursing, Nakhonratchasima, *The Journal of Boromarajonani College of Nursing, Nakhonratchasima*, 24 (2), 97-104.
- Ngamchat, A. (2013). *Buddhist psychology in the Tripitaka*. (1st ed.). Bangkok: Phimsuay.
- Phophichit, N. (2018). *The effects of Buddhist Psychological factors on Resilience of Adolescents* (Doctoral dissertation). Mahachulalongkornrajavidyalaya University.
- Sagone et al. (31 May 2020). Resilience and perceived self-efficacy in life skills from early to late adolescence. Retrieved June 25, 2022, from <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/02673843.2020.1771599?needAccess=true>
- Williams, J. (2017). *YouthThrive™: Promoting Youth Resilience: Trainer's Guide*. Washington, D.C.: The Center for the Study of Social Policy.



- Wolin, JS & Wolin, S. (2010). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise above Adversity*. New York: Random House Digital, Inc.
- Xuepeng Liu, Zhenzhen Zhou. (2022). The Association between Mindfulness and Resilience among University Students: A Meta-Analysis. *Sustainability*, 14(16), 10405.
- Yapko, M. (15 May 2018). How to prevent depression, Psychlopaedia. Retrieved June 27, 2565, from <https://psychlopaedia.org/health/how-to-prevent-depression-full-transcript/>
-

มายาคติวัฒนธรรมทางความเชื่อ พิธีกรรม: การเปลี่ยนผ่านสู่ยุคดิจิทัล Cultural Myths of Belief and Ritual: Transition to the Digital Era

พชรธนา สุวรรณกลาง
Pacharasanaa Suwanklang
มหาวิทยาลัยชินวัตร
Shinawatra University, Thailand
Email: pacharasanaa.s@siu.ac.th

Retrieved October 6, 2022; Revised December 26, 2022; Accepted December 27, 2022

บทคัดย่อ

มายาคติของวัฒนธรรมทางความเชื่อ พิธีกรรม ในสังคมไทย นำเสนอข้อค้นพบจากสัญลักษณ์สื่อความหมาย การปรากฏเกิดขึ้นของภาพลักษณ์ทางความเชื่อ ประกอบด้วยรูปแบบทางความเชื่อ พิธีกรรมกล่าวคือยุคสมัย ภูมิภาคเอเชียอาคเนย์เกิดจากความเชื่อพิธีกรรมดั้งเดิม การแห่นางแมวเพื่อขอฝน และมายาคติความเชื่อ ความศรัทธาการเข้าพระบูชา พิธีกรรมเวียนเทียนออนไลน์ในยุคสมัยดิจิทัลของสังคมไทย ประเด็นสำคัญเรื่องมายาคติทางความเชื่อกับการเปลี่ยนผ่านรูปแบบความเชื่อสู่พิธีกรรม จึงเป็นการแสดงออกซึ่งปรากฏการณ์ทางวัฒนธรรม และภาพลักษณ์มายาคติทางความเชื่อ จากกรณีศึกษาเชิงเทียบเคียงวัฒนธรรมทางความเชื่อ พิธีกรรมทั้ง 2 ช่วงยุคสมัยพบว่าวัฒนธรรมชุมชน ประกอบด้วยพิธีกรรมเสริมสร้างกิจกรรมชุมชนด้วยการผสมผสานความเชื่อกับวิถีชีวิตคนไทยในสังคมเกษตรกรรมเข้าด้วยกัน ส่วนความเชื่อ พิธีกรรมของคนในยุคสมัยดิจิทัล จึงเป็นการรับรู้ชุดข้อมูลทางความเชื่อ พิธีกรรมด้วยการสื่อสารออนไลน์ ความรวดเร็วทั้งจากการรับและส่งข้อมูล จึงทำให้วิถีชีวิตของผู้คนได้เปลี่ยนผ่านเข้าสู่ความเป็นยุคสมัยที่แตกต่างกันบนพื้นฐานความเชื่อเดียวกัน ในยุคสมัยปัจจุบันสังคมไทยต้องเผชิญกับโรคระบาดโควิด-19 อุปกรณ์เครื่องมืออิเล็กทรอนิกส์จึงเป็นทางเลือกเพื่อเข้าถึงความเชื่อและพิธีกรรมทดแทนทำให้พิธีกรรมของวัฒนธรรมชุมชนถูกลดบทบาทลง ความเชื่อ พิธีกรรมทั้ง 2 ยุคสมัยได้สะท้อนตามหลักแนวคิดมายาคติวัฒนธรรมทางความเชื่อ พิธีกรรมถูกเชื่อมโยงด้วยกระบวนการรับรู้สัญญาณเนื้อในสสาร โดยมีรูปแบบทางความเชื่อและหรือภาพลักษณ์ได้ถูกผันแปรตามยุคสมัยในลักษณะเฉพาะเจาะจง

คำสำคัญ: มายาคติ; ความเชื่อ; พิธีกรรม; ยุคดิจิทัล

Abstract

Cultural myths of belief and ritual in Thai society have been shown through the findings of symbols of meaning. The appearance of images about belief consisted of formats of belief and ritual. To illustrate, the Southeast Asian era was derived from traditional beliefs and rituals; The “Hae Nang Maew” tradition of praying for rain, myths of belief, faith in buying small Buddha images, and the online ceremony of walking with lighted candles in hand around a temple in the digital

era of Thai society. The important issue about the myth of belief and the transition of belief to the rite was the expression of cultural phenomena and the image of myths of belief. From the comparative case study of cultural beliefs and rituals between the two eras, it was found that, for community culture, rituals consisted of promoting community activities that combined beliefs and the Thai lifestyle in an agricultural society. However, for the rituals of people in the digital era, the perception of information about belief and ritual was through online communication. The speed of receiving and sending information has led to the transition of people's lifestyles to different eras which were still based on the same set of beliefs. At present, Thai society faces the COVID-19 pandemic, and electronic devices are alternative ways to get access to beliefs and rituals, which has led to the reduced role of community culture. The beliefs and cultures of the two eras reflected the principles of cultural myths of belief and ritual, which were connected through the perceptual process of the semiotics of information. The formats of belief and/or images were changed according to the era with specific characteristics.

Keywords: Myth; Beliefs; Rituals; Digital Age

บทนำ

วัฒนธรรมมีความสำคัญด้านอิทธิพลต่อความเป็นอยู่ของประชาชน พบได้จากคุณลักษณะของวัฒนธรรม สร้างความรู้ ความเข้าใจที่มีต่อความเชื่อและวิถีในการดำเนินชีวิต วัฒนธรรมคือกรอบหรือแบบแผนการดำเนินชีวิต ของสังคม ทำให้ทุกคนมี พิธีกรรมและประเพณีที่ยึดถือปฏิบัติ เสฐียรโกเศศ (2515) ได้บรรยายอธิบายพุทธศาสนาใน สังคมไทยไว้ว่า “เป็นการผสมผสานความเชื่อเรื่องผีสาขาทวดกับศาสนาพุทธและพราหมณ์ซึ่งเรียกว่า Popular Buddhism” ปรีชา ช่างขวัญยืนและสมภาร พรหมทา (2556) อธิบายเรื่องมนุษย์ในบรรพกาลว่า “มนุษย์มีความเชื่อ เรื่องอำนาจเหนือธรรมชาติเป็นพื้นฐานเพราะมีความใกล้ชิดกับธรรมชาติโดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัฒนธรรมความเชื่อ ของภูมิภาคเอเชียอาคเนย์เพราะภูมิภาคเอเชียอาคเนย์เป็นพื้นฐานสังคมเกษตรกรรมมีความต้องการพึ่งพาธรรมชาติ และมีความต้องการให้เกิดความอุดมสมบูรณ์ ซึ่งการปรากฏเกิดขึ้นของวัฒนธรรมความเชื่อคนไทยในสมัยอดีต นำมาสู่ความเชื่อมโยงปัจจัยสำคัญในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ กล่าวคือมนุษย์กับความ ต้องการปัจจัยในการ ดำรงชีวิต ฌรณรงค์ เสงี่ยมประชา (2541) กล่าวถึงมนุษย์กับความ ต้องการด้านวัตถุ สิ่งของเครื่องใช้ต่างๆประกอบด้วย เสื้อผ้า อาหาร ยา ที่อยู่ คือคุณลักษณะของวัฒนธรรม ต้องการความเป็นอยู่ที่ดี เพราะส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของ มนุษย์นำมาสู่การเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมดังปรากฏพบในทุกยุคสมัย ความเชื่อ ศรัทธาจึงเป็นส่วนสำคัญนำมา ตีความหมาย ของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้คนให้เข้าได้กับความเป็นยุคสมัย

แนวคิดมายาคติ (Mythologies)

โรลิ่งตัน บาร์ตส์ (2551) อธิบายเรื่องกรณีศึกษาจากประเด็นนักมวยปล้ำว่าเป็นการรับรู้ผ่านสัญลักษณ์ มา ยาคติกล่าวคือรูปพรรณสัณฐานของการต่อสู้จากตัวละครนักมวยปล้ำ บาร์ตส์ยกตัวอย่างนักมวยปล้ำเค้าชื่อว่าโตแวง



ภาพลักษณ์ตัวร้ายสร้างความจดจำทางการแสดงออกคือบุคลิกคดโกง นิสัยโหดเหี้ยม ผู้เขียนศึกษาผ่านแนวคิดสัญลักษณ์ผ่านเรื่องนักมวยปล้ำ เพื่อทำความเข้าใจการสื่อความหมายไม่ใช่เป็นเพียงการสะท้อนภาพลักษณ์หรือบทบาทจากการแสดงของละครต่อสู้เท่านั้น แต่โดยโครงสร้างจากแนวคิดของบาร์ตส์ ทำให้พบว่ารูปแบบของลักษณะองค์ประกอบของคนโมโหร้ายที่เกรี้ยวกราดคืออยู่ที่เนื้อในสสารของรูปลักษณ์ คำว่าเนื้อในสสารนี้ถูกอธิบายให้เข้าใจมากขึ้น กล่าวคือองค์ประกอบทางความรู้สึกเช่น ขวนเสียดสะเอียน เมื่อพบเห็นถึงโตแฉ่งภาพจดจำทั้งหมดก่อปรเป็นความรู้สึกด้วยรูปโฉมที่ดูอัปลักษณ์ คล้ายเหมือนก้อนเนื้อขาวซีดราวกับซากศพ จึงทำให้โตแฉ่งถูกเรียกว่าไอ้ผีเน่า จากแนวคิดของบาร์ตส์ ทำให้ผู้หยิบยกประเด็นความเชื่อ พิธีกรรมชุมชนและความเชื่อไม่มีพิธีกรรมชุมชนขึ้นมาเขียนวิเคราะห์วัฒนธรรมทางความเชื่อ ความศรัทธาผ่านแนวคิดมายาคติ สะท้อนหลักคิดแบบมายาคติจากสัญลักษณ์และเนื้อในสสาร ถึงการปรากฏเกิดขึ้นทางความเชื่อ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับรูปแบบหรือภาพลักษณ์ของการเข้าถึง หมายถึงพิธีกรรมความเชื่อ เมื่อเกิดความเชื่อย่อมหมายถึงองค์ประกอบทางความเชื่อ ความศรัทธาของผู้คนจึงเป็นการแสดงออกทางความรู้สึกที่มีต่อรูปสัญลักษณ์และเนื้อในสสาร เช่นเมื่อเห็นพระพุทธรูปสีทอง คือการรับรู้ผ่านสัญลักษณ์ของรูปกายพระพุทธรูป ผัสสะต่อจากนั้นสร้างกลไกต่อการรับรู้เนื้อในสสารทางความเชื่อของสังคมไทยคือความเลื่อมใสและศรัทธาต่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ดังกล่ามาแล้วข้างต้น การรับรู้และการตีความเรื่องความเชื่อศรัทธา ซึ่งสามารถพบได้จากการแขวนคอด้วยพระเครื่อง บูชาพระพุทธรูปไว้ในนักรถยนต์ การเจิมรดเพื่อศิริมงคลแล้วทั้งหมดอยู่ภายใต้ภาพลักษณ์ของความศักดิ์สิทธิ์จากสิ่งที่ตัวเองเป็นผู้สร้างความเชื่อ และจากเนื้อในสสารของภาพลักษณ์ถูกตีความผ่านคุณสมบัติในแง่ความหมายของพุทธคุณ เช่น สร้างความรู้สึกโดยตรงมาที่จิตใจได้รับความคุ้มครอง แคล้วคลาดจากการเดินทาง หรือการคุ้มครองเรื่องภูตผีเป็นต้น ไชยรัตน์ เจริญสินโอฬาร (2555) ได้กล่าวถึงการรับรู้ด้วยสัญลักษณ์จากแนวคิดของโซว์ซู วัฏจักรการแสดงมนต์ศักดิ์สิทธิ์เรื่องสัญลักษณ์ (SIGn) คือการแสดงออกแบบหนึ่งสื่อถึงความคิดไม่แตกต่างไปจากการบอกเล่าจากข้อความในหนังสือ เช่นตัวหนังสือของคนหูหนวก พิธีกรรมเชิงสัญลักษณ์ ซึ่งก่อเกิดเป็นความหมายเทียบเคียงให้เห็นถึงความแตกต่างจากสิ่งอื่น เพื่อให้คนในสังคมยอมรับและสร้างความเข้าใจร่วมกัน จากการใช้สัญลักษณ์ เพื่อสื่อความหมายผ่านสัญลักษณ์ เช่น การไม่สวมรองเท้าในสังคมที่มีบุชการใส่รองเท้า แม้แต่ความว่างเปล่า (blankness) อัญประกาศ เครื่องหมายคำพูดการเรียงการจัดประโยค การแสดงออกด้วยภาษากาย การจับมือแล้วเขย่าเป็นการแสดงออกสื่อความ หมายถึงการทักทาย การยกมือไหว้เพื่อแสดงความเคารพ อาหารก็เป็นอีกหนึ่งของการลำดับสัญลักษณ์ ระบบอาหารแสดงสัญลักษณ์ได้จากการเรียงจัดลำดับประเภทของหวาน ผลไม้ น้ำชา กาแฟ ทั้งหมดจึงเป็นใจความสำคัญของคำว่าสัญลักษณ์ได้แสดงบทบาทและหน้าที่ เพื่อสื่อและสร้างความหมาย ทำให้การสื่อสารระหว่างผู้คนในสังคมได้ซึ่งไม่แตกต่างจากการใช้ภาษาเพื่อสื่อความหมายร่วมกัน

บทความทางวิชาการเรื่องมายาคติวัฒนธรรมทางความเชื่อ พิธีกรรม: การเปลี่ยนผ่านสู่ยุคดิจิทัล ผู้เขียนได้นำเสนอหลักการวิเคราะห์ถึงมุมมองทางความเชื่อ ความศรัทธา ศึกษาผ่านแนวคิดของมายาคติ จากวัฒนธรรมชุมชนและรูปแบบภาพลักษณ์พิธีกรรมที่ปรับเปลี่ยนไปตามยุคสมัยของช่วงเวลา

1. วัฒนธรรมชุมชนและรูปแบบพิธีกรรม

พิธีกรรมแห่งนามและความสำคัญ

กระทรวงวัฒนธรรมศรีสะเกษ (2560) อธิบายไว้ว่าประเพณีแห่งนามเป็นพิธีอันอ่อนน้อมขอฝน สำหรับท้องถิ่นแห่งแล้ง ฝนไม่ตกต้องตามฤดูกาล ของชาวอีสานโดยเฉพาะประชาชนบ้านสนาย บ้านสนายน้อย และบ้าน

สนายกลาง ตำบลพิมาย อำเภอปราสาท จังหวัดศรีสะเกษ เพราะเชื่อว่า เหตุที่ฝนไม่ตกมีเหตุผลหลายประการ เช่น เกิดจากดินฟ้าอากาศเปลี่ยนแปลง ประชาชนหย่อนในศีลธรรม เจ้าเมืองหรือเจ้าแผ่นดิน ไม่ทรงอยู่ในทศพิธราชธรรม พบว่าพิธีกรรมความเชื่อถูกถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นความสำคัญและสร้างคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่พบเห็นได้ในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน งามพิศ สัตว์สงวน (2558) อธิบายลักษณะวัฒนธรรมเป็นสิ่งมนุษย์ต้องเรียนรู้ไม่ใช่กรรมพันธุ์ มนุษย์มีพฤติกรรม 2 รูปแบบอย่างแรกพบน้อยกล่าวคือเป็นพฤติกรรมโดยสัญชาตญาณ จากการโง่ งามหรือการกระพริบตา แต่ส่วนใหญ่ของพฤติกรรมมนุษย์เกิดจากการเรียนรู้และการถ่ายทอดทางสังคม เรียกว่า วัฒนธรรมคือพฤติกรรมจากมนุษย์ได้เริ่มเรียนรู้สิ่งต่างๆในวัฒนธรรมของสังคมตน กระบวนการเรียนรู้ประเพณีทางวัฒนธรรมต่างๆของมนุษย์ถูกถ่ายทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปยังอีกรุ่นหนึ่งเรียกว่า การขัดเกลาทางสังคม (Socialization) หรือการรับเอาวัฒนธรรมมาไว้ในตัวเรา (Enculturation)

นิพนธ์ เทียนนิหาร (2537) ชุมชนมีวัฒนธรรมจากประวัติศาสตร์ แกนกลางของวัฒนธรรมชุมชนคือผู้คนในชุมชนล้วนแสดงออกมาซึ่งความสมัครสมานและสร้างความกลมกลืนร่วมกันในชุมชน หรือหมู่บ้าน (Harmony) การยังคงอยู่ซึ่งวัฒนธรรมชุมชนเพราะชุมชนได้ผลิตซ้ำ (Reproduction) ทางวัฒนธรรมเกิดจากการปฏิบัติซ้ำจนกลายเป็นความหมายของพิธีกรรมที่ยังคงอยู่กับชุมชน สัมฤทธิ์ ยศสมศักดิ์ (2549) กล่าวถึงธรรมชาติและความต้องการของมนุษย์ต่างต้องการอาหาร เครื่องนุ่งห่ม บ้านและที่อยู่อาศัยและยารักษาโรค การแสวงหาซึ่งความจำเป็นให้สำหรับชีวิตของตน บุคคลคนเดียวไม่อาจทำได้ แต่ถ้าหากเกิดการร่วมกลุ่มการแบ่งงานกันทำ ช่วยความร่วมมือ เช่นการออกไปล่าสัตว์ของคนในสังคมดึกดำบรรพ์ ภาพการใช้ชีวิตปัจจุบัน ผู้เขียนนำเสนอพิธีกรรมคงปรากฏในปัจจุบัน การมีส่วนร่วมของคนในชุมชน การรวมตัวกันของการประกอบพิธีกรรม กล่าวคือพิธีแห่นางแมวเป็นพิธีกรรมขอฝน



ชาวไทใหญ่ แห่นางแมวเพื่อขอฝน ณบ้านท่าไม้แดง จังหวัดเชียงราย (ภาพจาก <https://www.khaoonline.co.th/>)



ที่มาภาพ: https://www.m-culture.go.th/sisaket/ewt_news.php?nid=810&filename=index



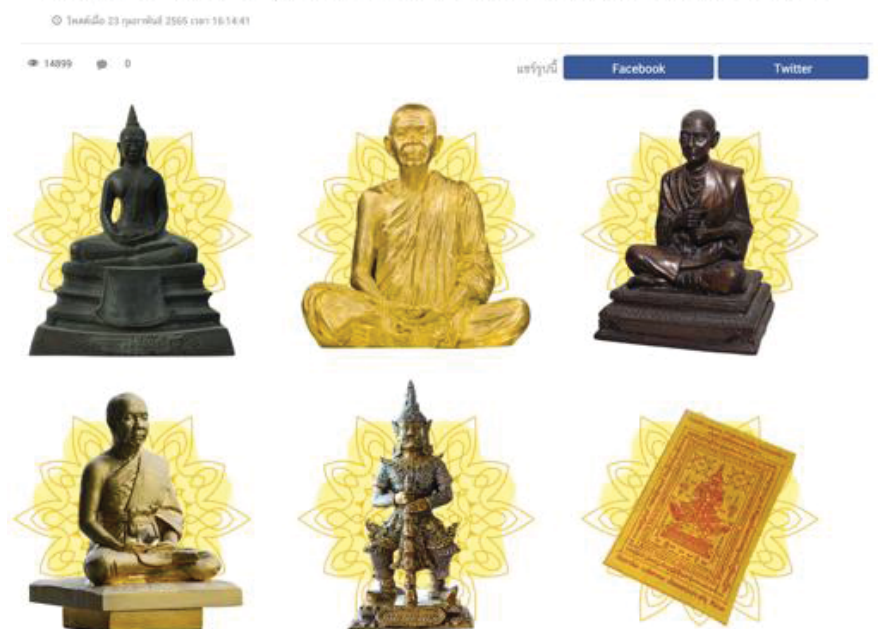
2. วัฒนธรรมทางความเชื่อไม่มีรูปแบบพิธีกรรมในยุคดิจิทัล

การปรากฏรูปแบบทางความเชื่อด้วยการใช้สื่อสัญญาณเชิงพาณิชย์ เพื่อแสดงถึงความเชื่อของคนกับการเข้าถึงความเชื่อของคน ในยุคสมัยปัจจุบัน วัชรกุล รัตนกิจ (2541) ศึกษาเรื่องการให้ความหมายของผู้บริโภคต่อการบริโภคเชิงสัญญาณของพระเครื่องโดยแบ่งผู้บริโภคออกเป็น 2 กลุ่มคือด้านที่ให้ความสำคัญกับสัญญาณเรื่องความศักดิ์สิทธิ์คุณค่าทางจิตใจคือพระสงฆ์ส่วนกลุ่มผู้บริโภคที่ให้ความสำคัญเป็นสินค้าคือ ผู้เช่าพระ นักสะสมพระเครื่อง โดยการใช้ผลประโยชน์จากการแลกเปลี่ยนพระเครื่องจากการศึกษาพบว่ากลุ่มผู้บริโภคพระเครื่องเรียงลำดับจากด้านผลประโยชน์เป็นอันดับสูงสุดคือ พระเครื่องต้องเป็นของแท้ ส่วนด้านเชิงสัญญาณด้วยการแบ่งระดับของรุ่นพระเครื่องรองลงมาคือด้านสินค้าการแลกเปลี่ยนในขณะที่พระเครื่องถูกปรับเปลี่ยนความศักดิ์สิทธิ์ให้อยู่ในรูปแบบสัญญาณพุทธพาณิชย์นั้นยังคงมีความแตกต่างจากสินค้าอุปโภคบริโภคอื่น ๆ ตรงที่พระเครื่องยังคงมีซึ่งความศักดิ์สิทธิ์กำกับอยู่ในความหมายของกลุ่มคนผู้บริโภคเชิงพาณิชย์ทุกกลุ่มคือพุทธบูชา

ผู้เขียนได้หิยบายการเข้าถึงความเชื่อโดยการอ้างอิงจากความเชื่อของผู้คนยังมีต่อวัตถุทางความเชื่อ เมื่อยุคสมัยดิจิทัล เข้าสู่การปรับเปลี่ยนวิถีทางความเชื่อของคนในสมัยยุคปัจจุบัน เพื่อเข้าถึงความเชื่อด้วยความรวดเร็วและง่ายเพียงคลิกด้วยปลายนิ้ว ผ่านทุกช่องทางทางการค้นหาคำสำคัญบนช่องทางสื่อสารออนไลน์ จากร้านค้า แหล่งรวมด้านอิเล็กทรอนิกส์ การเกิดขึ้นดังกล่าวสะท้อนถึงปรากฏการณ์ทางความเชื่อได้ปรับเข้าสู่สภาพลักษณะของยุคสมัย ทำให้กลายเป็นเครื่องหมายหรือสัญญาณทางความเชื่อในยุคดิจิทัล พบข้อสังเกตประการหนึ่งว่าความเชื่อไม่ได้จำกัดความหมายอยู่ที่พิธีกรรมหรือการเข้าร่วมพิธีกรรมในการเข้าถึงความเชื่อ ความศักดิ์สิทธิ์ ด้วยเหตุเพราะสัญญาณของการรับรู้จากชุดประสบการณ์ความเชื่อดั้งเดิมของส่วนบุคคล ภาพลักษณ์การบูชาพระออนไลน์สามารถรับรู้ผ่านรูปสัญญาณของความศักดิ์สิทธิ์เข้ามาทดแทนความหมายของพิธีกรรมหรือการเข้าร่วมพิธีกรรม

2.1 การบูชาเช่าพระออนไลน์

พระหนัารักที่คนนิยมบูชา เพื่อความเป็นสิริมงคล แคล้วคลาดปลอดภัย



ธมนวรรณ แจ่มจำรัส และคณะ (2564) อธิบายเกี่ยวกับเรื่องธุรกิจพระเครื่องออนไลน์ กล่าวคือยุคสมัยเทคโนโลยีตอบโจทย์ด้านความรวดเร็วของการสื่อสารที่ทันสมัยได้ถูกนำเข้าไปใช้กับความเชื่อ ความศรัทธา ทำให้เกิดเป็นธุรกิจพระเครื่องออนไลน์ที่สามารถสร้างรายได้กระตุ้นเศรษฐกิจไทย เพราะการเข้าบูชาพระเครื่องออนไลน์เป็นอีกช่องทางในการเข้าถึงความเชื่อ ความศรัทธา โดยรูปแบบการซื้อขายแบบทั่วไป เปิดใบสั่งซื้อและสั่งจองและพร้อมจัดส่ง ปัจจุบันมีช่องทางจัดส่งมากมายเข้ามารองรับธุรกิจเข้าพระออนไลน์นี้ความเชื่อของยุคสมัยใหม่การเข้าพระเครื่องออนไลน์กับประเด็นทางศาสนาและประเพณี อ้างอิงไว้ว่าพระเครื่องมีต้นกำเนิดมาจากแรงศรัทธาของคนมีการประกอบพิธีกรรมเพื่อให้มีความขลังศักดิ์สิทธิ์ตามความเชื่อของแต่ละบุคคล เพราะฉะนั้น ความเชื่อของแต่ละบุคคลที่มีต่อธุรกิจพระเครื่องออนไลน์สามารถสะท้อนให้เห็นว่าค่านิยมในพระเครื่องไม่มีเสื่อมถอย

ผู้เขียนให้ความสำคัญกับความเชื่อมาายาคติรูปแบบออนไลน์ในลักษณะสะท้อนความเชื่อของยุคสมัยในสังคมยุคดิจิทัลในปัจจุบัน จากกรณีศึกษาการเข้าพระออนไลน์จึงเป็นอีกหนึ่งช่องทางของรับรู้ความเชื่อ ศรัทธาที่ผู้เขียนหยิบยก รูปแบบของการเข้าถึงความเชื่อ ที่แตกต่างกันออกไป สิ่งที่ยังคงสร้างการรับรู้ได้บ่งชี้ถึงความเชื่อในลักษณะเฉพาะเจาะจง ในแต่ละบุคคล สามารถเชื่อมโยงถึง การรับรู้ความเชื่อ ศรัทธาทำให้พบว่ามีความเชื่อมโยงกับแนวคิดมาายาคติ โดยประการหนึ่งคือความเชื่อได้ถูกส่งสมอยู่ในความรู้สึกหรือคำศัพท์ที่ถูกเลือกใช้ในแนวคิดมาายาคติคือเนื้อในสสาร การเข้าถึงโดยบริสุทธิ์ใจไม่สามารถเปลี่ยนหรือหักเหกระบวนการความคิด ความเชื่อ ศรัทธา ได้เน้นย้ำจากรูปแบบการเข้าพระออนไลน์ถูกอธิบายคำว่าเนื้อในของแนวคิดมาายาคติได้ครบถ้วน

2.2 พิธีกรรมเวียนเทียนออนไลน์



ที่มาภาพ: https://www.m-culture.go.th/buriram/ewt_news.php?nid=1910&filename=index



การเวียนเทียนออนไลน์



ความหลากหลาย ในทุกช่องทางของการประกอบพิธีกรรมออนไลน์เอื้อประโยชน์ในแง่ความสะดวกสบายในยุคสมัยปัจจุบัน รูปแบบทางความเชื่อปรับเปลี่ยนให้เข้ากับสถานการณ์ปัจจุบัน การเกิดขึ้นของโรคระบาดรุนแรง ประชาชนทั่วโลกต้องเผชิญกับโรคระบาดโควิด -19 ผู้คนล้วนต่างต้องปรับเปลี่ยนวิถีการใช้ชีวิตและนั่นย่อมหมายถึงทางด้านพิธีกรรมความเชื่อด้วยเช่นกัน ช่องทางของการยังคงดำรง เพื่อยึดถือตามขนบธรรมเนียมประเพณี พิธีกรรมและความเชื่อ ผู้เขียนพบว่ารูปแบบการแสดงออกทางความเชื่อเป็นหนึ่งในปัจจัยสะท้อนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้คน และการเข้าถึงกล่าวคือความเชื่อได้ทำหน้าที่แสดงสัญลักษณ์ความเชื่อของยุคสมัย อาจกล่าวได้ว่าสัญลักษณ์ทางความเชื่อของยุคสมัยสะท้อนความเชื่อจากพฤติกรรมปรับเปลี่ยนของผู้คนในแต่ละยุคสมัยได้

อภิชาต พุกสวัสดิ์ (2560) กล่าวถึงสื่อสังคมออนไลน์ (Online Social Media) เช่น อินเทอร์เน็ต (Internet) เว็บไซต์ (Website) และมัลติมีเดีย (Multi Media) สื่อสังคมออนไลน์จึงเป็นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับข้อมูลข่าวสารได้เป็นอย่างดีของยุคสมัยดิจิทัล ชุตินันต์ เกิดวิบูลย์เวช (2560) ความสำคัญการผลิตและสร้างสรรค์สื่อดิจิทัลเพื่อเข้ามามีบทบาทตอบสนองความต้องการของผู้คนในยุคปัจจุบัน กาญจนา แก้วเทพ (2557) การบันทึกการกระทำ (Acted Document) ที่อยู่ระหว่างสัญลักษณ์ต่างๆถูกนำมาประกอบสร้างขึ้น (Constructed) ทุกสิ่งที่ปรากฏเป็นข้อมูล (Document) เช่น ภาพวาด ละครโทรทัศน์ ชิ้นงานโฆษณา ล้วนแล้วทั้งหมดแสดงความหมายทางวัฒนธรรมผ่านสื่อดิจิทัลมักถูกซ่อนและต่างแสดงความหมายในลักษณะสัญลักษณ์วิทยา (Symbol) ช่องทางความเชื่อ พิธีกรรมออนไลน์ โดยใช้สื่อดิจิทัลเพื่อประกอบพิธีกรรมอยู่ที่บ้าน โดยไม่เน้นการเข้าร่วมกิจกรรมชุมชนเหมือนเช่นสมัยก่อนในอดีต เนื่องการเผชิญกับโรคระบาดของยุคสมัยปัจจุบัน สำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัดพัทลุง (2565) อธิบายกิจกรรม “เวียนเทียนออนไลน์” ในวันอาสาฬหบูชา พร้อมเชิญชวนร่วมกิจกรรมวันเข้าพรรษา ด้วยการหล่อเทียนคุณธรรม ร่วมตักบาตรดอกไม้ และปฏิบัติธรรมออนไลน์ ในช่วงสัปดาห์พุทธศาสนา เนื่องในวันอาสาฬหบูชา และวันเข้าพรรษา ตั้งแต่วันที่ 11-16 กรกฎาคม 2565

เนื่องในสัปดาห์พุทธศาสนา วันอาสาฬหบูชา และวันเข้าพรรษา ขอเชิญชวนพุทธศาสนิกชนร่วมกิจกรรมในโครงการสัปดาห์พุทธศาสนาเนื่องในวันอาสาฬหบูชา ได้ทาง www.เวียนเทียนออนไลน์.com , www.เข้าพรรษาออนไลน์.com และ www.ปฏิบัติธรรมออนไลน์.com เพื่อเป็นการสืบสานประเพณีสำคัญทางพระพุทธศาสนาให้คงอยู่ และเพื่ออำนวยความสะดวกให้แก่ผู้ที่ไม่สามารถเดินทางไปทำกิจกรรมที่วัด ให้ร่วมทำบุญในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาได้

ผู้เขียนได้หยิบยกจากกรณีศึกษาเกี่ยวกับความเชื่อ พิธีกรรมนำมาเชื่อมโยงกับแนวคิดมายาคติจากประเด็นสัญลักษณ์วิทยาและเนื้อในสารกล่าวคือความหมายทางวัฒนธรรมชุมชน ตั้งแต่ในยุคสมัยอดีตได้สร้างเสริมความสามัคคีจากพิธีกรรม ความเชื่อจากกิจกรรมชุมชน สัญลักษณ์ของเนื้อในสารเกิดขึ้นจากการรวมกลุ่ม เพื่อสืบสานถ่ายทอดสู่ความเชื่อจากรุ่นสู่รุ่น และจากสถานการณ์โรคระบาดโควิด 19 จึงทำให้พบการสะท้อนภาพจากแนวคิดมายาคติของสัญลักษณ์และเนื้อในสารที่เกิดขึ้นปรากฏได้ผันแปรมาสู่การสร้างรูปแบบทางวัฒนธรรมความเชื่อผ่านพิธีกรรม ออนไลน์ ปราศจากการเข้าร่วมกิจกรรมชุมชน ลดการใกล้ชิด สัมผัสของความเชื่อในยุคสมัยดิจิทัล ทำให้ผู้เขียนพบว่า ความเชื่อไม่ว่าจะมีรูปแบบพิธีกรรมหรือไม่มีรูปแบบพิธีกรรมจากกิจกรรมชุมชน บทบาทสำคัญทางความเชื่อได้ถูกแสดงออกด้วยกระบวนการถ่ายทอดแนวคิดมายาคติสู่ผู้คน โดยมีองค์ประกอบคือการรับรู้โดย

รูปสัญลักษณ์และเนื้อในสสาร จึงทำให้ก่อเกิดภาพทางความเชื่อ พิธีกรรมที่เป็นลักษณะเฉพาะของยุคสมัยได้จากกรณีศึกษาตัวอย่างทางความเชื่อดังกล่าวมาข้างต้น

องค์ความรู้ใหม่

ผลงานบทความวิชาการได้สร้างองค์ความรู้ผ่านการศึกษานวคิดมายาคติจากวัฒนธรรมทางความเชื่อ พิธีกรรมเป็นการแสดงออกในลักษณะเฉพาะเจาะจงท้องถิ่นของยุคสมัย โดยมีองค์ประกอบสำคัญขององค์ความรู้ใหม่อันมีรากฐานมาจากชุดความเชื่อดั้งเดิมได้ส่งผ่านการรับรู้ทางความเชื่อ ผ่านพิธีกรรมของวัฒนธรรมชุมชนจากรุ่นสู่รุ่นและได้สะท้อนการปรากฏเกิดขึ้นของความเชื่อจากสัญลักษณ์ทางพิธีกรรมและเนื้อในสสาร ผู้เขียนพบ 2 ประการหลักสำคัญสร้างมิติองค์ความรู้ใหม่ทางความเชื่อ ความศรัทธา ที่มีผลทางการรับรู้มาที่ผู้คน โดยรูปสัญลักษณ์และเนื้อในสสารของสิ่งที่ทำให้เกิดทางความเชื่อ ความศรัทธา จากวัฒนธรรมชุมชนเป็นพิธีกรรมการส่งต่อของชุมชนสังคมไทยดั้งเดิมและวัฒนธรรมทางเชื่อโดยไม่ส่งผ่านรูปแบบพิธีกรรมยุคดิจิทัลของสังคมไทย จากทั้ง 2 ประการสำคัญทำให้พบมิติทางวัฒนธรรมทางความเชื่อแบบร่วมสมัยของสังคมไทย

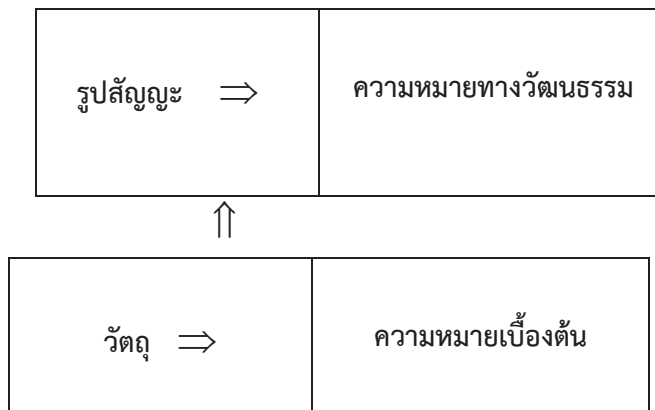
การรับรู้ผ่านสัญลักษณ์	การรับรู้ผ่านสัญลักษณ์เนื้อในสสาร	รูปสัญลักษณ์
วัฒนธรรมชุมชน แสดงสัญลักษณ์ทางความเชื่อผ่านพิธีกรรม	การรับรู้ความเชื่อ ความศรัทธา จากวัฒนธรรมชุมชนก่อเกิดเป็นพิธีกรรมจากประสบการณ์และรับรู้ร่วมกันจากรุ่นสู่รุ่น	
ความเชื่อ ศรัทธาเกิดขึ้นโดยไม่ผ่านรูปแบบพิธีกรรมรับรู้ผ่านสัญลักษณ์ให้เป็นความหมายทางวัฒนธรรม	อิทธิฤทธิ์ พุทธคุณแสดงความแคล้วคลาดปลอดภัย	
ความเชื่อ ศรัทธาเกิดขึ้นโดยไม่ผ่านรูปแบบพิธีกรรมรับรู้ผ่านสัญลักษณ์ให้เป็นความหมายทางวัฒนธรรม	การรับรู้ความเชื่อ ความศรัทธา จากประสบการณ์และรับรู้ร่วมกัน ตกทอดจากรุ่นสู่รุ่น ความเชื่อเข้าไปอยู่ในเนื้อในสสารทางความรู้สึกจากการรับรู้ชุดความรู้และประสบการณ์ร่วมทั้งจากดั้งเดิมและประสบการณ์แบบวิถีใหม่	

ภาพประกอบ ตารางวิเคราะห์องค์ความรู้ใหม่ผ่านแนวคิดมายาคติ



ผังแสดงการทำงานของแนวคิดมายาคติ

ระดับของมายาคติ



ที่มา: ภาพแนวคิดมายาคติ, โรลิ่งด์ บาร์ตส์, 2551

สรุป

บทความวิชาการมุ่งเน้นให้ผู้อ่านรับรู้กระบวนการทางวัฒนธรรมความเชื่อ พิธีกรรมโดยวิเคราะห์เชิงเทียบเคียงจากความเชื่อของยุคสมัยที่แตกต่างกัน ผ่านแนวคิดมายาคติกล่าวคือสัญลักษณ์ทางความเชื่อเป็นการรับรู้เริ่มจากเนื้อในสารทางความเชื่อของผู้ที่มีความเชื่อ โดยเริ่มจากชุดประสบการณ์ที่มีต่อความเชื่อดั้งเดิมของบุคคลหนึ่งหรือเรียกว่าความเชื่อนั้นเข้าไปอยู่กับผู้ที่มีความเชื่อในเทียบเคียงวัฒนธรรมทางความเชื่อคือภาพลักษณ์รูปแบบของคนในสังคมไทย ล้วนแล้วต่างได้สร้างสรรค์สัญลักษณ์ความเชื่อทางวัฒนธรรมท้องถิ่น ย่อมประจักษ์ผันแปรตามความเชื่อของคนในยุคสมัยและท้องถิ่นลักษณะของกาลเวลาในยุคสมัยร่วมกัน ลักษณะเนื้อในสาร ซึ่งสามารถก่อเกิดขึ้นภายในชุมชนสังคมของตน นับได้ว่าความเชื่อเป็นประสบการณ์ร่วมใหม่ตลอดช่วงเวลา สามารถปรับภาพลักษณ์ตามยุคสมัยและหรือหากความเชื่อของบุคคลหนึ่งได้ถูกบอกเล่าผ่านตำนานนำไปสู่อีกบุคคลหนึ่ง กลายเป็นวัฒนธรรมชุมชนทำให้พบใจความสำคัญที่มีต่อภาพลักษณ์ของพิธีกรรมหรือการไม่แสดงออกซึ่งความเชื่อโดยไม่มีรูปแบบทางพิธีกรรมจาก 2 สิ่งที่เกิดขึ้นภายใต้แนวคิดมายาคติ ผู้เขียนค้นพบการแสดงออกซึ่งสัญลักษณ์ทางความเชื่อจากกระบวนการรับรู้สัญลักษณ์โดยให้ความหมายมิติใหม่ทางวัฒนธรรมยุคสมัยดิจิทัล

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงวัฒนธรรมศรีสะเกษ. (2560). *แห่นางแมว*. สืบค้นเมื่อ 24 สิงหาคม 2565, จาก https://www.m-culture.go.th/sisaket/ewt_news.php?nid=810&filename=index
- กาญจนา แก้วเทพ. (2557). *ศาสตร์แห่งสื่อและวัฒนธรรมศึกษา*. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์.
- งามพิศ สัตว์สงวน. (2558). *หลักมานุษยวิทยาวัฒนธรรม*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- ฉัตรทิพย์ นาถสุภา. (2537). *วัฒนธรรมไทยกับขบวนการเปลี่ยนแปลงสังคม*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชุตินันต์ เกิดวิบูลย์เวช. (2560). *สื่อดิจิทัลใหม่ สื่อแห่งอนาคต*. กรุงเทพฯ: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ไชยรัตน์ เจริญสินโอฬาร. (2545). *สัจวิทยา โครงสร้างนิยมหลังการสร้างนิยมกับการศึกษารัฐศาสตร์*. กรุงเทพฯ: วิชาษา.

- ณรงค์ เสียงประชา. (2541). *มนุษย์กับสังคม*. กรุงเทพฯ: โอ.เอส.เอน์ส.
- ธมนวรรณ แจ่มจำรัส และคณะ. (2564). ธุรกิจพระเครื่องออนไลน์กับวิถีความเชื่อในยุค 4.0. *วารสารบัณฑิตแสงโคมคำ*, 6(1), 69-83.
- ชญญาภรณ์ พลายงาม, ชนัย วรรณลี และอัศวินธ์ เรืองรอง. (2560). พิธีกรรมและการแสดงในการขอฝนของวัฒนธรรมอีสาน. *วารสารสนเทศ*, 16(2), 99-114.
- บาร์ตส์ โรลิ่งด์. (2551). *มายาคติ [Mythologies]*. (วรรณพิมล อังคศิริสรพ, แปล). กรุงเทพฯ: โต๊ะไฟ.
- ปรีชา ช้างขวัญยืน และสมภาร พรหมทา. (2556). *มนุษย์กับศาสนา*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัชรกุล รัตนกิจ. (2537). *มุมมองสังคมไทยแบบบูรณาการ*. กรุงเทพฯ: เอ็ม.ที.เพรส.
- สัมฤทธิ์ ยศสมศักดิ์. (2537). *มุมมองสังคมไทยแบบบูรณาการ*. กรุงเทพฯ: เอ็ม.ที.เพรส.
- เสฐียรโกเศศ. (2515). *เมืองสวรรค์และผีสาวเทวดา*. พระนคร: บรรณาการ.
- สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดศรีสะเกษ. (2560). *แห่นางแมว*. สืบค้นเมื่อ 4 กันยายน 2565, จาก https://www.m-culture.go.th/sisaket/ewt_news.php?nid=810&filename=index
- สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดบุรีรัมย์. (2564). *ขอเชิญร่วมกิจกรรมเวียนเทียนออนไลน์*. สืบค้นเมื่อ 30 สิงหาคม 2565, จาก https://www.m-culture.go.th/buriram/ewt_news.php?nid=1910&filename=index
- สุกัญญา สุฉายา. (2558). พิธีกรรมขอฝนของชนชาติไท. *วารสารมนุษยศาสตร์*, 22(2), 27-61.
- สำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัดพัทลุง. (2565). *เวียนเทียนออนไลน์*. สืบค้นเมื่อ 2 กันยายน 2565, จาก <https://plg.onab.go.th/th/content/category/detail/id/9/iid/7273>
- อภิชาจ พุกสวัสดิ์. (2560). *นวัตกรรมการประชาสัมพันธ์เชิงกลยุทธ์ผ่านการสื่อสารเครือข่ายสังคมออนไลน์*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Shopee Shopping online. (2564). *ตลาดพระเครื่องออนไลน์ เจ้าพระเครื่องรุ่นยอดนิยม เสริมสิริมงคล*. สืบค้นเมื่อ 15 กันยายน 2565, จาก <https://shopee.co.th/m/shop-best-buddhist-amulet>

“ถ้าผู้ชายร้องไห้ไม่เป็น”เหยื่อผู้ชายกับความรุนแรงและการล่วงละเมิดในครอบครัว "Man don't cry": Male victims of domestic violence and abuse in family

วิจิตร แผ่นทอง¹, ภาณีย์ เทพส่องแสง² และ ธัญญา พลัฒาทอง³
Wichitr Phantong¹, Paranee Thapongsang² and Tunya Pluplatong³

^{1,2,3}วิทยาลัยนอร์ทเทิร์น

^{1,2,3} Northern College, Thailand

Email: ¹phantong.wp@gmail.com; ²paranee06@gmail.com; ³Tunya-2508@hotmail.com

Retrieved November 4, 2022; Revised December 21, 2022; Accepted December 28, 2022

บทคัดย่อ

ปัญหาการใช้ความรุนแรงในครอบครัวที่สังคมมองผ่านหรือมองข้ามไป นั่นคือความรุนแรงในครอบครัวที่ผู้ชายเป็นผู้ถูกระทำ แต่ไม่มีใครพูดถึงต้องถูกปิดไว้ ด้วยคำที่ว่าผู้ชายเป็นเพศที่อ่อนแอและร้องไห้ให้ใครเห็นไม่ได้ “ถ้าผู้ชายร้องไห้ไม่เป็น” ผู้เขียนนำเสนอเกี่ยวกับแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่กล่าวถึงความรุนแรงในครอบครัวที่เกิดขึ้นกับผู้ชาย สาเหตุของปัญหาการใช้ความรุนแรง ระดับความรุนแรง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรุนแรง ลักษณะของพฤติกรรมความรุนแรงที่เกิดขึ้น กรณีตัวอย่างและผลกระทบที่เกิดจากการใช้ความรุนแรงและแนวทางป้องกันและแก้ไขปัญหาการใช้ความรุนแรงในแง่มุมมองที่สังคมไทยมองข้ามไปและให้ความสำคัญไม่มากพอ แม้ผู้ชายจะสร้างการบาดเจ็บที่มากกว่าในความรุนแรงในของครอบครัว แต่สังคมไม่ควรมองข้ามความรุนแรงที่ผู้ชายได้รับจากการกระทำโดยผู้หญิง ความรุนแรงที่เกิดจากผู้หญิงเป็นผู้กระทำอาจดูเหมือนเล็กน้อยแต่ทว่าอาจส่งผลร้ายแรงกับผู้ชายได้เช่นกัน

คำสำคัญ: ความรุนแรงในครอบครัว; การล่วงละเมิดในครอบครัว; เหยื่อผู้ชาย

Abstract

The problem of domestic violence that society has overlooked is domestic violence against men, but none spoke about it. It was covered up with the words that "men must not express weakness and cry to anyone". In this study, the author will present the concept, theories, and research on domestic violence against men, causes of the problem with domestic violence, factors influencing domestic violence, characteristics of domestic violent behavior, case studies of violence, effects of domestic violence, guidelines preventing and solving problems in aspects that Thai society has overlooked and not given enough importance even if it's only a small part. Men inflict more injuries in domestic violence, but society should not underestimate the injuries men inflict on women. Violence committed by women may seem minor, but it can also have serious consequences for men.

Keywords: Domestic violence family; Family abuse; Male victims



บทนำ

ปัญหาความรุนแรงในครอบครัวที่เกิดขึ้นกับผู้ชายเป็นเรื่องที่ถูกซ่อนเร้นและยากที่คนทั่วไปจะรับรู้และเข้าใจว่าเป็นความจริง เป็นความจริงหรือเปล่าที่ผู้ชายตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงในครอบครัว และการล่วงละเมิดในรูปแบบต่าง ๆ เพราะความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับผู้ชายได้ถูกมองข้ามไป เนื่องจากสังคมได้กำหนดไว้แล้วว่าความรุนแรงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นเกิดจากผู้ชายเป็นฝ่ายกระทำอยู่ฝ่ายเดียว เนื่องจากโครงสร้างทางสังคมและมุมมองทางเพศ (Felson, 2002) มีงานวิจัยที่ตรงกันข้ามกับมุมมองของความรุนแรงที่เป็นหลักฐานการมีอยู่จริงของเหยื่อความรุนแรงที่เป็นผู้ชายที่มีมาอย่างยาวนาน (Cook, 2009) ในปี 1975 ในประเทศสหรัฐอเมริกา ได้มีการสำรวจความรุนแรงในครอบครัวและรวบรวมข้อมูลเพื่อหาสาเหตุของความรุนแรงในครอบครัว และการรับมือกับความรุนแรงที่เกิดขึ้น พบว่าความรุนแรงในครอบครัวส่งผลกระทบต่อสุขภาพทางร่างกายและจิตใจ และพบว่าจากการสำรวจอัตราการกระทำความผิดด้านความรุนแรงในครอบครัวใกล้เคียงกันมากในผู้ชายและผู้หญิง โดยพบว่าความรุนแรงในครอบครัวที่เกิดจากผู้ชาย 12% และผู้หญิง 11.6% (Straus, 1995) เป็นที่น่าสังเกตว่าความรุนแรงที่เกิดขึ้นในครอบครัวมีความสมมาตรทางเพศ และยังคงต่อเนื่องมาเรื่อย ๆ แสดงให้เห็นว่าผู้ชายก็สามารถตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงในครอบครัวอย่างแท้จริง และผู้หญิงเป็นผู้กระทำความรุนแรงนั้น มีการตีพิมพ์งานวิจัย 82 เรื่อง ผู้เข้าร่วมวิจัยทั้งหมด 64,000 คน ที่แสดงให้เห็นว่าผู้หญิงเป็นผู้กระทำความรุนแรงทางร่างกายในอัตราที่เท่ากันหรือในความเป็นจริงที่สูงกว่าผู้ชายอย่างมีนัยสำคัญ (Archer, 2000) มีงานวิจัยเกี่ยวกับเหยื่อความรุนแรงที่เป็นผู้ชายเพิ่มขึ้นเนื่องจากที่ผ่านมาถูกมองว่าเป็นความรุนแรงที่เกิดขึ้นจากผู้ชายกระทำแต่เพียงผู้เดียวต่อผู้หญิง และได้รับการยอมรับมากขึ้น มีงานวิจัยที่สนับสนุนให้เห็นว่าผู้หญิงกระทำความรุนแรงต่อผู้ชายโดยศึกษาจากผู้เข้าร่วมวิจัยจำนวน 2.3 ล้านคน ที่มีประสบการณ์พบเจอความรุนแรงกับตนเอง (ผู้หญิง 1.6 ล้านคน และผู้ชาย 757,000 คน มีอายุระหว่าง 16-74 ปี) พบว่าความรุนแรงที่เกิดขึ้นมากมายที่ผู้ชายเป็นผู้ถูกกระทำ (Office for National Statistics, 2020) รูปแบบของความรุนแรงที่เกิดขึ้นได้แก่ ความรุนแรงทางร่างกาย การล่วงละเมิดทางจิตใจ การบีบบังคับและควบคุมทางเพศ ความรุนแรงทางการเงิน การใช้กฎหมายควบคุม ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูก (Hine et al., 2022) นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยที่ใช้ Gay, Bisexual และ Transgender: (GBT) เป็นกลุ่มตัวอย่าง พบว่ารูปแบบการใช้ความรุนแรงเพิ่มเติมได้แก่ การใช้คำพูด คำหยาบคายโดยเจตนา การข่มขู่ การหนีออกนอกบ้าน (Barnes & Donovan, 2018)

การศึกษามาจากการที่ผู้ชายถูกกระทำความรุนแรงจากผู้หญิง พบว่าส่งผลเสียในระยะยาวกับผู้ชายต่อสภาพร่างกาย และจิตใจ นำมาซึ่งความชุกของการใช้แอลกอฮอล์ ความเครียดหลังถูกกระทำความรุนแรง การใช้สารเสพติดในทางที่ผิดโดยเฉพาะเหยื่อเพศชายที่เป็นพ่อพบว่าความสัมพันธ์กับเด็กได้รับผลกระทบ เช่น ครอบครัวแตกแยก การสิ้นสุดความสัมพันธ์ของพ่อแม่ การล่วงละเมิดทางกฎหมายโดยเฉพาะการใช้ศาลเยาวชนและครอบครัว มีผลกระทบอย่างมากต่อสุขภาพจิตของเหยื่อความรุนแรงที่เป็นเพศชาย (Berger et al., 2016) อย่างไรก็ตามมีรายงานว่าผู้ชายที่ตกเป็นเหยื่อความรุนแรงที่อาศัยอยู่กับผู้ล่วงละเมิดน้อยลงอย่างมากเนื่องจากการขอความช่วยเหลือไม่ได้รับความเชื่อถือเป็นความจริง แต่กลับถูกสันนิษฐานว่าเป็นผู้กระทำความรุนแรงเสียเอง ผลการศึกษานี้ชี้ให้เห็นอุปสรรคในการขอความช่วยเหลือเนื่องจากมีส่วนหนึ่งที่ต้องอาศัยอยู่กับผู้กระทำความรุนแรง (Dutton & White, 2013) ส่วนความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับผู้ชายหลังหย่าร้างที่ประสบมีมากมายหลายรูปแบบ ได้แก่ ความรุนแรงทางวาจา การกล่าวหาใส่ร้าย การบังคับขู่เข็ญ การระงับการติดต่อกับเด็ก และจัดการความสัมพันธ์กับ



เด็ก (Humphreys & Thiara, 2003) ความรุนแรงด้านเสรีภาพ การสะกดรอยตาม การศึกษานี้บ่งชี้ว่าผู้ชายยังคงต้องทุกข์ทรมานหลังจากสิ้นสุดความสัมพันธ์ด้วยน้ำมือของอดีตคูครอง (Logan, 2019) จากการศึกษาที่กล่าวมาข้างต้นมีความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการหาช่องทางให้บริการและช่วยเหลือสำหรับผู้ชายที่ถูกกระทำ ความรุนแรงเพื่อสะท้อนให้สังคมได้เห็นว่าคุณผู้ชายเองก็ตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงเช่นกัน การสร้างบริการที่ไม่แบ่งแยกเพศและหยุดการพิจารณาจากประสบการณ์ที่เห็นว่าเป็นเรื่องธรรมดาสำหรับผู้ชายที่เป็นเหยื่อของความรุนแรง (Hine et al., 2022) และมีแนวทางปฏิบัติสำหรับผู้ชายที่ตกเป็นเหยื่อความรุนแรง (Huntley et al., 2019) นอกจากนี้ ข้อมูลจาก National Center for Injury Prevention and Control พบว่า 26% ของเกย์ และ 37% ของไบเซ็กชวล เคยถูกข่มขืน ถูกทารุณ และถูกติดตามโดยคนรักของตัวเอง ทำให้เวลาที่ผู้ชายเป็นผู้ถูกกระทำ แล้วสังคมไม่ค่อยสนใจมากนัก ทำให้การถูกคุกคามทางเพศของผู้ชายจึงกลายเป็นเรื่องขบขัน หรือเหมือนไม่มีอยู่จริง ในความเป็นจริงมีผู้ชายที่ถูกคุกคามทางเพศจำนวนมาก ทั้งจากผู้ชายกันเองและผู้หญิงด้วย บางคนถูกเจ้านายผู้หญิงคุกคามทางเพศ ผู้ชายจำนวนมากถูกล่วงละเมิดทางเพศในวัด ในโบสถ์ ในค่ายทหาร โดยที่ไม่ได้สำรวจตัวเองด้วยซ้ำว่าการมองการที่ผู้ชายถูกคุกคามทางเพศเป็นเรื่องเล็ก และก็เป็นส่วนหนึ่งของชุดความคิดสังคมชายเป็นใหญ่ ที่กำหนดบทบาทว่าผู้ชายจะต้องเข้มแข็งปกป้องตัวเองได้ การที่ผู้ชายถูกผู้ชายด้วยกันคุกคามทางเพศจึงเปรียบเสมือนเขาได้สูญเสีย "ความเป็นชาย" ไปแล้ว หรือถ้าเขาถูกผู้หญิงคุกคาม สังคมก็กดดันให้เขาต้องรู้สึกดีที่มีผู้หญิงอยากได้เขา และหากเขายืนยันว่าไม่ชอบให้ผู้หญิงมาคุกคามทางเพศ บางคนก็จะกล่าวหาว่าเขาเป็นเกย์หรือเปล่า ทั้งที่ผู้หญิงที่ไม่ชอบให้ผู้ชายมาจูบโดยไม่ยินยอมก็ไม่ได้เป็นเลสเบี้ยน ดังนั้นหลายครั้งผู้ชายรู้สึกอายที่จะยอมรับว่าตัวเองถูกคุกคามทางเพศ ซึ่งจะแปลว่าเขาอ่อนแอ เรากำลังเผชิญกับวัฏจักรของปัญหาที่ร้ายแรง ที่ซึ่งมีความช่วยเหลือมีเพียงน้อยนิดและวัฒนธรรมของการปกปิดไม่พูดถึงเรื่องที่เกิดขึ้น และมันยังชัดเจนว่าเรากำลังเผชิญกับวัฏจักรของปัญหาที่ร้ายแรงที่ซึ่งความช่วยเหลือมีเพียงน้อยนิด มีข้อจำกัดในการเข้าถึงของผู้ตกเป็นเหยื่อ การบริการที่ไม่ทั่วถึงและวัฒนธรรมของผู้คนที่ไม่พูดถึงเรื่องที่เกิดขึ้น ทั้งหมดนี้ยังตอกย้ำให้เรื่องที่เกิดขึ้นดูเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้ยาก (Barnes & Donovan, 2018)

ปัญหาความรุนแรงในครอบครัวเป็นปัญหาเรื้อรังของสังคมไทยมาช้านานก่อให้เกิดความเจ็บปวด ความทุกข์ทรมานทั้งทางร่างกายและจิตใจแก่ผู้ถูกกระทำ ความรุนแรง พฤติกรรมความรุนแรงในครอบครัวมีแนวคิดและทฤษฎีที่กล่าวถึงหลายทฤษฎีด้วยกันไม่ว่าจะเป็นทฤษฎีจิตวิเคราะห์ การเรียนรู้ทางสังคม วัฒนธรรมย่อยของความรุนแรง ปฏิพันธ์เชิงสัญลักษณ์ของครอบครัว พัฒนาการครอบครัว ครอบครัวสตรีนิยม แนวคิดทฤษฎีเหล่านี้ได้อธิบายสาเหตุของความรุนแรงในครอบครัวทั้งในระดับบุคคลที่มองว่าความรุนแรงในครอบครัวเกิดจากการที่บุคคลใช้สัญชาตญาณแห่งความก้าวร้าวรุนแรงโดยไม่สามารถใช้เหตุผล และมีอารมณ์ควบคุมได้ รวมไปถึงการเลียนแบบพฤติกรรมรุนแรงในระดับครอบครัว อธิบายสาเหตุของความรุนแรงว่าเกิดจากการสืบทอดพฤติกรรมและวัฒนธรรมความรุนแรงจากพ่อแม่ ความสัมพันธ์ในครอบครัวที่บิดเบี้ยว และการจัดสรรทรัพยากรในเชิงการสร้างอำนาจในครอบครัวในระดับของชุมชน อธิบายสาเหตุของความรุนแรงว่าเกิดจากสภาพชุมชนและวัฒนธรรมชุมชน ซึ่งนอกเหนือจากนี้ยังมีสาเหตุความรุนแรงในสังคมระดับมหภาคที่เกี่ยวข้องหรือส่งผลให้ปัญหาความรุนแรงในครอบครัวยังคงอยู่ต่อไป (Theeravut, 2018: 1-20) ดังนั้นบทความวิชาการนี้ผู้เขียนได้เขียนในประเด็นที่เกี่ยวข้องได้แก่ 1) สาเหตุของปัญหาการใช้ความรุนแรง 2) ระดับความรุนแรง 3) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรุนแรง 4) ลักษณะของพฤติกรรมความรุนแรงที่เกิดขึ้น 5) ผลกระทบที่เกิดจากการใช้ความรุนแรง 6) แนวทางป้องกันและ



แก้ไขปัญหการใช้ความรุนแรง โดยประเด็นดังกล่าวจะส่งผลให้ผู้ที่เข้ามาอ่านบทความวิชาการนี้ได้ทราบถึงสาเหตุของการเกิดปัญหารวมทั้งได้ทราบถึงวิธีการและแนวทางการแก้ไขปัญหา การใช้ความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับผู้ชายและลดผลกระทบที่จะตามมาจากปัญหาความรุนแรง รวมถึงให้มีอัตราการเกิดความรุนแรงในผู้ชายที่น้อยลงในอนาคต โดยผู้เขียนจะนำเสนอแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องรวมถึงความคิดของผู้เขียนมานำเสนอโดยวิเคราะห์และสังเคราะห์โดยมีเนื้อหา ดังนี้

สาเหตุของปัญหการใช้ความรุนแรงในครอบครัว

ความรุนแรงในครอบครัวเป็นปัญหาที่ซับซ้อนและมีหลายสาเหตุ มีหลายปัจจัยที่ขับเคลื่อนระดับความรุนแรงในครอบครัวในชุมชนให้สูงขึ้น มีความแตกต่างระหว่างแรงผลักดันของความรุนแรงในครอบครัวและปัจจัยที่สามารถเพิ่มความเสียหายได้ สาเหตุความรุนแรงในครอบครัวในระดับสังคมนั้นซับซ้อน ซึ่งรวมถึงความไม่เท่าเทียมกันทางเพศเชิงโครงสร้างและทัศนคติของชุมชนและบรรทัดฐานทางสังคมเกี่ยวกับเพศและความรุนแรงโดยทั่วไป หลักฐานแสดงให้เห็นว่าสาเหตุหลักของความรุนแรงในครอบครัวในชุมชนของเราคือความไม่เท่าเทียมกันทางเพศ นั่นคือการกระจายอำนาจ ทรัพยากร และทางเลือกที่ไม่เท่าเทียมกันตามอัตลักษณ์ทางเพศของใครบางคน ตัวอย่างเช่น ในความสัมพันธ์ของแต่ละคน ความไม่เท่าเทียมกันนี้แสดงออกมาในความเชื่อที่ว่าผู้ชายมีสิทธิที่จะใช้อำนาจและควบคุมคู่ครองและลูกของเขา นอกจากนี้ยังสามารถแสดงความเชื่อที่ว่าคนที่มีความหลากหลายทางเพศไม่สมควรได้รับความปลอดภัยและการรวมตัวทางสังคม ความรุนแรงในครอบครัวเกิดขึ้นในทุกวัฒนธรรม ชุมชน และในทุกกลุ่มประชากร รวมทั้งอายุ เพศ และสถานะทางเศรษฐกิจและสังคม ความรุนแรงในครอบครัวเป็นรูปแบบหนึ่งของพฤติกรรมบีบบังคับและควบคุม ความรุนแรงในครอบครัวเป็นรูปแบบพฤติกรรมที่เป็นระบบ สาเหตุหลัก 10 ประการของความรุนแรงในครอบครัว (Klostermann & Stewart, 2006; World Health Organization, 2019)

1. ปัญหาทางจิต เหยื่อของความรุนแรงทางร่างกายอย่างรุนแรงมักจะป่วยทางจิตในเวลาต่อมา เช่น ความวิตกกังวล ความเครียด ภาวะซึมเศร้า โรคพิษสุราเรื้อรังและการพึ่งพายา ความผิดปกติของบุคลิกภาพต่อต้านสังคม และโรคจิตเภท หากผู้ได้รับความรุนแรงมีอาการป่วยทางจิตจะนำไปสู่ปัจจัยสำคัญประการหนึ่งสู่ความรุนแรงในครอบครัวที่ควบคุมได้ยาก

2. ความยากจนและการว่างงาน การประสบปัญหาทางการเงิน การว่างงาน มีแนวโน้มที่จะเกี่ยวข้องกับ ความรุนแรงในครอบครัวมากกว่าเหยื่อที่ถูกทารุณกรรม ในความยากจนมักขาดหนทางที่จะหนีจากสถานการณ์ ความรุนแรง และไม่สามารถเข้าถึงความช่วยเหลือทางกฎหมาย

3. การศึกษา ทำให้เกิดความแตกต่างอย่างมากในสาเหตุของความรุนแรงในครอบครัว

4. พ่อแม่วัยรุ่น การมีลูกและเลี้ยงลูกตั้งแต่อายุยังน้อยในขณะที่บุคคลนั้นยังไม่เรียนรู้ทักษะ สามารถนำไปสู่ความก้าวร้าว ความโกรธ หงุดหงิดและภาวะซึมเศร้า สิ่งนี้อาจเชื่อมโยงกับปัจจัยอื่น ๆ เนื่องจากผู้ปกครองที่อายุน้อยมีแนวโน้มที่จะเป็นโสด ประสบปัญหาด้านเศรษฐกิจ หรือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่า

5. พฤติกรรมการรักษาความสัมพันธ์ กระบวนการทางความคิดที่ว่าความรุนแรงสามารถช่วยรักษาชีวิตสมรสได้ คู่รักหลายคนหันไปใช้ความรุนแรงในครอบครัว ในการแต่งงานเพราะพวกเขาคิดว่าเป็นวิธีเดียวที่จะรักษา



คู่ครองไว้ได้ พฤติกรรมดังกล่าวแม้ว่าจะผิดแต่ก็มีจุดมุ่งหมายเพื่อคงไว้ซึ่งความผูกพันอย่างไรก็ตามการปฏิบัติการข่มขู่หรือการล่วงละเมิดทางวาจา มีส่วนทำให้เกิดความรุนแรงในครอบครัวมันจึงนำไปสู่การหย่าร้าง

6. โครงสร้างทางสังคม ความเท่าเทียมกันทางสังคมยังคงเป็นสาเหตุหนึ่งของความรุนแรงในครอบครัวและด้วยบทบาทหน้าที่ของคนในครอบครัว

7. ความแตกต่างทางวัฒนธรรม เมื่อคนสองคนจากวัฒนธรรมต่างกันตัดสินใจที่จะแต่งงานกัน ไม่จำเป็นที่พวกเขาทั้งสองจะต้องคุ้นเคยกับความแตกต่างในวัฒนธรรม อาจดูน่าตื่นเต้นในตอนแรกแต่เมื่อเวลาผ่านไปความแตกต่างทางวัฒนธรรมอาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดความรุนแรงในครอบครัวได้หากคู่รักไม่ยอมรับความแตกต่างทางวัฒนธรรมด้วยวิธีการอย่างมีสติ

8. การป้องกันตัวเอง คู่สมรสหลายคู่สามารถใช้ความรุนแรงเพื่อหลีกเลี่ยงหรือตอบสนองต่อการล่วงละเมิดของคู่ของตน นั่นหมายความว่าหากคู่หนึ่งใช้ความรุนแรงในรูปแบบใด อีกฝ่ายหนึ่งก็สามารถสะท้อนสิ่งเดียวกันได้ในทางกลับกัน

9. การใช้สารเสพติด การใช้แอลกอฮอล์และยาเสพติดสามารถนำไปสู่การเกิดขึ้นและเป็นสาเหตุของความรุนแรงในครอบครัวได้ การดื่มและเสพยามากเกินไปอาจเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดการละเมิดต่อคู่สมรสได้ สิ่งนี้สามารถนำไปสู่รูปแบบพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมอย่างต่อเนื่องตลอดไป

10. การนอกใจ ความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสมีขึ้นเพื่อให้เกิดความไว้วางใจและศรัทธา อย่างไรก็ตามในบางครั้งเมื่อความไว้วางใจถูกสงสัยก็อาจทำให้เกิดความรุนแรงในครอบครัว หากคู่ชีวิตรู้สึกอีกฝ่ายหนึ่งไม่รักษาคำสัญญาของการแต่งงานและนอกใจ อาจคิดว่าการใช้ความรุนแรงเป็นวิธีแก้ปัญหาและนำไปสู่อาชญากรรมและความรุนแรง

ระดับของความรุนแรงในครอบครัว

ระดับของความรุนแรงที่เกิดขึ้นในครอบครัวนั้น (Pongpan-anoosorn, 2013) สามารถแบ่งออกได้ดังนี้

1. การล่วงละเมิดทางอารมณ์รวมถึงการบั่นทอนความรู้สึกมีค่าในตนเองของบุคคลผ่านการวิจารณ์อย่างต่อเนื่อง ดูแคลนความสามารถ การล่วงละเมิดทางวาจา การไม่ไว้วางใจและแสดงออกในลักษณะที่หึงหวง พยายามกีดกันอีกฝ่ายออกจากครอบครัวหรือเพื่อน ตรวจสอบว่าไปไหน โทรหาใคร และใช้เวลากับใคร ไม่อยากให้คุณทำงาน การขู่ว่าจะทำร้ายหรือทำให้คุณอับอายในทางใดทางหนึ่ง

2. การล่วงละเมิดทางจิตใจ การทำให้เกิดความกลัวโดยการข่มขู่จะทำร้ายร่างกายตนเอง คู่รักหรือลูก การทำลายสัตว์เลี้ยงและทรัพย์สิน บังคับให้แยกจากเพื่อน ครอบครัว โรงเรียนหรือที่ทำงาน

3. การล่วงละเมิดทางการเงินหรือเศรษฐกิจ เกี่ยวข้องกับการสร้างหรือพยายามทำให้บุคคลหนึ่งพึ่งพาทางการเงินโดยการรักษาการควบคุมทรัพยากรทางการเงินทั้งหมด ระวังการเข้าถึงเงินและการจ้างงาน

4. การทำร้ายร่างกาย การทำร้ายหรือพยายามทำร้ายคู่สมรสโดยการตี เตะ เฆาะ ค้ำ หัก ผลัก ตบ ดึงผม กัด ปฏิเสธการรักษาพยาบาลหรือบังคับให้ดื่มแอลกอฮอล์หรือใช้ยา หรือใช้กำลังทางกายภาพอื่น ๆ ทั้งไว้ในที่ที่อันตรายหรือไม่คุ้นเคย ทำให้กลัวด้วยการข่มขู่โดยประมาท ใช้อาวุธเพื่อข่มขู่หรือทำร้าย บังคับให้คุณออกจากบ้าน กักขังคุณไว้ในบ้านหรือป้องกันไม่ให้คุณออกไปไหน ป้องกันไม่ให้คุณโทรหาตำรวจหรือไปพบแพทย์



5. การล่วงละเมิดทางเพศ การบังคับให้คู่นอนมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางเพศเมื่อคู่นอนไม่ยินยอมก็ล่วงละเมิดทางเพศ คู่มือนั้นในทางซู้สาว ต้องการมีเซ็กส์เมื่อคุณป่วย เหนื่อย หรือหลังจากถูกทุบตี ทำร้ายคุณด้วยอาวุธ หรือวัตถุระหว่างมีเพศสัมพันธ์

6. การสะกดรอยตาม รูปแบบพฤติกรรมใดๆที่ไม่ได้มีวัตถุประสงค์ที่ถูกต้องตามกฎหมายและมีวัตถุประสงค์เพื่อก่อวินาศกรรม สร้างความรำคาญ หรือข่มขู่เหยื่อ กิจกรรมการสะกดรอยตามโดยทั่วไปรวมถึงการโทรศัพท์ซ้ำ ๆ จดหมายหรือของขวัญที่ไม่พึงปรารถนาทางไปรษณีย์ การสอดแนมที่ทำงาน บ้าน และสถานที่อื่น ๆ ที่เหยื่อรู้จักบ่อย ๆ

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรุนแรงในครอบครัว

ปัจจัยที่ทำมอิทธิพลและสามารถทำให้เกิดความรุนแรงในครอบครัวนั้น (Wacharasin et al., 2018) ได้ทำการศึกษพบว่าความรุนแรงในครอบครัวเกิดจากหลายปัจจัย ได้แก่

1. ความรุนแรงในครอบครัวที่ผ่านมาในอดีต ไม่ว่าจะเป็นการล่วงละเมิดทางอารมณ์รวมถึงการบั่นทอนความรู้สึกมีค่าในตนเองของคนในครอบครัว การล่วงละเมิดทางจิตใจ การล่วงละเมิดทางการเงิน การทำร้ายร่างกาย การทำร้ายหรือพยายามทำร้ายโดยการตี เตะ เป็นต้น บังคับให้ออกจากบ้าน การล่วงละเมิดทางเพศ การสะกดรอย ซึ่งจะส่งผลให้คนในครอบครัวเกิดการเรียนรู้พฤติกรรมเหล่านั้นและกระทำเช่นเดียวกัน

2. ความไม่พร้อมในการเป็นพ่อแม่ หรือความไม่พร้อมของครอบครัวในการมีสมาชิกเพิ่มเนื่องจากการดูแลส่งผลต่อสภาพจิตใจทำให้เกิดความเครียดในการทำหน้าที่ของ

3. ด้านการสื่อสารในครอบครัว การสื่อสารที่ดีมีโอกาสดเกิดความรุนแรงในครอบครัวน้อย

4. ด้านพฤติกรรม ปัญหาความรุนแรงในครอบครัวในปัจจุบันพบว่าครอบครัวที่มีสมาชิกที่ชอบบังคับขู่เข็ญ มีนิสัยก้าวร้าว อารมณ์ร้อน ดื่มสุรา มีความเครียดมาจากการทำงาน หรือในบางรายอาจมีสมาชิกที่ติดสารเสพติด จะมีโอกาสเกิดความรุนแรงในครอบครัวมากกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับครอบครัวที่มีพฤติกรรมดังกล่าว

5. ด้านสัมพันธภาพในครอบครัว ความสัมพันธ์ของคนในครอบครัวเป็นภูมิคุ้มกันอย่างดีในการลดปัญหาความรุนแรงในครอบครัวที่จะเกิดขึ้น เนื่องจากสมาชิกในครอบครัวจะคอยดูแลช่วยเหลือกันเมื่อเกิดปัญหาขึ้นในครอบครัว ไม่ปล่อยให้ยู่ตามลำพังหรือไม่เข้าเติม จะพูดคุยและร่วมกันแก้ปัญหาต่างๆของสมาชิกในครอบครัว

6. ด้านการรับข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆ เนื่องจากสื่อต่างๆที่นำเสนอผ่านช่องทางที่หลากหลายจะเป็นตัวชี้แนะให้บุคคลและสังคมคล้อยตามหรือปฏิบัติตามโดยเฉพาะการใช้ความรุนแรงต่างๆทั้งการกระทำ คำพูด อาจทำให้สมาชิกในครอบครัวนำแนวทางเหล่านั้นมากระทำกับสมาชิกในครอบครัวครอบครัวยได้

ลักษณะของพฤติกรรมความรุนแรงในครอบครัว

ลักษณะของพฤติกรรมความรุนแรงในครอบครัวที่เกิดขึ้นจะมีลักษณะค่อยเป็นค่อยไป ((Hine et al., 2022; Weare, 2018) โดยมีลักษณะของพฤติกรรมดังต่อไปนี้

การหมิ่นเหม่งทางอารมณ์ ได้แก่ กลัวแฟนของตน กลัวที่จะทำให้แฟนโกรธและไม่สามารถแม้แต่จะไม่เห็นด้วยกับแฟน ถูกแฟนทำให้อับอายและขายหน้า



การห้ามเหงทางจิต ได้แก่ แพนเชื่อว่าใช้ความรุนแรงกับ เขา/เธอ หรือ ต่อตนเอง เช่น การพูดว่า "หากเธอตึงฉันไป ฉันจะฆ่าตัวตาย"

การทารุณกรรมทางเพศ ได้แก่ แพนบังคับมีเพศสัมพันธ์ กลัวที่จะปฏิเสธเมื่อแพนขอร่วมเพศด้วย แพนไม่ให้ความเคารพ ทว่าสนใจเพียงการตอบสนองความต้องการทางเพศของตนเท่านั้น แพนไม่สนใจต่อผลของการร่วมเพศหรือความรู้สึกของคู่

การทารุณกรรมทางร่างกาย ได้แก่ ถูกแพนทำร้ายร่างกายโดยแพนเคยยึดไม่ให้ขยับ ผลัก หรือแม้กระทั่งต่อยเตะหรือปาของใส่

พฤติกรรมทางการควบคุม ได้แก่ แพนพยายามห้ามไม่ให้พบกับเพื่อน ถูกห้ามไม่ให้ติดต่อครอบครัว ถูกบังคับให้เลือกกระหว่างแพนกับครอบครัวและเพื่อน แพนยืนยันว่าต้องการจะรู้ว่าอยู่ที่ไหนตลอดเวลาและขอให้อธิบายเหตุผลของทุกอย่างที่ทำ แพนจะโมโหมากหากพูดกับคนอื่น แพนคาดหวังให้ขออนุญาตก่อนจะดูแลสุขภาพตนเอง แพนกำหนดชุดที่ใส่และรูปแบบที่ปรากฏในสาธารณะ

ปัญหาความรุนแรงในครอบครัวที่เกิดขึ้นกับผู้ชายเป็นเรื่องยากที่คนทั่วไปจะรับรู้และเข้าใจว่าเป็นความจริงที่ผู้ชายตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงในครอบครัว และการล่วงละเมิดในรูปแบบต่าง ๆ เพราะความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับผู้ชายได้ถูกมองข้ามเนื่องจากสังคมได้กำหนดไว้แล้วว่าความรุนแรงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นเกิดจากผู้ชายเป็นฝ่ายกระทำ ผู้เขียนจึงขอยกตัวอย่างของผู้ชายที่ตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงและการล่วงละเมิดในครอบครัวดังต่อไปนี้

กรณีตัวอย่างของผู้ชายที่ตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงและการล่วงละเมิดในครอบครัว

ตัวอย่างที่ 1 ดร.ชีวอน เวียร์ จากคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยแลงคาสเตอร์ ในอังกฤษ ผู้ศึกษาเรื่องการบังคับให้ผู้ชายมีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่ ซึ่งถือเป็นครั้งแรกที่มีการวิจัยหัวข้อนี้ในสหราชอาณาจักร โดยรวบรวมข้อมูลจากผู้ชายกว่า 200 คน ผ่านการสำรวจทางออนไลน์ระหว่างปี 2016-2017 และวิจัยชิ้นล่าสุดทำขึ้นจากการสัมภาษณ์ชาย 30 คนแบบตัวต่อตัว ระหว่างเดือน พ.ค. 2018 - เดือน ก.ค. 2019 ซึ่งเผยให้ทราบถึงรายละเอียดต่าง ๆ เกี่ยวกับบริบทแวดล้อมของการก่อเหตุลักษณะนี้ เช่น การเกิดเหตุ ผลที่ตามมา และการตอบสนองของระบบงานยุติธรรม อาสาสมัครที่เข้าร่วมการศึกษาทั้งหมดได้รับการปกปิดชื่อจริง หนึ่งในอาสาสมัครมีนามสมมติว่า "จอห์น" เรื่องของจอห์น จอห์นเล่าว่า สัญญาณแรกที่ทำให้รู้ว่ามีคามผิดปกติในความสัมพันธ์ของเขาคือตอนที่แพนของเขาเริ่มทำร้ายตัวเอง โดยหลังจากเกิดเหตุที่น่าตกใจจนเขาต้องรีบนำตัวเธอส่งห้องฉุกเฉิน ทั้งคู่ก็ใช้เวลาพูดคุยกันหลายชั่วโมงเพื่อหาเหตุผลทางจิตวิทยาที่ทำให้เกิดเรื่องนี้ ราว 6 เดือนต่อมา แทนที่เธอจะทำร้ายตัวเอง เธอเริ่มหันเป้าหมายมาที่จอห์น “ผมกำลังนั่งอยู่ในห้องนั่งเล่น เธอเดินออกมาจากห้องครัว แล้วก็ชกเข้าที่จมูกผมอย่างแรง และวิ่งหัวเราะออกไป” จอห์น เล่า “นับจากนั้นก็เริ่มเกิดความรุนแรงขึ้นเป็นประจำ” จอห์นบอกว่าเธอพยายามขอความช่วยเหลือจากแพทย์ทั่วไป ซึ่งส่งชื่อเธอต่อไปยังนักจิตวิทยา แต่เธอกลับไม่เคยไปรับการรักษาเลย เธอมักกลับจากทำงานแล้ว “เรียกร้องขอมี้เซ็กซ์” เขาเล่า “เธอมักแสดงพฤติกรรมรุนแรง จนถึงขั้นที่ทำให้ผมหวาดกลัวเวลาที่เธอกลับจากทำงาน” ครั้งหนึ่งจอห์นตื่นขึ้นมา และพบว่าแพนใช้กุญแจมือล็อกแขนขาเขาไว้กับหัวเตียงเหล็ก จากนั้นเธอก็ใช้ลำโพงข้างเตียงทักทายเขา แล้วใช้เชือกมัดแขนอีกข้าง และพยายามจะบังคับให้เขามีเพศสัมพันธ์ด้วยความหวาดกลัวและความเจ็บปวดทำให้จอห์นไม่สามารถทำตามคำสั่งของเธอได้ เธอจึงทุบตีเขาซ้ำ ๆ แล้วทิ้งให้เขาถูกมัดติดกับเตียงต่อไปอีกครั้งชั่วโมง ก่อนที่จะกลับมาปล่อยเขาเป็นอิสระ หลังจากนั้นเธอ



ปฏิเสธจะพูดถึงสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากเธอตั้งท้อง พฤติกรรมรุนแรงของเธอก็เริ่มลดลง แต่หลังจากลูกเกิดมาได้เพียงไม่กี่เดือน จอห์นก็ตื่นขึ้นมาในคืนหนึ่งแล้วพบว่าตัวเองถูกจับใส่กุญแจมือล็อกไว้กับเตียงอีกแล้ว เขาเล่าว่า แฟนเอายาไวอากร้าอัดปากแล้วอุดปากเขาไว้ “ผมไม่สามารถทำอะไรได้เลย” จอห์นกล่าว “หลังจากนั้นผมเข้าไปอาบน้ำแล้วนั่งอยู่ใต้ฝักบัวอยู่นานเท่าใดก็ไม่รู้ แต่ในที่สุดผมก็เดินลงไปชั้นล่าง แต่สิ่งแรกที่เธอพูดกับผมตอนที่ผมเดินเข้าไปในห้องก็คือ “มือค่านี้อะไรกินบ้าง” เวลาจอห์นเล่าเรื่องนี้ให้คนอื่นฟัง ผู้คนมักไม่เชื่อในสิ่งที่เขาพูด “ผมมักถูกถามเสมอว่า ทำไมผมไม่ย้ายออกจากบ้าน มันคือบ้านที่ผมซื้อไว้สำหรับลูก ๆ และยังมีเหตุผลทางการเงินด้วย ผมถูกผูกมัดให้อยู่ในความสัมพันธ์นี้ด้วยเหตุผลทางการเงิน” เขาอธิบาย “ผมยังคงเจอคนไม่เชื่อที่ถามว่า “ทำไมคุณไม่ทุบตีเธอกลับล่ะ” ผมเจอคำถามแบบนี้บ่อยมาก มันเป็นเรื่องที่พูดง่ายแต่ทำยาก ผมคิดว่าผมน่าจะหนีออกมาให้เร็วกว่านี้” (Weare, 2018)

ตัวอย่างที่ 2 นายเอ ทักมาในเฟซบุ๊กเมสเซนเจอร์หลังเห็นโพสต์ตามหาเพศชายที่เคยถูกล่วงละเมิดทางเพศและยินดีที่พูดถึงประสบการณ์ของตัวเอง เรานัดเจอกันไม่นานหลังจากนั้น เขาขอให้สัมภาษณ์แบบไม่เปิดเผย เพราะยังกังวลอยู่ว่าสังคมและครอบครัวจะคิดอย่างไร เพราะนี่คือการพูดถึงเรื่องที่เกิดขึ้นเมื่อหลายปีมาแล้วให้คนอื่นได้ฟังเป็นครั้งแรก วันนั้นเขานัดเจอกันที่ห้องของอีกฝ่ายเมื่อเขาเข้าไปในห้อง เขาพบว่ารูปร่างของคนตรงหน้าไม่เหมือนในรูปและไม่ตรงกับภาพที่เจอมาก่อนพบกัน เขาถูกล่วงละเมิดทางเพศในห้องนั้น เอ เดินออกมาพร้อมความรู้สึกแย่ที่สุดในชีวิต ตอนแรกเขาถามตัวเองว่า เขาจะบอกใครไหม? จะแจ้งตำรวจไหม? แต่ก็คิดว่าเขาเป็นฝ่ายยินยอมที่จะเดินเข้าไปในห้องนั้นเอง ที่สำคัญเขายังไม่อยากให้สังคมรู้เรื่องนี้ และไม่อยากทำให้มันเป็นเรื่องใหญ่ “สิ่งที่ทำก็คือ กดมัน แล้วลืมมันไปซะ” เมื่อบาดแผลสมานกับตัวตนหลังเหตุการณ์วันนั้น แม้เขาจะพยายามทำตัวยิ้มแย้มเหมือนเดิม แต่ไม่มีอะไรเหมือนเดิมอีก จากผู้ชายที่เคยมั่นใจและกล้าพูดในสิ่งที่ตัวเองคิด กลับปิดตัวเองอ่อนไหว และไม่กล้าโต้เถียงกับคนอื่น เขามักจะนั่งคุ้ยเขี่ยและกอดตัวเองบ่อย ๆ สิ่งที่เขาเป็น คือ การพยายามลดทอนปัญหา เป็นการตอบสนองที่ช่วยให้สามารถใช้ชีวิตต่อไปได้ในระยะหนึ่ง ผู้ประสบเหตุการณ์เดียวกันมักจะพยายามใช้ชีวิตราวกับว่า การล่วงละเมิดทางเพศที่เกิดขึ้น ไม่ได้ส่งผลใดต่อชีวิตของตนเอง นอกจากลักษณะนิสัยที่เปลี่ยนไป การถูกละเมิดในวันนั้นยังส่งผลต่อการมีเพศสัมพันธ์ของเขาด้วย ทุกวันนี้เขาไม่สามารถถึงจุดสุดยอดได้ หากไม่ได้มีเซ็กส์ที่รุนแรง หลังวินาทีแห่งความสุขชั่วคราวผ่านไป เขามักต้องเผชิญหน้ากับตัวเองที่รู้สึกเจ็บปวดทั้งกายและใจ สับสนว่าทำไมตัวเองถึงยอมให้อีกฝ่ายกระทำการรุนแรงแบบเหตุการณ์ในครั้งนั้นอีก “ผมรู้สึกว่าการนี้ควรเป็นเรื่องที่ต้องพูดออกมา แต่มันกลับกลายเป็นว่าถ้าผมพูดออกไปคนจะมองว่าคนนี้อ่อนแอเนาะ ทำให้ตัวเองไปอยู่ในสถานการณ์นั้นได้ไง เป็นผู้ชายนะ ผู้ชายไม่ควรจะเจออะไรแบบนี้ไม่ใช่เหรอ?” ไม่อยากถูกมองว่าอ่อนแอ คืออีกแรงกดดันที่ทำให้เขาไม่เล่าเรื่องนี้ให้ใครฟัง ทั้งครอบครัวและเพื่อนสนิท ในสังคมที่การล่วงละเมิดทางเพศเกิดขึ้นได้กับคนทุกเพศ น้อยครั้งที่เราพูดถึงการล่วงละเมิดทางเพศ โดยพูดถึงเพศชายในฐานะผู้ถูกกระทำ ความเป็นชายที่ถูกคาดหวังให้เข้มแข็ง ข้อนทับกับภาพลักษณ์ที่คนส่วนหนึ่งมีต่อคนที่มีความนิยมทางเพศแบบเดียวกันกับเขา “อ้าว เซ็กส์ก็เป็นสิ่งที่เกย์ชอบอยู่แล้วอยากเอาอยู่แล้วไม่ใช่เหรอ?” “เป็นผู้ชายไม่เสียหายปะ?” เขาไม่อยากได้ยินคำตัดสินแบบนี้และต่อให้ไม่ใช่เอ ใครกันอยากได้ยิน? “รู้สึกว่าการตอนนั้น ถ้าแค่มีใครสักคนที่เราสามารถพูดเรื่องนี้ได้แล้วจะไม่ถูกตัดสิน จะไม่ถูกมองว่าเป็นอย่างนั้น อย่างนั้น แค่นี้จริง ๆ ว่ามันคืออะไร ก็เจดี ก็เจรู้สึกดีกว่านี้” (Voice online, 2018)



ตัวอย่างที่ 3 คนทุกเพศทุกวัยสามารถตกอยู่ในความสัมพันธ์ที่มีการทำร้าย ไม่ว่าจะเป็นชาติพันธุ์แบบใด รายได้เท่าไรก็ตาม ทว่ามีลักษณะบางอย่างที่ผู้กระทำและเหยื่อมักมี สถาบันสนับสนุนทางเลือกสำหรับความรุนแรงบรรยายผู้กระทำว่ามัก ขี้อิจฉาและขี้หวง มีความมั่นใจที่ล้นหลาม มีการแกว่งของอารมณ์ หรือมีประวัติการใช้ความรุนแรงหรือโมโห พยายามแยกตัวแฟนออกจากครอบครัว เพื่อน และเพื่อนร่วมงาน และมีแนวโน้มที่จะว่าโทษสิ่งอื่น Centre for Promoting Alternatives to Violence ส่วนเหยื่อในความสัมพันธ์ที่มีการทำร้ายมักมีลักษณะเช่น บาดแผลตามร่างกาย หายไปจากที่ทำงานหรือโรงเรียน มีความเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์หรือบุคลิกภาพ ตื่นแอสลอลหรือใช้ยาเสพติดมากขึ้น และออกห่างจากครอบครัวและเพื่อน เหยื่ออาจโทษว่าความรุนแรงมีต้นเหตุจากตนเองเพื่อลดความรุนแรงของอาชญากรรม สิ่งนี้มักทำให้เหยื่อเลือกที่จะอยู่ในความสัมพันธ์ที่มีการทำร้าย อเล็กซ์ คิล ตัดสินใจเปิดเผยตัวและเล่าเรื่องราวผ่านสื่อ เพื่อสร้างความตระหนักรู้ในสังคมว่าผู้ชายก็สามารถตกเป็นเหยื่อได้ และเขาก็เชื่อว่าเหยื่อไม่ว่าจะเพศไหน straight หรือ LGBTQ ก็จำเป็นต้องออกมาพูดเรื่องที่เกิดขึ้น ในทางหนึ่งก็เพื่อเยียวยาตัวเองจากบาดแผลทางจิตใจ (ถึงอย่างนั้นก็พบว่ามีบางกรณีที่เหยื่อออกมาเล่าเรื่อง แต่ถูกอีกฝ่ายฟ่องกลับ) อย่างไรก็ตาม อเล็กซ์ คิล ถูกแฟนสาวยึดแอดเคานต์เฟซบุ๊ก ห้ามเขาติดต่อกับเพื่อนหรือครอบครัว กักขังและปล่อยให้หิวโหยอยู่ในห้องเป็นเวลาหลายวัน รวมถึงใช้น้ำร้อนลวกและอาวุธอื่น ๆ ในการทำร้ายจนร่างกายเขาอยู่ใกล้ความตายแค่เอื้อม สิ่งที่ทำให้เขาอดพ้นมาได้คือการแจ้งความโดยเพื่อนบ้าน ดังนั้นนอกจากการที่เหยื่อต้องพยายามพาตัวเองออกจากความสัมพันธ์ที่มีความรุนแรง การสอดส่องหรือการยื่นมือเข้าช่วยของคนรอบข้างก็เป็นส่วนหนึ่งที่สามารถช่วยเหยื่อได้ และคำว่า ‘ผิวเมียมตีกัน’ ก็ไม่ควรถูกใช้เพื่อกันคนอื่นออกหรือลดทอนระดับความรุนแรงที่เกิดขึ้น (Birchell, 2019)

ตัวอย่างที่ 4 นางสาวจอร์แดน เวิร์ธ ชาวอังกฤษวัย 22 ปี เพิ่งถูกตัดสินจำคุก 7 ปี 6 เดือน จากการทำร้ายร่างกายแฟนหนุ่มจนบาดเจ็บสาหัส ซึ่งนี่คือครั้งแรกของประเทศอังกฤษที่ผู้หญิงถูกตัดสินโทษจากการก่อความรุนแรงในคูรัก โดยผลสำรวจเมื่อปี 2009 ระบุว่ากว่า 40% ของเหยื่อความรุนแรงในคูรักเป็นผู้ชาย เพียงแต่พวกเขาออกมาร้องเรียนกันน้อยมาก ส่วนหนึ่งเป็นผลพวงจากสังคมชายเป็นใหญ่ ที่เพศชายอยู่ห่างไกลจากคำว่าเหยื่อมากกว่าเมื่อเทียบกับเพศหญิง ทำให้ผู้ชายหลายคนยากที่จะออกมายอมรับว่าตนเองกำลังถูกทำร้ายอยู่ (Adetunji, 2018)

ตัวอย่างที่ 5 สเตราส์ Strauss, Murray A. (2005: 55) "Women's Violence Towards Men Is A Serious Social Problem." อ้างว่าแม้ผู้ชายจะสร้างการบาดเจ็บที่มากกว่าในความรุนแรงในครอบครัว นักวิจัยและสังคมไม่ควรมองข้าม อาการบาดเจ็บที่ทำโดยผู้หญิง โดยเขายังบันทึกว่าการกระทำโดยผู้หญิงอาจดูเหมือนเล็กน้อย ทว่าอาจส่งผลร้ายแรงได้ การทำร้ายแบบเล็กน้อย โดยผู้หญิงเป็นปัญหาใหญ่เช่นกัน แม้ว่าผู้หญิงไม่ทำให้เกิดการบาดเจ็บ แต่ก็ทำให้ผู้หญิงตกอยู่ในอันตรายจากการเอาคืนที่ร้ายแรงกว่ามากโดยผู้ชาย การที่จะจบการทำร้าย ผู้หญิงจะต้องหยุดสิ่งที่หลายคนเรียกว่าเป็นรูปแบบที่ไม่เป็นอันตราย เช่น การตบ เตะ หรือ โยนสิ่งของใส่ผู้ชาย ผู้ยังคงพฤติกรรมนี้อาจและไม่ยอมฟังเหตุผล มีงานวิจัยที่ใช้เวลาศึกษา 13 ปี พบว่าการรุกรานและกระทำความรุนแรงของผู้หญิงต่อผู้ชายมีความสำคัญเท่า ๆ กับโอกาสการใช้ความรุนแรงของผู้ชายในการทำนายความน่าจะเป็นของความรุนแรงโดยรวมด้วยความที่ความรุนแรงต่อคู่ครองเกิดขึ้นจากทั้งสองฝ่าย ทั้งเกิดจากผู้หญิงและผู้ชายเป็นตัวเริ่ม (Capaldi et al., 2005)

จากตัวอย่างข้างต้น แสดงให้ทราบว่าตัวเลขสถิติของเพศชายที่แจ้งว่าเคยถูกระทำนั้นน้อยกว่าจำนวนที่แท้จริง เพราะพวกเขามักเลือกที่จะปิดบังเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น การตัดสินใจของ เอ ก่อนหน้านี้ว่าจะไม่บอกใคร อาจช่วยตอบคำถามส่วนหนึ่งว่าทำไมตัวเลขสถิติจึงเป็นเช่นนั้น ส่วนความกล้าหาญของเขาที่เลือกแบ่งปันสิ่งที่เก็บไว้นาน อาจกำลังบอกว่าต่อจากนี้เราจะมีพื้นที่ที่เปิดกว้างขึ้น เพราะรอบตัวของเรายังมี เอ อีกหลายคนที่ปิดบาดแผลไว้ไม่ได้รับการเยียวยา และหากเจอคู่รักทำร้ายร่างกายกันอยู่ตรงหน้าคุณจะทำอย่างไร 1) ยื่นมือเข้าช่วย 2) แอบยืนมองอยู่ห่าง ๆ หรือ 3) ถ่ายคลิป ไม่ว่าคุณเลือกข้อไหน ทั้งคู่อาจจะกลับไปตีกันใหม่อีกไม่นานแต่ที่แน่ ๆ ไม่ฝ่ายใดก็ฝ่ายหนึ่งคงบาดเจ็บทั้งร่างกายและจิตใจและสิ่งที่คุณเห็นอยู่ตรงหน้าก็นับเป็นอาชญากรรม เป็นความรุนแรงในครอบครัวอย่างหนึ่งที่กินความทั้งการทำร้ายร่างกายโดยตรง การใช้คำพูดทำร้าย การบีบบังคับจิตใจ และการข่มเหงทางเพศ และยิ่งกว่านั้นเหยื่อไม่ได้มีแค่หญิงสาวเพราะหลายครั้งผู้ชายก็ตกเป็นเหยื่อด้วยเช่นกัน

ผลกระทบที่เกิดจากการใช้ความรุนแรงในครอบครัว

ความรุนแรงในครอบครัวที่เกิดกับผู้ที่ถูกกระทำนั้นจะส่งผลให้ต้องเผชิญกับผลกระทบต่อเนื่องและทำลายหลังจากอดทนต่อการถูกล่วงละเมิดทางร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ อาจต้องใช้เวลาในการปรับตัวให้อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากผู้กระทำความผิดใช้ความรุนแรงอย่างรุนแรงและกระทำการดังกล่าวเป็นระยะเวลานาน แม้ว่าการจัดการอย่างดีกับความเจ็บปวดที่เกิดขึ้นแต่กระบวนการเยียวยาสามารถช่วยให้ผู้ถูกกระทำมีความรุนแรงพัฒนาความเข้มแข็งภายในและลดความหวาดกลัวต่อความปลอดภัยสำหรับตนเองและครอบครัว ในการก้าวไปสู่การฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจ การฟื้นฟูและเยียวยาต้องใช้เวลา ผลกระทบของการบาดเจ็บนี้อาจแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล เนื่องจากการตอบสนองของแต่ละบุคคลต่อความเครียด อายุ ความถี่และความรุนแรงของการถูกทำร้ายต่างกัน (Tuila et al., 2020)

ผลกระทบทางกายที่พบเห็นได้แก่ รอยฟกช้ำบนหรือรอบดวงตา มีรอยแดงหรือม่วงที่คอ ข้อมือเคล็ดหรือหัก ความเหนื่อยล้าเรื้อรัง หายใจถี่ ตึงเครียดของกล้ามเนื้อ การเปลี่ยนแปลงรูปแบบการกินและการนอนหลับ รวมถึงเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ

ผลกระทบทางจิตใจที่พบบ่อยจากความรุนแรงในครอบครัวที่พบเห็นได้ คือ โรคเครียดหลังเหตุการณ์สะเทือนใจ รวมถึงการย้อนอดีตฝันร้าย ความวิตกกังวลอย่างรุนแรง และความคิดที่ควบคุมไม่ได้ มีภาวะซึมเศร้า รวมถึงความเศร้าเป็นเวลานาน ความนับถือตนเองต่ำและความคิดฆ่าตัวตายหรือความพยายามฆ่าตัวตาย การใช้แอลกอฮอล์และยาเสพติด

ผลกระทบทั่วไปทางอารมณ์และจิตวิญญาณของความรุนแรงในครอบครัวที่พบเห็นได้ คือ ความสิ้นหวัง รู้สึกหมดความหวัง ความท้อแท้เกี่ยวกับชีวิตและอนาคต ขาดความไว้วางใจในสิ่งรอบรอบข้าง การตั้งคำถามและสงสัยในความเชื่อทางจิตวิญญาณ ไม่มีแรงจูงใจในการดำเนินชีวิตต่อ

ผลกระทบทั่วไปต่อเด็กที่เห็นความรุนแรงในครอบครัว ไม่ว่าเด็กจะเป็นพยานหรือประสบกับการล่วงละเมิด พัฒนาการของเด็กอาจส่งผลเสียได้ เหยื่อความรุนแรงในครอบครัวที่ยังไม่ถูกแยกออกจากกันทำให้เด็กมีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นต่อปัญหาพฤติกรรมทางอารมณ์ โดยไม่คำนึงว่าพวกเขาจะถูกทำร้ายโดยตรงหรือไม่ก็ตาม ผลกระทบนี้อาจรวมถึงความวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า ปัญหาทางการเรียน ความกลัวในสิ่งต่าง ๆ ที่ไม่ปลอดภัยต่อชีวิตที่จะเกิดขึ้น



แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหการใช้ความรุนแรงในครอบครัว

ความรุนแรงในครอบครัวเป็นประเด็นท้าทายทั่วโลก และแม้ว่าส่วนใหญ่จะส่งผลกระทบต่อผู้หญิงและเด็กผู้หญิง แต่ผู้ชายและเด็กผู้ชายก็ไม่ละเว้นเช่นกัน แนวทางการปฏิบัติตนในการแก้ไขปัญหการใช้ความรุนแรงที่เกิดขึ้นในครอบครัว ผู้เขียนได้ทำการปรับปรุงแก้ไขมาจากบทความความรุนแรงในครอบครัวของ สุกัญญา สดศรี (Sodsri, 2018; Pace, 2021) สามารถสรุปแนวทางการป้องกันและแก้ไขได้ดังนี้

1. การศึกษา การให้ความรู้และการศึกษาสามารถช่วยให้เรียนรู้วิธีหยุดความรุนแรงในครอบครัว สอนเกี่ยวกับการละเมิดสิทธิสตรีและการละเมิดสิทธิของผู้ชาย นอกจากนี้ยังช่วยให้ทราบว่าช่วยผู้ชายหรือผู้หญิงที่ถูกทารุณกรรมได้อย่างไร คนที่ขาดความรู้มีแนวโน้มที่จะมีรายได้น้อยและมีอำนาจต่อรองในครอบครัวน้อยกว่า ดังนั้น การศึกษาที่มีคุณภาพอาจเป็นหนึ่งในวิธีที่มีประสิทธิภาพที่สุดในการหยุดความรุนแรงต่อเพศได้

2. ปฏิบัติตามกฎหมาย การเป็นหัวหน้าครอบครัว หรือผู้นำครอบครัวที่ไม่มีอำนาจในการล่วงละเมิดหรือใช้ความรุนแรงในครอบครัว ต้องเข้าใจว่ามีมาตรการทางกฎหมายสำหรับการป้องกันความรุนแรงในครอบครัว มีมาตรการทั่วไปบางอย่างรวมถึงการให้ผู้ล่วงละเมิดเข้าสู่โปรแกรมการฟื้นฟูเช่นเดียวกับการลงโทษ เช่น ค่าปรับ การบริการชุมชน และอื่น ๆ หากดำเนินการได้มาตรการเหล่านี้จะเป็นประโยชน์อย่างมากในการป้องกันความรุนแรงในครอบครัว

3. ความอดทน มนุษย์ที่สมบูรณ์แบบไม่มีอยู่จริง เพื่อให้ความสัมพันธ์ดำเนินต่อไป ทั้งสองฝ่ายต้องแสดงความเป็นผู้ใหญ่และเรียนรู้ที่จะอดทนต่อความไม่สมบูรณ์ของกันและกัน ความอดทนอดกลั้นเป็นหนึ่งในกลยุทธ์การป้องกันความรุนแรงในครอบครัวที่ดีที่สุด เมื่อมีความอดทน ความรุนแรงจะไม่ค่อยเกิดผลในบ้าน ความอดทนควรขยายไปถึงเด็ก คนใช้ในบ้าน และสมาชิกคนอื่น ๆ ในครัวเรือนด้วย

4. ขอความยินยอม เพื่อป้องกันความรุนแรงในครอบครัว ทั้งคู่ต้องได้รับความยินยอมจากกันและกันก่อนที่จะดำเนินการบางอย่าง เช่น การมีเพศสัมพันธ์ แม้ว่าทั้งคู่ควรพร้อมสำหรับกันและกัน แต่บางครั้งก็อาจไม่เป็นเช่นนั้น แทนที่จะใช้การบังคับขู่เข็ญและความรุนแรง ผู้ชายหรือผู้หญิงควรแสดงความยับยั้งชั่งใจและเข้าใจ ทุกคนต้องเรียนรู้ที่จะปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างถูกวิธี และเข้าใจว่าการข่มขืนและการบังคับขู่เข็ญระหว่างสมรสอาจเป็นการละเมิดสิทธิสตรีหรือสิทธิบุรุษ แม้ว่าจะมีความประทับใจว่าผู้หญิงมักตกเป็นเหยื่อของการล่วงละเมิดทางเพศ แต่ผู้ชายก็ตกเป็นเหยื่อของการล่วงละเมิดเช่นกัน

5. เคารพในคำสอนของศาสนา ทุกศาสนายกย่องคุณงามความดี เช่น ความรัก สันติภาพ ความเมตตา ความสัตย์ซื่อ และอื่น ๆ การปฏิบัติตามคำแนะนำทางศาสนาเหล่านี้จะช่วยหยุดความรุนแรงในครอบครัวในความสัมพันธ์ได้

6. ส่งเสริมความเสมอภาคระหว่างเพศ ความไม่เท่าเทียมกันทางเพศเพิ่มความเสี่ยงของการใช้ความรุนแรง และขัดขวางความสามารถของผู้ที่ได้รับผลกระทบในการแสวงหาความคุ้มครอง อย่างไรก็ตาม มีวัฒนธรรมในโลกที่ผู้หญิงมีอำนาจเหนือกว่าและผู้ชายถูกบังคับให้ยอมจำนน กลยุทธ์ความรุนแรงในครอบครัวทั้งหมดต้องตระหนักว่าผู้ชายก็มีแนวโน้มที่จะถูกล่วงละเมิดเช่นกัน เป็นเรื่องปกติมากที่จะเชื่อมโยงความรุนแรงในครอบครัวกับผู้ชาย

7. การเจรจาพูดคุย มนุษย์มักจะแสดงแนวโน้มเป็นสัตว์ในบางครั้ง ในความสัมพันธ์ ความใจแคบ ความโกรธ และอารมณ์ชั่ววูบจะทำให้ความรุนแรงในครอบครัวแย่ลง ความอดทนอดกลั้น การเจรจายังคงเป็นหนึ่งในทางออกที่เป็นไปได้มากที่สุดสำหรับความรุนแรงในครอบครัว



8. ความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ มีผู้เชี่ยวชาญมากมายที่มีความรู้ในการช่วยเหลือผู้ถูกทารุณกรรม หากคุณเป็นผู้ที่ประสบกับความรุนแรงในรูปแบบใด ๆ ที่บ้านหรือในที่ทำงาน คุณอาจพิจารณาปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ กฎหมาย จิตวิทยา หรือคำแนะนำในรูปแบบอื่น ๆ

9. การมีงานทำมีรายได้ หากคุณเป็นชายหรือหญิงที่ว่างงาน คุณอาจพบว่าการนั่งอยู่บ้านทั้งวันอาจทำให้คุณหงุดหงิดได้ สำหรับผู้ชายหรือผู้หญิงบางคนที่มีคูครองและลูก ความผิดหวังดังกล่าวอาจนำไปสู่ความรุนแรงในครอบครัวต่อกันและกันและต่อลูกโดยไม่จำเป็น การหางานสามารถช่วยจัดความกังวลทำให้คุณมีสมาธิ และที่สำคัญที่สุดคือช่วยให้คุณมีรายได้เพื่อดูแลตัวเองและครอบครัว

10. หลีกเลี่ยงเพื่อนร่วมงานที่ไม่ดี แรงกดดันจากเพื่อนร่วมงานมีอิทธิพลอย่างมากต่อการใช้ความรุนแรง

11. เข้าร่วมกลุ่มที่ประกาศต่อต้านความรุนแรงในครอบครัว หากเคยประสบกับความรุนแรงในครอบครัวไม่ว่าเมื่อใด คุณอาจต้องการช่วยหยุดความรุนแรงในครอบครัวก่อนที่จะเริ่ม คุณสามารถทำได้โดยการเข้าร่วมกลุ่มที่ให้ความช่วยเหลือผู้หญิงและผู้ชายที่ถูกทารุณกรรม

12. การออกกำลังกาย

13. เรียนรู้วิธีการแก้ปัญหา การมีทักษะในการแก้ปัญหาสามารถช่วยป้องกันความรุนแรงในครอบครัวได้

14. เครื่องคิดแต่อย่ารุนแรง การรักษาความสัมพันธ์บางครั้งอาจต้องใช้ความเข้มงวดบ้าง แต่ไม่ได้หมายความว่า คุณจะต้องทุบตีของคุณจนยอมจำนน ซึ่งไม่เป็นที่ยอมรับและทำลายความพยายามทั้งหมดที่มีในการหยุดความรุนแรงต่อทุกเพศทุกวัย

15. แสดงความรักต่อกันเป็นประจำ

16. หลีกเลี่ยงการนอกใจ มีความสัมพันธ์ระหว่างความรุนแรงในครอบครัวกับการกล่าวหาว่านอกใจ/หึงหวงทางเพศ การล่วงละเมิดหรือความรุนแรงที่เกิดจากการนอกใจหรือการกล่าวหาว่านอกใจเป็นเรื่องปกติระหว่างชายและหญิง การสื่อสารต่อกันของคุณสามารถช่วยป้องกันการละเมิดในครอบครัวได้

17. หลีกเลี่ยงเพลงและภาพยนตร์ที่ส่งเสริมความรุนแรงทางเพศ หน่วยงานกำกับดูแลเพลงและภาพยนตร์และคณะกรรมการเซ็นเซอร์บางครั้งห้ามเพลงและภาพยนตร์บางเรื่องด้วยเหตุผลใดก็ตาม

18. นำกฎและกลไกการระงับข้อพิพาทมาใช้

19. พูดคุยกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อนที่ไว้วางใจได้ เพื่อนร่วมงาน และญาติ การจัดการปัญหาทั้งหมดระหว่างคู่เป็นการภายในอาจเหมาะสม แต่บางครั้งเพื่อป้องกันความรุนแรงในครอบครัว อาจจำเป็นต้องเล่าให้คนในครอบครัว เพื่อน เพื่อนร่วมงาน ญาติ และคนอื่นๆ ฟัง การศึกษาพบว่าครอบครัวและเพื่อนสามารถช่วยยุติความรุนแรงในครอบครัวได้ หากมีคนต้องการทราบวิธีช่วยเหลือผู้หญิงหรือผู้ชายที่ถูกทารุณกรรม ให้ปรึกษากับคนที่คุณไว้วางใจได้ เพราะพวกเขาจะให้คำแนะนำที่มีประสิทธิภาพที่สุดแก่คุณ

20. เดินออกไปหรือยุติความสัมพันธ์ บางครั้งการแต่งงานหรือความสัมพันธ์อื่น ๆ ไม่ได้มีไว้เพื่อเป็นการผูกมัด หากคุณพยายามทุกวิถีทางแล้วพบว่าคุณทั้งคู่เข้ากันไม่ได้ แทนที่จะใช้ความรุนแรงในครอบครัวและการล่วงละเมิด การออกจากความสัมพันธ์โดยสันติอาจเป็นเรื่องที่ดีกว่า



บทสรุป

ความรุนแรงในครอบครัวที่ผู้ชายตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงและถูกล่วงละเมิดในรูปแบบต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับผู้ชายได้ถูกมองข้ามไปเนื่องจากสังคมได้กำหนดว่าความรุนแรงต่างๆที่เกิดขึ้นนั้นเกิดจากผู้ชายเป็นฝ่ายกระทำอยู่ฝ่ายเดียว เนื่องจากโครงสร้างทางสังคมและมุมมองทางเพศ การมีอยู่จริงของเหยื่อความรุนแรงที่เป็นเพศชายมีมานาน ส่งผลกระทบต่อสุขภาพทางร่างกายและจิตใจ จากการสำรวจพบอัตราการกระทำความผิดด้านความรุนแรงในครอบครัวใกล้เคียงกันมากในผู้ชายและผู้หญิง จึงเป็นที่น่าสังเกตว่าความรุนแรงที่เกิดขึ้นในครอบครัวมีความสมมาตรทางเพศ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าผู้ชายก็สามารถตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงในครอบครัวอย่างแท้จริงและผู้หญิงเป็นผู้กระทำความรุนแรงนั้น ความรุนแรงที่เกิดขึ้นมากมายที่ผู้ชายเป็นผู้ถูกกระทำ รูปแบบของความรุนแรงที่เกิดขึ้นได้แก่ ความรุนแรงทางร่างกาย การล่วงละเมิดทางจิตใจ การบีบบังคับและควบคุมทางเพศ ความรุนแรงทางการเงิน การใช้กฎหมายควบคุม ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูก การใช้คำพูด คำหยาบคายโดยเจตนา การข่มขู่ การหนีกนออกบ้าน ผลจากการที่ผู้ชายถูกกระทำความรุนแรงจากผู้หญิงพบว่าส่งผลเสียในระยะยาวกับผู้ชายต่อสภาพร่างกาย และจิตใจ การใช้แอลกอฮอล์ โรคเครียดหลังถูกกระทำความรุนแรง การใช้สารเสพติดในทางที่ผิด โดยเฉพาะเหยื่อเพศชายที่เป็นพ่อพบว่าความสัมพันธ์กับเด็กได้รับผลกระทบ เช่น ครอบครัวแตกแยก การสิ้นสุดความสัมพันธ์ของพ่อแม่ การล่วงละเมิดทางกฎหมายโดยเฉพาะการใช้ศาลเยาวชนและครอบครัวมีผลกระทบอย่างมากต่อสุขภาพจิตของเหยื่อความรุนแรงที่เป็นเพศชาย ส่วนความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับเพศชายหลังหย่าร้างที่ประสบพบว่ามีมากมายหลายรูปแบบ ได้แก่ ความรุนแรงทางวาจา การกล่าวหาใส่ร้าย การบังคับขู่เข็ญ การระงับการติดต่อกับเด็กและจัดการความสัมพันธ์กับเด็ก ความรุนแรงด้านเสรีภาพ การสะกดรอยตาม บังคับว่าผู้ชายยังคงต้องทุกซ์ทรมานหลังจากสิ้นสุดความสัมพันธ์ด้วยน้ำมือของอดีตคู่ครอง ปัญหาการใช้ความรุนแรงในครอบครัวส่วนใหญ่ไม่สามารถเอาผิดได้ถ้าเป็นการทะเลาะวิวาทกันในครอบครัว

ปัญหาการใช้ความรุนแรงของครอบครัว ในด้านที่สังคมไทยมองผ่านหรือมองข้ามไป ซึ่งเป็นความรุนแรงในครอบครัวที่ผู้ชายเป็นผู้ถูกกระทำ แต่ไม่มีใครพูดถึงต้องถูกปิดไว้ด้วยคำว่าผู้ชายเป็นเพศที่อ่อนแอและร้องไห้ให้ใครเห็นไม่ได้ “ถ้าผู้ชายร้องไห้ไม่เป็น” สังคมไทยยังมองข้ามไปและให้ความสำคัญไม่มากพอ ถึงแม้จะเป็นเพียงส่วนน้อย แม้ผู้ชายจะสร้างการบาดเจ็บที่มากกว่าในความรุนแรงในครอบครัว แต่สังคมไม่ควรมองข้ามอาการบาดเจ็บที่ผู้ชายได้รับการกระทำโดยผู้หญิง การกระทำโดยผู้หญิงอาจดูเล็กน้อยทว่าอาจส่งผลร้ายแรงกับผู้ชายได้เช่นกัน จากการศึกษาสาเหตุของการใช้ความรุนแรงรวมถึงศึกษาลักษณะของการใช้ความรุนแรงแล้ว ผู้เขียนเห็นว่าแนวทางแก้ไขและป้องกันการใช้ความรุนแรงในครอบครัวนั้นควรมี การให้ความรู้ เน้นให้ทุกคนปฏิบัติตามกฎหมาย ยอมรับในความแตกต่างและความเสมอภาคระหว่างเพศ การให้เกียรติกันและกัน การปฏิบัติตามคำสอนของศาสนา การพูดคุยทำความเข้าใจ การหากิจกรรมหรือการทำงานหารายได้ การเลือกคบเพื่อนที่ดี การออกกำลังกายเพื่อเบี่ยงเบนการใช้ความรุนแรง แสดงความรักต่อกัน หลีกเลี่ยงการนอกใจ การควบคุมสื่อต่างๆของภาครัฐ การขอความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญหากตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงในรูปแบบต่าง ๆ ที่บ้านหรือในที่ทำงาน พิจารณาปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ กฎหมาย จิตวิทยา หรือคำแนะนำในรูปแบบอื่น ๆ การเพิ่มช่องทางให้บริการและช่วยเหลือสำหรับผู้ชายที่ตกเป็นเหยื่อความรุนแรงในครอบครัว สร้างบริการที่ไม่แบ่งแยกเพศและหยุดการพิจารณาจากประเพณีที่เป็นเรื่องธรรมดาสำหรับผู้ชายที่เป็นเหยื่อ และมีแนวทางปฏิบัติสำหรับผู้ชายที่ตกเป็นเหยื่อ โดย 1) ให้บริการโดยไม่เปิดเผยข้อมูล ตัวตน ในระยะเริ่มต้นจึงจะทำให้ผู้ชายกล้าเข้ารับบริการและขอรับการ



ช่วยเหลือ โดยไม่ต้องกลัวการตัดสินใจหรือมีความลำบาใจ 2) ควรมีบริการพื้นฐานอย่างเป็นรูปธรรมซึ่งตระหนักและตอบสนองในหลายๆด้านที่ทับซ้อนกันระหว่างประสบการณ์และความต้องการของผู้ถูกระทำที่หลากหลาย 3) ได้รับบริการการช่วยเหลือเฉพาะของเพศชาย ลดอุปสรรคทางโครงสร้างและวัฒนธรรม การตีตราว่าความรุนแรงว่าเกิดจากการกระทำของผู้ชาย 4) การจัดให้มีพื้นที่ในการรวมกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์และการขอรับการสนับสนุน ตลอดจนคนในสังคมควรให้การสนับสนุนและผลักดันให้ปัญหาความรุนแรงลดน้อยลงด้วยการแจ้งเจ้าหน้าที่เมื่อพบเห็นความรุนแรงในครอบครัว เพราะความรุนแรงในครอบครัวเป็นเรื่องของสาธารณชนไม่ใช่เรื่องส่วนตัวอีกต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- Adetunji, J. (2018). *Domestic violence doesn't just happen to women*. Retrieved April 26, 2018, from https://theconversation.com/domestic-violence-doesnt-just-happen-to-women95246?_trms=9e789a513976203d.1666414735221
- Archer, J. (2000). Sex differences in aggression between heterosexual partners: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 126(5), 651-680.
- Barnes, R., & Donovan, C. (2018). *Domestic violence in lesbian, gay, bisexual and/or transgender relationships*. In N. Lombard (Ed.), *Routledge handbook of gender and violence* (pp. 67-81). Routledge.
- Berger, J. L., Douglas, E. M., & Hines, D. A. (2016). *The mental health of male victims and their children affected by legal and administrative partner aggression*. *Aggressive Behavior*, 42(4), 346-361.
- Birchell, G. (22 Feb 2019). *The sun*. Retrieved June 2, 2022, from <https://www.thesun.co.uk/news/6080402/alex-skeel-jordan-worth-jailed-domestic-abuse/>
- Capaldi, D.M., Shortt, J.W. & Kim, H.K. (2005). A life span developmental systems perspective on aggression toward a partner. In: Pinsof, W.; Lebow, J., editors. *Family Psychology: The Art of the Science*. New York: Oxford University Press.
- Cook, P. W. (2009). *Abused men: The hidden side of domestic violence*. Praeger Publishers.
- Drijber, B. C., Reijnders, U. J. L., & Ceelen, M. (2013). Male victims of domestic violence. *Journal of Family Violence*, 28(2), 173-178.
- Dutton, D. G., & White, K. R. (2013). Male victims of domestic violence. *New Male Studies: An International Journal*, 2(1), 5-17.
- Felson, R. B. (2002). *Violence & gender reexamined* (Vol. 21). Washington, DC: American Psychological Association.



- Hine, B., Bates, E. A., & Wallace, S. (2022). "I have guys call me and say 'I can't be the victim of domestic abuse'": Exploring the experiences of telephone support providers for male victims of domestic violence and abuse. *Journal of interpersonal violence*, 37(7-8), NP5594-NP5625.
- Humphreys, C., & Thiara, R. (2003). Mental health and domestic violence: I call it symptoms of abuse. *The British Journal of Social Work*, 33(2), 209-226.
- Huntley, A. L., Potter, L., Williamson, E., Malpass, A., Szilassy, E., & Feder, G. S. (2019). Help-seeking by male victims of domestic violence and abuse (DVA): A systematic review and qualitative evidence synthesis. *BMJ Open*, 9(6), 1-13.
- Klostermann, K. C., & Fals-Stewart, W. (2006). *Intimate partner violence and alcohol use: Exploring the role of drinking in partner violence and its implications for intervention. Aggression and violent behavior*, 11(6), 587-597.
- Logan, T. K. (2019). Examining stalking experiences and outcomes for men and women stalked by (ex)partners and non-partners. *Journal of Family Violence*, 35, 729-739.
- Office for National Statistics. (November 2020). *Domestic abuse in England and Wales overview*: Retrieved June 2, 2022, from <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/crimeandjustice/bulletins/domesticabuseinenglandandwalesoverview/november2020>
- Pace, R. (29 April 2021). *20 Effective Ways of Domestic Violence Prevention*: Retrieved June 2, 2022, from <https://www.marriage.com/advice/domestic-violence-and-abuse/ways-of-domestic-violence-prevention/>
- Pongpan-anoosorn, W. (2013). Critical Problem Resolution of Family Violence throughout the Protection of the Victim of Family Violence. *Journal of Thai Justice System*, 6(3), 65-80.
- Straus, M. A. (2005). *Serious Social Problem. Current controversies on family violence*. Thousand Oak, CA: Sage.
- Straus, M. A. (1995). *Trends in cultural norms and rates of partner violence: An update to 1992*. Understanding partner violence: Prevalence, causes, consequences, and solutions.
- Sodsri, S. (2018). The Problem of family Violence in Thai Society. *Journal of MCU Peace Studies*, 6(1), 600-609.
- Theeravut, N. (2018). *Domestic Violence in Thai Society: Causes, Preventive and Corrective Actions*. *Behavioral Science Research*, 24(2), 1-20.
- Tuila, S., Suksawat, J., & Ranong, L. N. (2020). The Effects of Group Psychological Counseling Program Using Art Feeling to Restore Resilience Quotient of Violently Domestic Abused Women in Social Assistance Center of Kamphaeng Phet Province. *Ratchaphruek Journal*, 18(2), 100-108.



- Voice online. (Jun 7, 2018). *คุณภาพชีวิต. เมื่อผู้ชายถูกล่วงละเมิดทางเพศ ความเจ็บปวดที่ถูกซ้ำเติมในสังคมชายเป็นใหญ่*. Retrieved June 2, 2022, from <https://voicetv.co.th/read/SJf4RqLlm>
- Wacharasin, C., Khamngoen, R., Sriprasan, C., & Chivanon, N. (2018). Factors Related to Violence in Families with School Age Children. *The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health*, 5(2), 189-200.
- Weare, S. (2018). 'Oh you're a guy, how could you be raped by a woman, that makes no sense': towards a case for legally recognising and labelling 'forced-to-penetrate' cases as rape. *International Journal of Law in Context*, 14(1), 110-131.
- World Health Organization. (2019). *Intimate partner violence and alcohol*. Geneva: World Health Organization.
-

การคิดเชิงบวกตามแนวพุทธจิตวิทยาสู่ชีวิตที่ดีงาม

Positive Thinking Based on Buddhist Psychology for Graceful Life

นรินทร์ชิตา ศีลประชาวong¹, สิริวัฒน์ ศรีเครือดง² และ วิชชุดา ฐิติโชติรัตนนา³

Narinchita Silprachawong¹, Siritwat Srikrueadong² and Witchuda Titichoatrattana³

^{1,2,3}สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

^{1,2,3}Buddhist Psychology, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Email: ¹narinchita.s@yahoo.com

Retrieved August 5, 2022; Revised December 14, 2022; Accepted December 28, 2022

บทคัดย่อ

ความคิดเชิงบวกตามแนวพุทธจิตวิทยาเป็นกระบวนการทางความคิดที่เกิดจากการรับรู้ แปลความหมายไปในทางที่ดี เน้นการฝึกฝนจิตใจให้คิดแต่เรื่องดี ๆ โดยเนื้อหาสาระของความคิดนั้นมีทั้งเรื่องของความจริงและความมีประโยชน์ คิดดีตามหลักพระพุทธศาสนาต้องประกอบด้วยปัญญาเพื่อแก้ปัญหาทุกข์ ที่เรียกว่า ”โยนิโสมนสิการ” เป็นการคิดดีและคิดถูกต้อง นั้นหมายถึง คิดแล้วทำให้ความชั่วลดลง ความดีเพิ่มขึ้น คิดแล้วชีวิตดีขึ้น คิดแล้วได้ผลดี จึงเรียกว่า คิดเชิงบวก เมื่อคิดดีก็แสดงพฤติกรรมออกมาดีทั้งคำพูดและการกระทำนำมาซึ่งการมีชีวิตที่ดีงามและมีความสุข ความคิดเชิงบวกเป็นทักษะของมนุษย์ที่เพิ่มประสิทธิภาพในการสร้างสรรค์ผลลัพธ์ในทิศทางที่ดี โดยยอมรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง ต้องรู้จักแยกแยะตัวความคิด ให้พิจารณาถึงคุณประโยชน์และโทษของความคิดนั้น ปัญหาทุกอย่างมองให้เป็นคุณค่าในการพัฒนาตนเองและเป็นแนวทางเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ที่เป็นประโยชน์ มองวิกฤตเป็นโอกาสสู่ความสำเร็จ การคิดเชิงบวกตามแนวพุทธจิตวิทยา เป็นกระบวนการคิดไตร่ตรองที่ประกอบด้วยหลักธรรมพละ 5 ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญาที่สร้างความเข้าใจสาเหตุของปัญหาและเข้าถึงเป้าหมายการดับปัญหาที่แท้จริงของชีวิตในอริยสัจสี่ และ มรรคมีองค์ 8 ทำให้บุคคลรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง เกิดความเชื่อในความสามารถ มีความกระตือรือร้น มีพลังที่จะกระทำสิ่งต่างๆ มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น เมื่อบุคคลมีกระบวนการของไตร่ตรองความคิดภายในตนอย่างลึกซึ้งด้วยพลังแห่งสติและสัมปชัญญะ จะสามารถสร้างพลังความเชื่อมั่นและศรัทธาที่ถูกต้องภายในจิตใจ มีวิริยะ ความเพียรพยายามมุ่งมั่นทำให้มีความคิดที่อยู่เสมอ มีสมาธิในการมุ่งมั่นตั้งใจเพื่อจัดการกับความคิดที่ช่วยระงับความคิดฟุ้งซ่าน และมีพลังแห่งปัญญาในการพิจารณาเห็นคุณประโยชน์และโทษของความคิดที่เกิดขึ้น ก็จะทำให้สามารถคิดที่แก้ปัญหาและป้องกันปัญหาทุกข์ที่อาจจะเกิดขึ้นได้

คำสำคัญ: การคิดเชิงบวก; พุทธจิตวิทยา; ชีวิตที่ดีงาม; การพัฒนาตนเอง



Abstract

Positive thinking based on Buddhist psychology is a cognitive process that is emerged by perceiving and interpreting it in a good way. The emphasis is placed on training the mind to think only about good things, whereby the contents of thought are both true and useful. Good thought, according to Buddhist principles, consists of wisdom for solving sufferings called “Yonisomanasikan” which is good thinking and the right view. That means thinking about decreasing bad habits and increasing goodness. As the process of thinking is better, lives get better and work goes well. It's called positive thinking. When thinking is well, behavior is expressed well, both in words and deeds, leading to a virtuous and happy life. Positive thinking is a human skill that increases the efficiency of creating results in a positive direction. By acknowledging the actual condition of the problem, a person must know how to distinguish the contents of thought and consider the benefits and harms of it. Every problem is viewed as a value in self-development and a way of learning new and useful things. Insight into a crisis is an opportunity for success. Positive thinking along with Buddhist psychology is a deliberative thought process composed of five principles of spirituality. Faith, perseverance, mindfulness, concentration, and wisdom, make people understand the cause and implement solving suffering in the Four Noble Truths and Noble Eightfold Path. They can feel self-esteem, confident in their ability, and enthusiasm, get the power to do things and have good relationships with others. When a person ponders deeply, a process of inner thoughts within himself, from the power of mindfulness and awareness will build up the right confidence and faith within his mind. Perseverance always strives to embrace good thoughts. Concentration on intentionality to manipulate thoughts suppresses distracting thoughts, and the power of wisdom to consider the benefits and harms of the thoughts that arise enables them to think about solving problems and prevent potential problems.

Keywords: Positive Thinking; Buddhist Psychology; Graceful Life; Self-Development

บทนำ

สภาพการเปลี่ยนแปลงของสังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรมอย่างรวดเร็วรวมถึงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของมนุษย์ทั้งในทางบวกและทางลบ ปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้ทำให้ภาวะสุขภาพจิตของประชาชนทุกกลุ่มเสื่อมถอย นำไปสู่ภาวะสุขภาพจิตที่ย่ำแย่ ต้องตกอยู่ในภาวะความเครียด ความหวาดหวั่น ความเหนื่อยล้าและสะสมนานวันเข้า จนกลายเป็นภาวะของความท้อแท้ใจ และอาจนำมาสู่ภาวะซึมเศร้า ความสิ้นหวังและการฆ่าตัวตายได้ในที่สุด (อรอุมา รัตนบรรณกิจ, 2564) หากผู้ที่เผชิญปัญหา มีการคิดเชิงบวกก็จะสามารถทำให้ดำเนินชีวิตต่อไปได้ ความคิดเป็นจุดเริ่มต้นของการกระทำทั้งทางกาย วาจา และทางใจโดยมีพลังแห่งจิตเป็นเจตนาสร้างแรงผลักดันที่ขับเคลื่อนอยู่เบื้องหลังความคิดนั้น ๆ ความคิดปรุงแต่งทำ



ให้เกิดความรู้สึกทั้งด้านบวกและด้านลบ เช่น สุข ทุกข์ หรือ เฉย ๆ การรับรู้ความรู้สึกต่ออารมณ์นั้นเป็นที่ตั้งของอารมณ์ทั้งความพอใจ ยินดี และความไม่พอใจ ยินร้าย นำไปสู่การหลงติดในอารมณ์นั้น ๆ จึงเป็นเหตุปัจจัยของปัญหาทุกข์และความสุข พระพุทธเจ้าจึงสอนให้ตัดกระแสความคิดที่ก่อให้เกิดปัญหาทุกข์ด้วยการคิดที่ประกอบด้วยปัญญา เป็นการคิดเชิงบวกที่ส่งผลลัพท์ที่ดี เป็นประโยชน์ซึ่งนำไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองและประสบความสำเร็จ มนุษย์ทุกคนจึงควรฝึกฝนความคิดให้คิดดีอยู่เสมอ โดยมีจิตเป็นผู้คิดและเป็นตัวนำในการกระทำทั้งปวง เมื่อคิดดี ย่อมทำให้พูดและทำดี ผลคือความสุข แต่ถ้าคิดชั่ว การพูดและทำก็ชั่ว ผลคือความทุกข์ ดังตัวอย่างพุทธพจน์ที่ว่า ธรรมทั้งหลาย มีใจเป็นสภาพถึงก่อน มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จแล้วด้วยใจ ถ้าบุคคลมีใจร้ายแล้ว พูดอยู่ที่ดี ทำอยู่ที่ดี ทุกข์ย่อมไปตามเขาเพราะเหตุนี้ จุลล่อหลุมไปตาม รอยเท้าโคตัวนำแอกไปอยู่ฉะนั้น ถ้าบุคคลมีใจผ่องใสแล้ว พูดอยู่ที่ดี ทำอยู่ที่ดี ความสุขย่อมไปตามเขา เพราะเหตุนี้ เหมือนเงาไปตามตัวฉะนั้น (ขุ.ธ.(ไทย) 40/11/1) ในพระพุทธศาสนาจึงสอนให้ฝึกจิตให้คิดดี เพราะจิตที่ฝึกแล้วย่อมเป็นเหตุนำสุขมาให้ (ขุ.ธ.(ไทย) 40/13/285) คนคิดแง่ลบ มักจะรู้สึกว่าชีวิตตัวเองแย่ วิถีทางวลกับชีวิตตนเอง มีความเครียด มีอารมณ์ไม่มั่นคงไม่เปลี่ยนแปลงง่าย ไม่สนใจความรู้สึกของคนอื่น เข้ากับเพื่อนฝูงยาก ชอบเก็บตัวเงียบอยู่คนเดียว ในขณะที่คนเราที่มีจิตคิดแต่แง่ลบุมติๆจะเป็นคนที่เห็นคุณค่าชื่นชมตัวเอง มองตัวเองในแง่ดี คิดแต่เรื่องบวกให้แก่ชีวิตตนเองเป็นคนที่มีความสุข จะรู้จักควบคุมชีวิตของตัวเองได้ และเชื่อว่าตนสามารถควบคุมสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับชีวิตของตนเองได้ ที่ทำให้ตนเองมีกำลังใจ ทำงานสำเร็จ มองว่าตัวเองเป็นคนมีศักยภาพสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ตามที่ตนตั้งเป้าหมายไว้ได้ การฝึกจิตให้เป็นไปในทางบวก รู้เท่าทันตนเอง เข้าใจตนเอง มีความเมตตากรุณา รู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จะเป็นแนวทางการพัฒนาชีวิตให้เกิดความดีงาม มีความสุขทางจิตใจมากยิ่งขึ้น (สุวรรณี ไวก่ และคณะ, 2564)

ความสำคัญของความคิด

กระบวนการคิดของมนุษย์เกิดจากการรับรู้ ผ่านระบบประสาทสัมผัส หรืออายตนะทั้ง 6 ช่องทางซึ่งเป็นจุดเชื่อมต่อทำให้เกิดความรู้ที่มาจากภายในโดยทำหน้าที่ในการรับรู้ที่แตกต่างกัน เช่น ตา-รับรู้การเห็น หู-รับรู้การได้ยิน เสียง จมูก-รับรู้กลิ่น กาย-รับรู้สัมผัส เย็น-ร้อน อ่อน-แข็ง และใจ-รับรู้อารมณ์ความรู้สึก เช่น สุข-ทุกข์ เป็นต้น เมื่อเกิดการรับรู้อารมณ์ บุคคลต้องมีสติ สัมปชัญญะในการเลือกปัจจัยที่จะชักนำความคิดให้เป็นกุศล หรือ คิดบวกตามหลักพุทธธรรม โดยใช้ นาม-รูป หรือ กาย-ใจเป็นเครื่องมือนำไปสร้างกุศลจิต คิดบวกให้เกิดขึ้น ซึ่งต้องฝึกสติ อบรมจิตให้เกิดการคิดด้วยปัญญา หรือโยนิโสมนสิการ การคิดเชิงบวกเป็นประสิทธิภาพของมนุษย์ ในการที่จะสร้างสรรค์ผลลัพธ์ที่ต้องการได้ด้วยการคิดในแง่บวก การมีความเชื่อในความเป็นไปได้ (เวนเทอร์ล่า, 2545) จึงสามารถยอมรับสภาพปัญหาที่กำลังเกิดขึ้น ควบคุมอารมณ์ได้ดี มีการตัดสินใจอย่างสมเหตุสมผล สามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น ความคิดเป็นตัวกำหนดความเป็นไปของสัตว์โลก กล่าวคือ โลกจะไปทางไหน ก็สุดแล้วแต่ความคิดของมนุษย์จะนำไป จะไปทางดีหรือทางชั่ว ทางสงบ หรือ ทางวุ่นวาย ผู้นำโลกคือ ความคิด หรือจิตมนุษย์นั่นเอง ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “ความคิดนำโลกไป ความคิดทำให้โลกดิ้นรน สิ่งทั้งปวงตกอยู่ใต้อำนาจของความคิด” (ส.ส.(ไทย) 24/180-181,211) โลกคือหม่อมมนุษย์ดิ้นรนก็เพราะจิตดิ้นรน หรือความคิดดิ้นรนนั่นเอง พอความคิดสงบ โลกก็สงบ สิ่งทั้งปวง



จึงตกอยู่ภายใต้อำนาจแห่งความคิดอย่างแท้จริง ดังนั้นความคิดจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งเพราะเป็นจุดเริ่มต้นของการกระทำทั้งทางกาย วาจา และทางใจ นำมาซึ่งความสุขหรือความทุกข์ก็อยู่ที่วิธีคิด

จิตมีธรรมชาติในการคิดเรื่องต่าง ๆ ที่ได้กระทบทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และที่รับรู้ได้ คิดทางใจ นำสิ่งที่รับรู้เข้ามาคิดปรุงแต่งในจิตใจ เกิดเป็นที่ตั้งของอารมณ์ทั้งความยินดี ยินร้าย นำไปสู่การหลงติดในอารมณ์นั้น ๆ จึงปรากฏเป็นโรคความติดใจยินดี หรือโลภะ ความโลภอยากได้ เป็นโทสะ ความกระทบกระทั่งโกรธ แค้นขัดเคือง เป็นโมหะ คือความหลงอัน เรียกว่า กิเลส อารมณ์และกิเลสเหล่านี้เป็นสิ่งที่ประกอบกันอยู่แล้วหมักดองอยู่ในจิต ทับถมทวีขึ้น อาการที่หมักดองเรียกว่า “อาสวะ” อาการที่นอนเนื่องเรียกว่า “อนุสัย” อันเป็นที่ตั้งอาการของจิตที่เรียกว่า นิสสัย อุปนิสัย สันดานของแต่ละบุคคล เมื่อจิตนี้รับอารมณ์เรื่องใหม่ ๆ เข้ามา ก็ทำให้อารมณ์และกิเลสที่หมักดองอยู่เป็นอาสวะ เป็นอนุสัยดังกล่าวนั้นพุ่งขึ้นมา แสดงออกเป็นความชอบบ้างในสิ่งที่ชอบ เป็นความชังบ้างเมื่ออารมณ์ใหม่ ๆ เหล่านั้นเป็นที่ตั้งของสิ่งที่ชัง เกิดความหลงบ้าง ก็เพิ่มพูนโรคหรือโลภะ โทสะ โมหะ มากขึ้นไปอีก จิตของแต่ละบุคคลนี้จึงเป็นจิตที่เศร้าหมอง ไม่ผ่องใส เพราะยังมีเครื่องเศร้าหมองมาหมักดองนอนจมอยู่ มากำบังธรรมชาติของจิตที่ประภัสสรคือ ผุดผ่องนั้น ทำให้ไม่ผุดผ่อง และมาปิดบังความรู้ที่เป็นธาตุรู้ นั้นไม่ให้อำนาจรู้แจ้ง ให้อำนาจคิดอยู่แค่มายาเท่านั้น (สมเด็จพระญาณสังวร, 2551) พระพุทธเจ้าตรัสว่า จิตนี้เป็นธรรมชาติที่นุ่มไปได้ ถ้าน้อมไปในทางความดี ก็จะคุ้นเคยอยู่ในความดี ถ้าน้อมไปทางฝ่ายชั่ว ก็จะคุ้นเคยอยู่กับความชั่ว การน้อมจิตก็โดยใช้การคิด เมื่อคิดดีบ่อย ๆ จิตก็จะคุ้นเคยกับความดี ละความคิดชั่ว (ม.ม. 18/252/206) ความคิดของคนเราจะดีหรือชั่ว ก็ขึ้นอยู่กับ เจตสิกที่เข้ามาประกอบกับจิต คำว่า “เจตสิก” หมายถึง สภาวะธรรม 52 อย่าง ประกอบกับจิต เกิดและดับขณะเดียวกับจิต มีอารมณ์และที่ตั้งอย่างเดียวกับจิต (พระอนุรุทธาจารย์, 2556) ซึ่งเป็นธรรมชาติที่ปรุงจิตให้อารมณ์เป็นไปต่าง ๆ ตามลักษณะของตน ปรุงแต่งให้คิดไปในทางดี เรียกว่า “โสภณเจตสิก” ทำให้เป็นกุศลจิต ปรุงแต่งให้คิดไปในทางชั่ว เรียกว่า “อกุศลเจตสิก” ทำให้เป็นอกุศลจิต ตัวปรุงแต่งจิตนี้เรียกรวม ๆ ว่า “สังขารเจตสิก” ดังนี้

จิต + เจตสิกฝ่ายดี = กุศลจิต อารมณ์ + คิดดี → คิดดี → ทำดี → ความสุข

จิต + เจตสิกฝ่ายชั่ว = อกุศลจิต อารมณ์ + คิดชั่ว → คิดชั่ว → ทำชั่ว → ปัญหาทุกข์

สรุปได้ว่า จิตมีธรรมชาติที่นุ่มไปได้ทั้งกุศล-คิดดีและอกุศล-คิดชั่วขึ้นกับพื้นฐานของจิตว่าคุ้นเคยอยู่กับความดีหรือความชั่ว ถ้าจิตที่คุ้นเคยอยู่กับความดี เมื่อรับรู้อารมณ์ใดๆก็เป็นเหตุให้คิดดี เมื่อคิดดีก็แสดงพฤติกรรมออกมาดีทั้งคำพูดและการกระทำนำมาซึ่งความสุข แต่ถ้าจิตคุ้นเคยอยู่กับความชั่ว เมื่อรับรู้อารมณ์ใหม่ ๆ จิตก็จะนุ่มไปในทางคิดชั่ว การแสดงพฤติกรรมก็ไปในทางชั่ว นำมาซึ่งปัญหาและความทุกข์ อารมณ์และกิเลสต่าง ๆ เป็นสิ่งที่ประกอบกันอยู่ในจิตที่สะสมฝังอยู่อย่างหนาแน่น ดังนั้นบุคคลจึงควรฝึกน้อมจิตให้คิดดีเชิงบวกอยู่เสมอ เพื่อเข้าถึงความจริงตามธรรมชาติ ไม่หลงติดอยู่ในอารมณ์ของจิตที่เศร้าหมอง ชัดเกลากจิตให้มีความผ่องใส ซึ่งเป็นวิธีสอนของพระพุทธศาสนาที่นำไปสู่การดับความทุกข์ หรือแก้ปัญหาของชีวิตได้

แนวคิดเกี่ยวกับความคิดเชิงบวก

การคิดเชิงบวก (Positive Thinking) เป็นพลังอันยิ่งใหญ่ไม่ว่าบุคคลนั้นจะเผชิญกับเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่ร้ายแรงเพียงใดก็ตามจะสามารถควบคุมแก้ไขให้ผ่านไปได้ด้วยดีเป็นการมองสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงและถูกต้องแน่นอน ด้วยความเข้าใจพื้นฐานของปัญหาและรู้ว่าปัญหาแต่ละอย่างนั้นมี



สาเหตุได้หลายอย่างต่าง ๆ กัน บุคคลที่มีการมองโลกในแง่ดีจะมีความมั่นคงและมั่นใจในตนเองอย่างสร้างสรรค์มีกำลังใจและมีความสุขมากกว่าคนทั่วไป (ปัญญานาฏ วรวัฒน์ชัย, 2565) ความหมายการคิดเชิงบวกมีผู้ศึกษาได้ให้ความหมายกันอย่างหลากหลายซึ่งพอจะสรุป ความหมายได้ดังนี้ การคิดเชิงบวกเป็นความสามารถของบุคคลที่มองเหตุการณ์รอบตัวตามความเป็นจริงด้วยความมั่นคง ทางอารมณ์ (KAORI AND MOTOKO, 2015) ทศนคติทางจิตที่เป็นบวกของบุคคลที่มีต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ทำให้เกิดความยืดหยุ่นและสร้างสรรค์มากขึ้น (Hsiao Wenloong and Ying, 2012) กระบวนการคิดที่ทำให้เกิดมีความสุข เกิดความกระตือรือร้น มองโลกในแง่ดี มีพลังที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มีสุขภาพที่ดีขึ้นและส่งผลทำให้ประสบความสำเร็จในชีวิตด้วย (Potter, 1998) ในขณะที่ความหมายของการคิดเชิงบวกถูกให้นิยามว่า เป็นวิธีการชักจูงจิตใต้สำนึกของเราให้เป็นไปในทิศทางบวก คิดและทำอะไรอย่างมีสติตามความเป็นจริง ส่งผลทำให้มีพฤติกรรมไปในทิศทางบวกด้วยความคิดที่เป็นบวก (ไพเพอร์, 2548) และ เป็นการคิดในแง่ดีและเป็นประโยชน์ซึ่งนำไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองและประสบความสำเร็จ ทำให้สามารถปรับตัวได้ดีและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (Baughman, 1974) การมองโลกในแง่ดี ยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง สามารถแก้ปัญหาและป้องกันไม่ให้เกิดปัญหานั้นขึ้นอีกได้โดยไม่ยึดติดกับประสบการณ์ในอดีตที่ไม่ดีและพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ที่เป็นประโยชน์ (English, 1992) นอกจากนี้การคิดเชิงบวก หมายถึง การใช้กระบวนการปัญญาที่อาศัยจินตนาการ อย่างมีความหวังต่อสถานการณ์หรือสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดยตั้งอยู่บนหลักแห่งความเป็นจริง ซึ่งเป็นไปในแง่ดี อันจะนำไปสู่ความรู้สึกที่ดี เกิดความพึงพอใจ และเป็นสุขกับอารมณ์ความคิดของตนเอง (อมรา, 2565) ยังเป็นการยอมรับสภาพความเป็นจริง เปลี่ยนปัญหาเป็นความสำเร็จ มองวิกฤตเป็นโอกาส ทุกอย่างที่เกิดขึ้นมองให้เป็นประโยชน์หรือข้อดี สามารถสร้างกำลังใจและความสุขเกิดขึ้นได้ (อารี พันธมณี, 2544) และกระบวนการคิดของบุคคลที่มีทัศนคติต่อตนเองในทางบวกต่อการรับรู้ สิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริงอย่างเป็นเหตุเป็นผลมีความรู้สึกที่ดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ไม่ยึดติดกับประสบการณ์ในอดีตที่ไม่ดีพร้อมเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ด้วยจิตใจที่เบิกบาน (โยชิตา สมเจริญ, 2557) บุคคลที่มีความคิดเชิงบวกนั้นจะรู้จักควบคุมอารมณ์ไม่ให้เป็นคนอ่อนไหวง่ายเกินไป เป็นคนเปิดเผย ชอบสังคมและให้ออกาสบุคคลที่ผิดพลาด

สรุปได้ว่าความหมายของการคิดเชิงบวกเป็นกระบวนการคิดให้เกิดผลไปในทิศทางที่ดี จากการที่บุคคลรับรู้และเชื่อในความเป็นไปได้บนพื้นฐานความเป็นจริง มีความเชื่อมั่นในตนเอง มุ่งมั่นตั้งใจที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ให้บรรลุเป้าหมาย มีความเข้มแข็งในการเผชิญปัญหา ควบคุมอารมณ์ได้ดี รู้จักตัดสินใจอย่างเป็นเหตุเป็นผล ยอมรับสภาพปัญหาที่กำลังเกิดขึ้น สามารถเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ที่เป็นประโยชน์ ส่งผลให้บุคคลมีพฤติกรรมการแสดงออกที่ดีงามและมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

กระบวนการคิดเชิงบวกในทางพระพุทธศาสนา

กระบวนการคิดเกิดจากการรับรู้ พระพุทธองค์ทรงแสดงว่า มนุษย์เกิดขึ้นได้เพราะการประชุมรวมกันของธาตุ 6 ชนิด ได้แก่ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ธาตุอากาศ และวิญญาณธาตุ (ม.อ. (ไทย) 23/679/314) โดย 4 ธาตุแรกเป็นรูปธาตุ ส่วน 2 ธาตุหลังเป็นนามธาตุ เฉพาะวิญญาณธาตุเป็นธาตุพิเศษ คือ เป็นธาตุรู้หรือสามารถรู้อะไร ๆ ได้ เมื่อธาตุทั้ง 6 มารวมกันแล้วได้ก่อให้เกิดประสาทรับรู้ของมนุษย์ขึ้น 6 ชนิด ได้แก่ 1.ประสาทตา (จักขวยตนะ) 2.ประสาทหู (โสตยตนะ) 3.ประสาทจมูก (ฆานายตนะ) 4.ประสาทลิ้น (ชีวนายตนะ) 5.ประสาทกาย (กายายตนะ) และ 6.ประสาทใจ (มโนยตนะ) รวมเรียกว่า ผัสสยตนะ 6 (ม.อ. (ไทย) 23/680/315) โดยประสาทรับรู้



5 อย่างแรก เรียกว่า ประสาทสัมผัสทางกาย ส่วนอย่างสุดท้ายเรียกว่า ประสาทสัมผัสทางใจ ในทางพระพุทธศาสนา เรียกประสาทสัมผัสทั้ง 6 นี้ว่า “อายตนะ” แปลว่า ทวาร หรือ ประตู ที่ทำให้มนุษย์สามารถติดต่อกับโลกภายนอกได้ ซึ่งอายตนะนี้พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า นรกมีที่อายตนะ สวรรค์อยู่ที่อายตนะ ตรัสว่า “นรกที่อายตนะ สำหรับสัมผัส นั้นเห็นแล้ว” (อภิ.วิ. (ไทย)78/1103/895) ส่วนสวรรค์อยู่ที่อายตนะนั้น ทรงตรัสว่า “สวรรค์ทางผัสสาอายตนะ ฉันทเห็นแล้ว” (อภิ.วิ. (ไทย)78/1103/895) กล่าวคือ เมื่อใดเห็นรูป ได้ฟังเสียง ตมกลิ่น ลิ้มรส สัมผัสผิวหนัง คิดนึกเรื่องอะไร อยู่ในใจแล้ว เกิดราคะขึ้นขบกัด เกิดโทสะขึ้นเผาผลาญ เกิดโมหะขึ้นทอหุ้มจิตใจ เมื่อนั้นเรียกว่า มีนรกทางผัสสาอายตนะ ซึ่งเป็นนรกจริง นรกชนิดนี้มีที่นี้ไม่ต้องรอต่อตายแล้ว เป็นนรกที่ควบคุมได้ กำจัดได้ เป็นสิ่งที่ควรรู้จักสนใจ เมื่อไม่ตกนรกชนิดนี้แล้ว จะไม่ตกนรกชนิดไหนหมด (พุทธทาสภิกขุ, 2548)

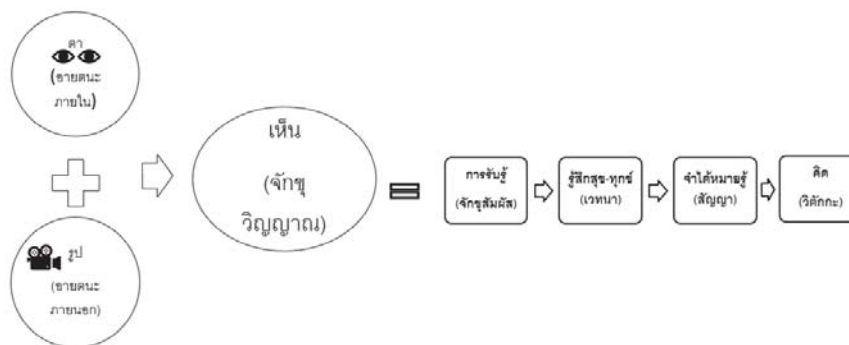
สำหรับสภาวะหรือความรู้แจ้งในอารมณ์ความรู้สึกที่เรียกว่า “วิญญูญาณ” เกิดขึ้นเมื่อเกิดการรับรู้จากการกระทบจากประสาทสัมผัส หรือที่เรียกว่า “ผัสสะ” (การทำงานพร้อมกันแห่งอายตนะภายใน อายตนะภายนอกและวิญญูญาณ) ได้แก่ วิญญูญาณ 6 การรับรู้ผ่านช่องทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ หรือเรียกง่าย ๆ ว่า “อินทริย์” เป็นอายตนะภายใน 6 ช่องทางซึ่งเป็นแดนเชื่อมต่อให้เกิดความรู้ที่มาจากภายในโดยทำหน้าที่ในการรับรู้คนละประเภทที่แตกต่างกัน เช่น ตา-รับรู้การเห็น หู-รับรู้การได้ยินเสียง จมูก-รับรู้กลิ่น กาย-รับรู้สัมผัส เย็น-ร้อน อ่อน-แข็ง และใจ-รับรู้อารมณ์ความรู้สึก เช่น สุข-ทุกข์ เป็นต้น ในขณะที่ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส และอารมณ์หรือธรรมารมณ์ เป็นอายตนะภายนอก 6 ช่องทาง ซึ่งเป็นแดนเชื่อมต่อให้เกิดความรู้ที่มาจากภายนอก โดยทำหน้าที่เชื่อมต่อการรับรู้จากอายตนะภายในมาเชื่อมกับแดนรับรู้ภายนอก เช่น มีวัตถุที่ตั้งอยู่ โดยมีตา มาทำหน้าที่เชื่อมกับรูปจนทำให้เห็นวัตถุ คือ รูปนั้นๆ เป็นต้น การรับรู้ของมนุษย์จะเกิดขึ้นได้นั้นประสาทสัมผัสทั้งหลายต้องไม่เสียหายและต้องมีการใส่ใจจึงจะเกิดการรับรู้ ดังที่พระสารีบุตร อธิบายไว้ว่า “เมื่อจักขุประสาทไม่แตกทำลาย และรูปทั้งหลายอันเป็นภายนอกมาปรากฏ แต่จิตไม่ใส่ใจ รูปก็ไม่ปรากฏ แต่เมื่อจิตใส่ใจ รูปก็ย่อมมีในกาลนั้น วิญญูญาณ คือความรู้อันเกิดแต่จักขุ รูปและการใส่ใจ ย่อมมีได้ด้วยอาการอย่างนี้” (ม.ม. (ไทย)18/346/512) ในกรณีของโสตประสาท ฆานประสาท ชิวหาประสาท กายประสาท ก็เช่นเดียวกัน จะเห็นได้ว่ากระบวนการรับรู้ของมนุษย์ เกิดจากประสาทสัมผัสทั้ง 6 อย่างที่ไม่เสียหายต้องทำงานร่วมกันจึงจะเกิดการรู้หรือการรู้ที่ชัดเจน แบ่งเป็น 2 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนแรก ประสาททางกาย เช่น ตากระทบกับรูป ก่อให้เกิดความรู้สึกขั้นต้น เรียกว่า ความรู้สึกทางตา (จักขุวิญญูญาณ) กระบวนการขั้นตอนนี้ (ตา + วัตถุ = จักขุวิญญูญาณ) รวมเรียกว่า “ผัสสะ” คือความรู้สึกกระทบหรือความรู้สึกสัมผัส ขั้นตอนที่สอง ผัสสะหรือความรู้สึกที่กระทบนั้นไหลไปสู่ประสาทใจ คือ มนะ และใจรับรู้การสัมผัสนั้น จึงเกิดการรับรู้ในขั้นที่สองคือ รู้ทางใจ เรียกว่า มโนวิญญูญาณ คือ การรู้ทางใจเป็นการรู้ที่ชัดเจน คือการเห็นที่ชัดเจนเป็นความรู้ทางตาในกรณีของประสาทสัมผัสอื่นๆก็ทำนองเดียวกันโดยกระบวนการทำงานพร้อมกัน ดังนี้

1. ผัสสะทางตา หรือ จักขุสัมผัส คือ ตา + รูป + จักขุวิญญูญาณ = มองเห็นรูป
2. ผัสสะทางหู หรือ โสตสัมผัส คือ หู + เสียง + โสตวิญญูญาณ = ได้ยินเสียง
3. ผัสสะทางจมูก หรือ ฆานสัมผัส คือ จมูก + กลิ่น + ฆานวิญญูญาณ = รับรู้กลิ่น
4. ผัสสะทางลิ้น หรือ ชิวหาสัมผัส คือ ลิ้น + รส + ชิวหาวิญญูญาณ = รับรู้รส
5. ผัสสะทางกาย หรือ กายสัมผัส คือ กาย + ฝนสัมผัส + กายวิญญูญาณ = รับรู้สัมผัส
6. ผัสสะทางใจ หรือ มโนสัมผัส คือ ใจ + ธรรมารมณ์ + มโนวิญญูญาณ = รับรู้ความรู้สึกนึกคิด



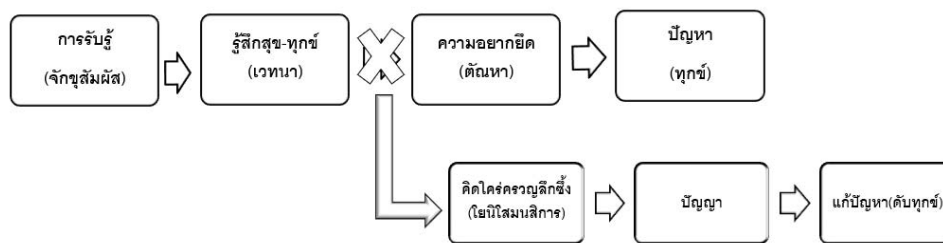
กระบวนการคิดของมนุษย์เป็นขั้นตอนที่ต่อเนื่องจากกระบวนการรับรู้ของประสาทสัมผัสทางกาย หรือช่วงของผัสสะ เมื่อมีการรับรู้ ก็จะมีความรู้สึกต่ออารมณ์นั้น เช่น สุข สบาย ทุกข์ ไม่สบาย หรือ เฉย ๆ เรียกว่า “เวทนา” พร้อมกันนั้นก็จะมีการหมายอารมณ์ว่าเป็นนั่นเป็นนี่ เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ชื่อนั้นชื่อนี้ เรียกว่า “สัญญา” จากนั้นเกิดความคิด ความดำริตรีกต่าง ๆ เรียกว่า “วิตักกะ” กระบวนการรับรู้เป็นไปอย่างนี้เหมือนกัน ไม่ว่าจะเป็นการประสบอารมณ์ โดยได้รับประสบการณ์ภายนอก หรือ การนึกถึงยกเอาเรื่องราวต่าง ๆ ขึ้นมาพิจารณาในใจขั้นตอนของการคิด (วิตักกะ) นี้มีความสำคัญอย่างยิ่งในการกำหนดบุคลิกภาพ และวิถีชีวิตของบุคคล ตลอดถึงสังคม แต่ความคิดจะเป็นอย่างไร ย่อมต้องอาศัยปัจจัยที่กำหนดปรุงแต่งความคิดนั้นอีกต่อหนึ่ง

ปัจจัยอย่างหนึ่งที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อความคิด ได้แก่ ความรู้สึกสุขทุกข์ (เวทนา) ถ้ารู้สึกเป็นสุข ก็ชอบใจ อยากได้ อยากเสพ อยากเอา (ตัณหาฝ่ายบวก) ถ้ารู้สึกเป็นทุกข์ ก็ขัดใจไม่ชอบใจ อยากเลี่ยงพ้นหรืออยากทำลาย (ตัณหาฝ่ายลบ) จากนั้นความคิดปรุงแต่งต่างๆ ก็จะพุ่งไปที่อารมณ์เป็นที่มาของเวทนานั้น เอาสิ่งนั้นเป็นที่จับความคิด พร้อมด้วยความจำได้หมายรู้ว่าสิ่งนั้นสิ่งนี้ เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ (สัญญา) แล้วความคิดปรุงแต่งก็ดำเนินไปตามวิถีของความชอบใจไม่ชอบใจนั้น เครื่องปรุงแต่งของความคิด ก็คือ ความโน้มเอียง ความเคยชิน กิเลส จิตนิสัยต่างๆที่จิตได้สั่งสมไว้ (สังขาร) และคิดอยู่ในกรอบ ในขอบเขต ในแนวทางของสังขารนั้น จากความคิดก็อาจแสดงออกมาเป็นการกระทำ การพูดและแสดงบทบาทต่างๆ (สมเด็จพะพุฒโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2557)



แผนภาพที่ 1 แสดงตัวอย่างแสดงกระบวนการเกิดความคิดจากการรับรู้ทางตา

พระพุทธองค์ทรงแสดงเหตุปัจจัยของความทุกข์และความสุขว่าเกิดจากความคิด กระบวนการความคิดนี้เป็นกระบวนการที่สนองตัณหา เมื่อกระแสความคิดตกอยู่ใต้อิทธิพลของเวทนา คือความรู้สึกสุข ทุกข์ หรือแม้แต่รู้สึกเฉย ๆ ผลลัพธ์คือ การก่อปัญหาทำให้เกิดทุกข์ ดังนั้นพระพุทธศาสนาจึงสอนให้ตัดกระแสความคิดที่ก่อให้เกิดปัญหาทุกข์นี้ ด้วยการคิดที่ประกอบด้วยปัญญา ที่เรียกว่า “โยนิโสมนสิการ” เป็นกระบวนการของการศึกษาความคิดภายในตน อันเป็นการคิดที่แก้ปัญหาไปสู่ความดับทุกข์ และ จุดสำคัญของโยนิโสมนสิการ ก็คือ การตัดวงจรไม่ให้เวทนามีอิทธิพลที่เป็นปัจจัยก่อให้เกิดต้นเหตุต่อไป คือ ให้มีแต่เพียงการรับรู้เวทนา โดยไม่เกิดต้นเหตุ เมื่อไม่เกิดต้นเหตุ การคิดปรุงแต่งตามอำนาจของตัณหาก็ก็น่าจะดับไป โยนิโสมนสิการก็นำความคิดไปสู่ปัญญาเพื่อแก้ปัญหาทุกข์ ดังแสดงในภาพ



แผนภาพที่ 2 แสดงกระบวนการแก้ปัญหาทุกข์จากการตัดกระแสความคิดที่เกิดจากการรับรู้

สรุปได้ว่า เหตุปัจจัยของความทุกข์และความสุขเกิดจากความคิด กระบวนการคิดของมนุษย์เกิดจากการรับรู้ (ผัสสะ) แล้วเกิดเป็นความรู้สึกสุข ทุกข์หรือ เฉย ๆ (เวทนา) ในขั้นตอนนี้ถ้าบุคคลมีการคิดไตร่ตรอง ใคร่ครวญอย่างลึกซึ้ง (โยนิโสมนสิการ) ก็จะทำให้เกิดปัญญาสามารถป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นได้ แต่ถ้าปล่อยให้ความคิดไหลไปตามความอยากของกิเลสตัณหาก็คงก่อให้เกิดปัญหาตามมา ขั้นตอนของการรับรู้ (ผัสสะ) จึงเป็นขั้นตอนที่สำคัญที่จะนำไปสู่การมีปัญหาหรือไม่มีปัญหาทุกข์ ดังนั้น บุคคลพึงระวังเมื่อเกิดผัสสะ การรับรู้อารมณ์ ต้องมีสติเลือกปัจจัยที่จะชักนำความคิดให้เป็นกุศล (คิดบวก) โดยใช้ นาม-รูป หรือ กาย-ใจเป็นเครื่องมือนำไปสร้างกุศลจิต คิดบวกให้เกิดขึ้น ซึ่งต้องใช้การฝึกสติ อบรมจิตให้เกิดโยนิโสมนสิการ หรือ คิดด้วยปัญญา นำมาซึ่งการดำเนินชีวิตที่ดีงาม ผาสุก

แนวทางสู่การคิดเชิงบวกตามแนวพุทธจิตวิทยา

แนวทางพุทธจิตวิทยาเป็นแนวคิดที่นำแก่นคำสอนของพุทธศาสนาที่ว่าด้วยเรื่องทุกข์และวิถีทางในการเข้าถึงความดับทุกข์นั้นมาประยุกต์ใช้ในกระบวนการทางจิตวิทยานั้น เป็นผลสืบเนื่องจากความเปลี่ยนแปลงของปัญหาสภาพชีวิตและสังคม เกิดขึ้นในยุคพัฒนาที่คนมีความพร้อมด้วยวัตถุมากขึ้น แต่ปรากฏว่าชีวิตของมนุษย์มีปัญหามากขึ้นในด้านจิตใจ เช่น ความเครียด ความวิตกกังวลความรู้สึกแปลกแยก ความว้าวุ่น เดียวดาย ความรู้สึกว่างเปล่า ไร้ความหมาย มีความกดดันและบีบคั้นซึ่งในทางพุทธศาสนารวมเรียกว่า “ทุกข์” (พระศรีปริยัติธาดา และ คณะ, 2560) การศึกษาสภาวะต่างๆทางจิตใจที่สัมพันธ์กับปัญหา (ทุกข์) ที่เกิดตามสภาพที่แท้จริงของชีวิต เข้าใจสาเหตุของปัญหา (สมุทัย) เข้าถึงเป้าหมายการดับปัญหาที่แท้จริงของชีวิต (นิโรธ) รู้ถึงวิธีการปฏิบัติ พัฒนาจิตของตนเองเพื่อเผชิญปัญหาด้วยจิตที่มั่นคงตามหลักพุทธธรรม โดยไม่ถูกบีบคั้นจากปัญหาทุกข์ ไม่เกิดความท้อแท้ สิ้นหวัง พุทธจิตวิทยาจึงเป็นการเรียนรู้ในแก่นแท้ของพุทธศาสนา คือ อริยสัจสี่ ซึ่งเน้นการใช้สติปัญญาในการแก้ปัญหาทุกข์ นอกจากนี้แนวความคิดตามหลักพุทธศาสนาเป็นความคิดเชิงบวกทั้งสิ้น กล่าวคือ คิดแล้วได้ประโยชน์ แก้ปัญหาได้ ทำให้ชีวิตดีขึ้น ชีวิตมีความสุข ส่วนที่มาของความคิดเชิงบวกเริ่มจากคำว่า คิดดี ตามหลักพระพุทธศาสนา หมายความว่า ทั้งการคิดดีและคิดถูกต้องด้วย คิดแล้วกุศลลดลง กุศลเพิ่มขึ้น นั่นหมายถึง คิดดี ทำให้ความชั่วลดลง ความดีเพิ่มขึ้น คิดแล้วชีวิตดีขึ้น คิดแล้วได้ผลดี จึงเรียกว่า คิดเชิงบวก กระบวนการคิดตามหลักพระพุทธศาสนาเป็นการคิดที่ประกอบด้วย ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญานี้เรียกว่า เป็นวิธีการคิด เนื้อหาสาระของความคิด ก็คือ ต้องคิดบนพื้นฐานของความจริง โดยจะมีทั้งความจริงที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์ จึงต้องระบุลงไปว่าเป็น “ความจริงที่มีประโยชน์” เท่านั้น ถ้าความจริงที่ไร้ประโยชน์ก็ไม่ต้องไปใส่ใจเสียเวลากับความจริงนั้น



ผลลัพธ์ของการคิดเชิงบวก ก็คือทำให้เกิดความสุข ซึ่งความสุขเป็นผลที่ได้จากการแก้ปัญหา แก่ทุกข์ได้มีชีวิตที่ดีงาม จึงเป็นลักษณะของความคิดเชิงบวกในพระพุทธศาสนา

พระพุทธองค์ได้กำหนดอุทธาสตร วาถกสูตรด้านการสื่อสาร โฆษณาชวนเชื่อ และการเข้าถึงมวลชนด้วย การใช้พลังทางสังคมจิตวิทยาในการสร้างศรัทธา ผูกพันจิตด้วยการปฏิบัติธรรมโดยมุ่งทำให้จิตมีศักยภาพที่จะสามารถเอาชนะหรือควบคุมดูแลจิตไม่ให้จมอยู่กับความเศร้าหมอง หรือทุกข์ได้ เน้นการใช้สติปัญญาในการดับทุกข์ (ทวิคัคคิใหม่ประยูร และพระครูสุวิมลภิกขุ, 2560) ในความคิดบวกแนวพุทธ มีอุปการะธรรมเป็นจุดเริ่มต้น ได้แก่ ศรัทธา คือเชื่อในคำสอนของพระพุทธเจ้า ส่วนอุปการะธรรมอื่น ๆ ที่ต้องมี ได้แก่ ความไม่ประมาท ความเพียร และสมาธิ เป็นธรรมสามัคคี พละสามัคคี หรือ พละ 5 (สกล เหลืองไพฑูริย์, 2561) องค์ธรรมที่สำคัญในการจัดการกับความคิด ก็คือ สติ ที่ช่วยให้ไม่เผลอ ไม่ประมาท สัมปชัญญะ ที่มีความรู้ตัวว่ากำลังคิด วิริยะ ความเพียรพยายามละความคิดฝ่ายชั่วเจริญความคิดฝ่ายดี สมาธิ คือ ความตั้งใจมั่นที่ช่วยไม่ให้เกิดความคิดฟุ้งซ่าน และ ปัญญา ทำหน้าที่พิจารณาเห็นคุณโทษของความคิด เมื่อเห็นเป็นอกุศลก็ละ เลิก ถ้าเห็นว่าเป็นกุศลก็ทำให้เจริญขึ้น และกุศลวิถีนี้นักคิดนานเพียงใดก็ไม่มีโทษ แต่ถ้าคิดนานเกินไปจิตก็ฟุ้งซ่าน จึงต้องทำสมาธิเพื่อไม่ให้จิตฟุ้งซ่าน เพราะฉะนั้น องค์ธรรมที่ใช้ในการบริหารจัดการความคิดเริ่มจากการสร้างความเชื่อมั่น ศรัทธาในสิ่งดีงาม มีสติ สัมปชัญญะ วิริยะ สมาธิ และปัญญา โดยวิธีการที่นำมาจัดการกับความคิดของตนเพื่อให้เกิดประโยชน์สุขมีดังนี้

1. คิดถึงผลเสียหายที่เกิดจากการกระทำนิสัยที่ไม่ดีของตน จะทำให้ไม่กล้าทำความชั่ว นอกจากนั้นก็คิดถึงผลเสียหายเกี่ยวกับโทษของอบายมุข ก็ย่อมละเลิกพฤติกรรมไม่ดีได้

2. ใช้โยนิโสมนสิการ คือ คิดพิจารณาจนเห็นโทษภัยที่แท้จริงของนิสัยที่ไม่ดี ผลกระทบในปัจจุบันและผลที่เกิดในอนาคตต่อไป จากนั้นก็คิดในทางกลับกันคือ ปลุกฝัง นิสัยที่ดีขึ้นมาแทนตามแนวหลักโยนิโสมนสิการทั้ง 4 ประการดังต่อไปนี้ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2556)

1) อุบายมนสิการ แปลว่า คิดหรือพิจารณาโดยอุบาย หรือคิดถูกวิธีที่จะให้เข้าถึงความจริง สอดคล้องเข้าแนวกบัสสจะ ทำให้หยั่งรู้สภาวะลักษณะและ สามัญลักษณ์ของสิ่งทั้งหลาย

2) ปถมนสิการ แปลว่า คิดเป็นทาง หรือคิดถูกทาง คือ คิดได้ต่อเนื่องเป็นลำดับ มีขั้นตอน คิดไปเป็นแถว เป็นแนว หมายถึง ความคิดเป็นระเบียบ ตามแนวเหตุผล ไม่ยุ่งเหยิงสับสน หรือ กระโดดไปกระโดดมา ต่อเป็นขั้นเป็นอันไม่ได้ ทั้งนี้รวมทั้งความสามารถที่จะชักความคิดเข้าสู่แนวทางที่ถูกต้อง

3) การณมนสิการ แปลว่า คิดค้นหาตามเหตุผล หรือคิดอย่างมีเหตุผล หมายถึง การคิดสืบค้นตามแนวความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย พิจารณาสืบสาวหาสาเหตุ ให้เข้าใจแหล่งที่มาซึ่งส่งผลต่อเนื่องตามลำดับ

4) อุปาทกมนสิการ แปลว่า คิดให้เกิดผลที่พึงประสงค์ การคิดอย่างมีเป้าหมาย รวมถึงการคิดพิจารณาที่ทำให้เกิดกุศลธรรม เช่น ปลุกเร้าให้เกิดความเพียร การรู้จักคิดในทางที่ทำให้หายหวาดกลัว ให้หายโกรธ การพิจารณาที่ทำให้มีสติ หรือทำให้จิตใจ เข้มแข็งมั่นคง เป็นต้น

ความคิดทั้ง 4 ฐานนี้มีความสัมพันธ์กันคือ เมื่อคิดบนฐานความจริง คิดแสวงหาความจริง ก็จะทำให้ พบกับความจริง เมื่อพบกับความจริงก็จะช่วยให้แก้ปัญหาได้ เมื่อแก้ปัญหาได้ก็ทำให้เกิดประโยชน์คือ ความสุข เป็นไปตามคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ท่านทรงสอนแต่ความจริงและมีประโยชน์ (ส.มหา.(มมร.) 31/1712/448)

3. แนวคิดแบบวิธีพยายามละความชั่วของตนที่มีออกไป เริ่มจากความชั่วในระดับหยาบไปจนถึงละเอียดตามแนวพระพุทธศาสนามี 7 วิธี (ม.ม.ุ(ไทย)17/11-18/113-121) คือ



1) ให้เห็นอย่างชัดเจนตามอริยสัจ 4 คือ พุทธกรรมเหล่านี้นำมาซึ่งความทุกข์ มีกิเลสตัณหาเป็นสาเหตุ สามารถละได้ด้วยศีล สมาธิ และปัญญา

2) ให้สำรวมอินทรี คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ความอยากกระทำความชั่วและนิสัยที่ไม่ดีย่อมเบาบาง และหมดลงได้ ด้วยการมีสติในทุกอินทรี

3) ให้คำนึงถึงคุณค่าและประโยชน์ของการใช้สอยสิ่งต่างๆทุกอย่างอยู่เสมอมะจะทำให้เกิดความตระหนักรู้ถึงสาระ และความไร้สาระ ได้ชัดเจนขึ้น

4) ให้รู้จักอดทน อดกลั้นต่อผลกระทบจากภายนอก ธรรมชาติ สัตว์ บุคคลที่ทำให้เกิดความทุกข์ร้อนแก่ตนเอง เมื่ออดทนได้บ่อย ๆ และยาวนาน พลังลบหรือพฤติกรรมที่ไม่ดีที่จะตอบโต้ในทางเสียหายก็ไม่แสดงออกมา

5) ให้รู้จักเว้น หลีกหนีจากสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อการหวนประทุติและแสดงนิสัยด้านลบออกมา เช่น หลีกจากสถานที่โจจร เว้นคบมิตรชั่ว เป็นต้น เมื่อเว้นห่างไปเปรียบเหมือนตนเองกำลังเลิกสูบบุหรี่ก็ให้ห่างจากคนสูบบุหรี่หรือร้านขายบุรี่ก็ทำให้ปรับนิสัยได้

6) ให้รู้จักบรรเทา เบาบาง ทั้งห้วงความถี่ลง เช่น ปล่อยวางบรรเทาความโกรธ เคียดแค้นลง หรือความหงุดหงิดลง โดยใช้เวลาเป็นตัวกำหนด เช่น เลิกหงุดหงิด เลิกติดชอบเกม ลงเป็นที่ละวัน สัปดาห์ เดือน ปี เป็นต้น ย่อมปรับนิสัยได้

7) เข้ารับการอบรม ฝึกฝนนิสัย ละลายพฤติกรรมเสียใหม่ กล่าวคือ ฝึกสติ คิดใคร่ครวญสิ่งดี ๆ ฝึกให้มีความต่อเนื่อง ทำใจให้เบิกบาน สงบ สุข และปล่อยวาง ทำบ่อย ๆ ย่อมปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และนิสัยที่ไม่ดีได้

4. คิดถึงจุดสุดท้ายของชีวิตคือ ความตาย ให้คิดถึงความตายบ่อยๆทุกลมหายใจ นำมาซึ่งความไม่ประมาทในชีวิต

5. เข้าใจโลกธรรม คือ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ ว่าเป็นของคู่โลก ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น เช่น เมื่อถูกนินทา หากเป็นจริงต้องปรับปรุงตนและขอบคุณผู้คนที่ชี้แนะ หากไม่เป็นจริงก็ไม่ต้องเดือดร้อนวิธีนี้ลดนิสัยหงุดหงิด อุนเฉียว ลงได้

6. ฝึกมีเมตตาจิต แผ่เมตตาด้วยใจจริงไปถึงสรรพสัตว์ทั้งหลาย ด้วยจิตอันไพบุลย์ หาประมาณมิได้ ทิศทุกทาง และควรทำใจให้หนักแน่นเหมือนแผ่นดิน อากาศ แม่น้ำ

7. เมื่อคิดในเรื่องใดแล้ว ความคิดอกุศลเกิดขึ้น ก็ให้เปลี่ยนเรื่องที่เกิดเสีย ไปคิดเรื่องที่ติงามแทน แต่ถ้าเปลี่ยนเรื่องที่คิดแล้ว ความคิดอกุศลยังเกิดอีก ก็ให้พิจารณาโทษของความคิดนั้นก็จะละความคิดบาปอกุศลได้

8. เมื่อพิจารณาโทษของความคิดบาปอกุศลนั้นแล้ว ความคิดบาปอกุศลยังเกิดอีก ก็ให้เลิกคิดถึงเรื่องนั้นเสียก็จะละความคิดบาปอกุศลได้ ทำจิตให้เป็นสมาธิได้

9. เมื่อเลิกคิดถึงเรื่องนั้นแล้ว ความคิดบาปอกุศลยังเกิดอีก ก็ให้พิจารณาว่าอะไรเป็นเหตุ ให้เกิดความคิดบาปอกุศลนั้น ก็จะละความคิดบาปอกุศลได้ ทำจิตให้เป็นสมาธิได้

10. เมื่อพิจารณาถึงเหตุเกิดแห่งความคิดบาปอกุศลแล้ว ความคิดบาปอกุศลยังเกิดขึ้นอีก ก็ให้กัณฑ์อย่างแรง เอาลั่นกดเพดาน อธิษฐานจิต คือ ตั้งใจแน่วแน่เด็ดเดี่ยว ข่มใจระงับความคิดนั้นก็จะสามารถละความคิดบาปอกุศลนั้นได้ ทำจิตให้เป็นสมาธิได้

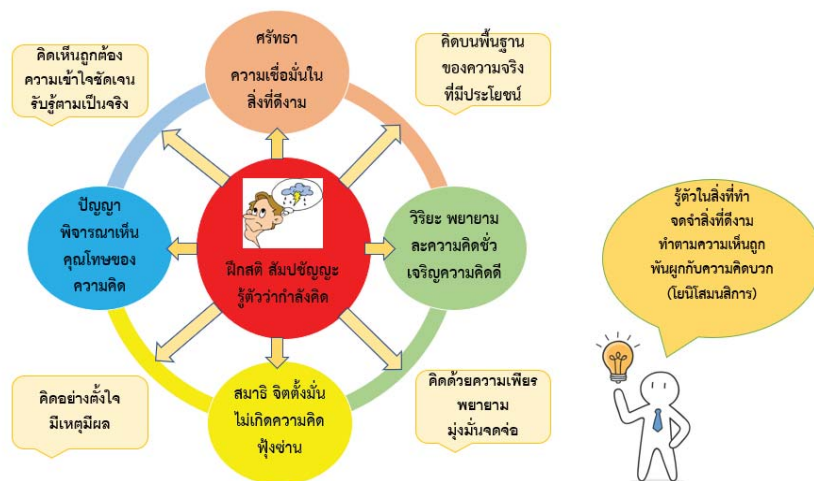
สรุปได้ว่า การคิดเชิงบวกตามหลักพุทธธรรมเกิดจากความคิดที่เกิดจากการยอมรับความจริงในทุกเรื่องที่เกิดขึ้น ทั้งบวกและลบอย่างเข้าใจ หากเป็นเรื่องด้านลบพยายามคิดหามุมมองที่เป็นประโยชน์ทางด้านบวกจากเรื่อง



ด้านลบนั้น ๆ ให้เกิดประโยชน์กับตนเองและผู้อื่น การเสริมสร้างพลังการคิดเชิงบวกจะทำให้บุคคลรู้สึกมีคุณค่า มีความเชื่อในความสามารถที่จะเลือกตัดสินใจอย่างมีวิจารณญาณ กระทำในสิ่งที่สร้างสรรค์ มีการแสดงความห่วงใย มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น เอื้ออาทรต่อผู้อื่น สามารถสร้างสรรค์ประโยชน์ให้แก่ตนเองและสังคม นอกจากนี้ยัง กระตุ้นให้บุคคลพยายามต่อสู้ฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อให้บรรลุถึงจุดหมายปลายทางของชีวิต (พระสมุห์วิมลภ, 2560) การคิดเชิงบวกจึงเป็นการหามุมมองที่ทำให้มีแง่คิดที่ดี มีกำลังใจ มุมมองที่ทำให้รู้สึกมีความสุขทุกขน้อยลง และมีความสุขมากขึ้น มีแรงจูงใจที่จะต่อสู้กับชีวิต กล้าที่จะเผชิญชีวิต หรืออยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข เพราะฉะนั้นถ้าสามารถคิดในเชิงบวกได้ตลอดเวลา นั่นคือ การที่บุคคลสามารถมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณภาพและทำให้เกิดประโยชน์สุข มีชีวิตที่ดีงาม

สรุป

การคิดเชิงบวกตามแนวพุทธจิตวิทยาเป็นกระบวนการทางความคิดที่เกิดจากการรับรู้ แปลความหมายไป ในทางที่ดี ความคิดดีนำไปสู่การมีอารมณ์ดี มีความสุขสะท้อนถึงสุขภาพจิตที่ดี จึงทำให้มีพฤติกรรมการแสดงออกที่ เหมาะสม ความคิดตามหลักพุทธศาสนาเป็นการคิดเห็นที่ถูกต้อง มองและรับรู้สิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง เป็นเหตุ เป็นผลเกิดประโยชน์ในสัมพันธภาพต่อตนเองและผู้อื่น การส่งเสริมจิตให้คิดดีเป็นกุศลหรือให้เกิดความคิดเชิงบวก ตามแนวพุทธจิตวิทยาจึงต้องพัฒนาความคิดเพื่อให้เกิดความเห็นที่ถูกต้องที่เรียกว่า สัมมาทิฐิ และมีความคิดที่ ถูกต้อง เรียกว่า สัมมาสังกัปปะ ทำให้มีศักยภาพที่จะเข้าใจตนเองและแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง โดยกระบวนการของ ความคิดนี้ต้องอาศัยการคิดแบบโยนิโสมนสิการพร้อมด้วยองค์ประกอบโดยใช้ผล๕ ในการสร้างพลังให้เกิด ความคิดเชิงบวก ได้แก่ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา กล่าวคือ ฝึกฝนความมีสติด้วยการคิดอย่างตั้งใจมีเหตุมี ผล มีความเพียรพยายาม มุ่งมั่นจดจ่อ เกิดความเข้าใจชัดเจน มีความรู้ถูกต้อง เป็นปัญญาที่เกิดบนศรัทธาแห่งความ เชื่อมั่นในสิ่งที่ดีงาม และเมื่อมีปัญญามากขึ้นก็จะไปเสริมทั้งศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ให้เหนียวแน่นยิ่งขึ้นเป็นวงจร เกื้อกูลต่อเนื่องกัน ที่จะมาช่วยสนับสนุนให้เกิดเนื้อหาสาระของความคิดที่เป็นความจริง เป็นการคิดที่ก่อให้เกิด ประโยชน์สุข แก้ปัญหาทุกข์ตามเป้าหมายของความคิด เป็นการเรียนรู้ของบุคคลที่ฝึกฝนและพัฒนาจิตในการแปล ความหมายเรื่องราวต่าง ๆ ในด้านบวก แสดงความรู้สึกดี ๆ เบิกบาน กระปรี้กระเปร่าและมีพลังกำลังใจที่พาชีวิตให้ ไปสู่ทิศทางที่ถูกต้อง เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ดีงามและมีความสุข





เอกสารอ้างอิง

- ทวิศักดิ์ ใหม่ประยูร และพระครูสุธีคัมภีรญาณ. (2560). การปฏิบัติการพุทธจิตวิทยาเพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา. *ศรีปทุมปริทัศน์ ฉบับมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 17(2), 18-26.
- ปัญจนานฎ วรวิณชัย. (2565). การคิดเชิงบวก. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา*, 16(2), 190-223.
- พระสมุห์วัลลภ วสุโภ. (2560). การให้คำปรึกษาและการเสริมสร้างพลังความคิดเชิงบวกในผู้สูงอายุ. *วารสารพุทธจิตวิทยา*, 2(2), 29-43.
- พระอนุรุธาจารย์. (2556). *อภิธรรมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี*. กรุงเทพฯ: ไทยรายวัน.
- พระศรีปริยัติธาดา, ทิพย์ ชันแก้ว, และเอกชัย พัฒนะสิงห์. (2560). *การเยียวยาและพัฒนาจิตใจมนุษย์ตามหลักพุทธจิตวิทยา*. สืบค้นเมื่อ 13 ธันวาคม 2565, จาก http://wittayalai.com/_files_school/133110048/document/1331100048_0_20170627-133016.pdf
- พุทธทาสภิกขุ. (2548). *คิดให้เป็นด้วยตัวเอง*. กรุงเทพฯ: สุขภาพใจ.
- ไพเพอร์ เวร่า. (2548). *การคิดเชิงบวก*. แปลโดย นุชจริย์ ชลคุป. กรุงเทพฯ: บลิส.
- มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์.
- โยชิตา สมเจริญ. (2557). *การคิดเชิงบวกและค่านิยมในการทำงานที่พยากรณ์ พฤติกรรมการให้บริการของบุคลากรในโรงพยาบาลเอกชน (วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยพระจอมเกล้าพระนครเหนือ.
- เวนเทอร์ลล่า, สก็อตต์ ดับเบิลยู. (2545). *อารมณ์แห่งความคิดเชิงบวกในโลกธุรกิจ*. กรุงเทพฯ: เอ.อาร์.บีซิเนส เพรส.
- สกกล เหลืองไพฑูรย์ และสุเชาว์ พลอยชุม. (2561). การเสริมสร้างความคิดเชิงบวกตามแนวพุทธธรรม. *วารสารมหาจุฬาริชาการ*, 6(ฉบับพิเศษ), 113-123.
- สุวรรณ วิทย์, สิริวัฒน์ ศรีศรีทอง และสุวัฒน์ รักขันโท. (2564). พุทธจิตวิทยากับการพัฒนาตนให้มีความสุข. *มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์*, 7(1), 425-439.
- สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก. (2551). *หายใจให้เป็นสุข*. กรุงเทพฯ: ชไตโลกราฟ.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต). (2557). *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย* (พิมพ์ครั้งที่ 40). กรุงเทพฯ: ผลิตัฒม์.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต). (2556). *วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม* (พิมพ์ครั้งที่ 26). กรุงเทพฯ: แอคทีฟพริ้นท์.
- อารี พันธมณี. (2544). *การพัฒนาความคิดสู่ความเป็นเลิศ*. กรุงเทพฯ: พัฒนาศึกษา.
- อมรา ผดุงทรัพย์. (2565). *การพัฒนามาตรวัดทักษะการคิดเชิงบวกสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ในเขตพัฒนาพิเศษภาคตะวันออก (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- อรอุมา รัตนบรรณกิจ (2564). *ผลกระทบทางด้านสุขภาพจิตจากวิกฤตการระบาดของโรคอุบัติใหม่ โควิด-19*. สืบค้นเมื่อ 13 ธันวาคม 2565, จาก https://www.senate.go.th/document/Ext26534/26534832_0002.PDF



- Baughman, John Lee. (1974). *Beyond Positive Thinking: The Greatest Secret Ever Told*. New York: Harper & Row.
- English, Martin. (1992). *How to Feel Great About Yourself and Your Life: A Step by Step Guide to Positive Thinking*. New York: AMACOM.
- Hsiao, T., Wenloong, C. and Ying, F. L. (2012). A Study on the Relationship between Thinking Styles (Attitudes) and Collaboration Attitudes of College Students in Taiwan. *Journal of Educational and Instructional Studies in the World*, 2(2), 46-57.
- Kaori, T. & Motoko, F. (2015). The Relationship between Positive Thinking and Individual Characteristics: Development of the Soccer Positive Thinking Scale. *Football Science*, 12, 74-83.
- Potter, Alice. (1998). *Putting the Positive Thinker to Work: 21 Ways 21 Days to a Happy, Fulfilling, Successful Life*. New York: Berkley Books.
-

ผลการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมเพื่อส่งเสริมความคิด
วิเคราะห์ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี
The Effects of Learning Management on Phenomenon based Learning
and Multimedia Enhancing Analytical Thinking of Bachelor's Degree Students
at Prince of Songkla University, Pattani Campus

อดิศร สิริ¹, วิรินธร อักษรนิตย์², อลิสร่า ชมชื่น³, ปาลิดา สายรัตทอง พัฒนพิชัย⁴ และ สิริชัย พลับช่วย⁵
Adisorn Siri¹, Virintorn Auksornnit², Alisara Chomchuen³, Palida Sairatthong Patanapichai⁴
and Sirichai Plubchuay⁵

^{1,2,3,4}คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

⁵โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ (ฝ่ายมัธยม)

^{1,2,3,4}Faculty of Education Program, Prince of Songkla University, Thailand

⁵Demonstration School Prince of Songkla University, Thailand

Email: ¹adisorn.si@psu.ac.th; ²adi867444@gmail.com; ³alisara.c@psu.ac.th;

⁴palida.s@psu.ac.th; ⁵sirichai.pl@psu.ac.th

Retrieved November 27, 2022; Revised December 17, 2022; Accepted December 19, 2022

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาพัฒนาการความสามารถการคิดวิเคราะห์ในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมหลังเรียน 2) เปรียบเทียบการคิดวิเคราะห์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนและหลังเรียน และ 3) ศึกษาพฤติกรรมการมีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 164 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ 1) แผนการจัดการเรียนรู้ 2) แบบทดสอบวัดความคิดวิเคราะห์ 3) แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 4) แบบสัมภาษณ์สภาพการจัดการเรียนรู้ และ 5) แบบสังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าคะแนนเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบค่าทีแบบ Dependent ผลการวิจัยพบว่า 1) นักศึกษาระดับปริญญาตรีที่เรียนตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์โดยรวมของหลังเรียนอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.29$, S.D.=0.87), 2) นักศึกษามีคะแนนความคิดวิเคราะห์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 3) นักศึกษามีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม เพื่อพัฒนาความคิดวิเคราะห์อยู่ในระดับ ดีมาก

คำสำคัญ: ผลการจัดการเรียนรู้; การเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐาน; สื่อประสม; มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์



Abstract

The purposes of this research were: 1) to study the development of the analytical thinking ability in learning management according to Phenomenon-based learning and multimedia in undergraduate students, 2) to compare the analytical thinking and learning achievement of undergraduate students in the period before and after the experiment, 3) to study participation in learning management on phenomenon-based learning and multimedia. The sample group in this research is 164 undergraduate students who were studying in the first semester of the academic year 2022, selected by cluster random sampling. The research instruments were 1) a learning management plan, 2) an analytical thinking test, 3) an achievement test, 4) an interview form, and (5) a behavior observation form for participation in learning management. The mean, standard deviation (S.D.), and t-test were applied for data analysis. The results of the research were as follows: 1) the students' analytical thinking ability in learning management according to Phenomenon-based learning and multimedia after the experiment gained a high level ($\bar{X} = 4.29$, S.D.=0.87), 2) The students' analytical thinking and learning achievement after the intervention were higher than those before the intervention at the .05 level of significance, and 3) the student's behavior towards the learning through activity based on phenomenon-based learning and multimedia for developing analytical thinking ability in learning were positive at a very good level.

Keywords: The Effects of Learning Management; Phenomenon based Learning; Multimedia; Prince of Songkla University

บทนำ

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560 – 2579) ได้กล่าวถึงปัญหาและจุดอ่อนของระบบการศึกษาไทยไว้หลายประการ เช่น ปัญหาคุณภาพของคนไทยทุกช่วงวัย ปัญหาคุณภาพและมาตรฐานการจัดการศึกษาในทุกระดับ การพัฒนาผู้เรียนในด้านวิทยาศาสตร์ ภาษาอังกฤษ เทคโนโลยี ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าการพัฒนาทักษะกระบวนการคิดให้เกิดประสิทธิผลสูงสุดโดยผ่านการจัดการเรียนรู้ของผู้เรียนนั้นยังคงเป็นจุดอ่อนของการศึกษาไทย สืบเนื่องจากปัญหาและจุดอ่อนดังกล่าวจึงทำให้เมื่อมีการศึกษาผลการพัฒนาการศึกษาของไทยในช่วงปี พ.ศ. 2552 – 2558 ซึ่งสอดคล้อง กับแผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560-2579 โดยสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษากระทรวงศึกษาธิการได้วางกรอบ กำหนดเป้าหมาย และแนวทางการจัดการศึกษาขับเคลื่อนตาม วิสัยทัศน์ “คนไทยทุกคนได้รับการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างมีคุณภาพ ดำรงชีวิตอย่างเป็นสุขสอดคล้องกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และการเปลี่ยนแปลงของโลกศตวรรษที่ 21” เพื่อพัฒนาระบบกระบวนการจัดการศึกษา ส่งเสริมสังคมแห่งการเรียนรู้สู่การพัฒนาประเทศไทยอย่างยั่งยืน (OECD, 2016) จากนโยบายชาติ และแผนการศึกษาแห่งชาติที่มีแนวทางในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เป็นบุคคลที่รู้จักสร้างองค์



ความรู้ด้วยตนเอง เรียนรู้ร่วมกับการปฏิบัติ และสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผู้สอนจะต้องยึดหลักการจัดการเรียนรู้ที่เน้นทักษะของผู้เรียน และจัดกิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) เช่น การจัดการเรียนรู้โดยใช้บริบทเป็นฐาน (Context-based learning) การจัดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน (Problem-based Learning) การจัดการเรียนรู้ โดยใช้การวิจัยเป็นฐาน (Research-based Learning) เป็นต้น ซึ่งปัจจุบันการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐาน (Phenomenon-based Learning) เป็นการจัดการเรียนการสอนที่ได้รับความนิยมมากขึ้น ซึ่งเป็นรูปแบบการเรียนรู้แบบพหุวิทยาการ (Multidisciplinary Learning) ที่ได้ถูกเสนอขึ้นโดยประเทศฟินแลนด์จากแนวคิดการพัฒนาระบบการศึกษาแกนกลางของประเทศ มุ่งส่งเสริมการพัฒนาทักษะข้ามพิสัย (Transversal competencies) ของผู้เรียน ให้มีความพร้อมในการดำรงชีวิต ซึ่งการจัดการเรียนรู้จะมีการนำปรากฏการณ์หรือสถานการณ์ที่เป็นประเด็นน่าสนใจมาทำให้ผู้เรียนเกิดความอยากรู้ ตั้งคำถามเพื่อหาคำตอบ และลงมือหาคำตอบผ่านกระบวนการเรียนรู้ตามกรอบแนวคิดทฤษฎีสร้างองค์ความรู้ในตนเองภายใต้ปรากฏการณ์ตามสภาพจริง (Authentic Phenomena) (Symeonidis & Schwarz, 2016)

การจัดการศึกษาในต่างประเทศ เช่น ประเทศฟินแลนด์เป็นประเทศเริ่มแรกของการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐานที่ได้ผ่านการพัฒนาและทดลองใช้ในการศึกษาขั้นพื้นฐานถึงระดับอุดมศึกษา เพื่อยกระดับการเรียนการสอนในระดับปฐมวัย ประถมศึกษา มัธยมศึกษา และมหาวิทยาลัย ตั้งแต่ปี ค.ศ. 2016 (Halinen, 2018) โดยมุ่งเน้นการสร้างองค์ความรู้ ของผู้เรียนผ่านกระบวนการคิด การลงมือปฏิบัติและสร้างสรรค์ชิ้นงานตามความสนใจของผู้เรียน เพื่อพัฒนาทักษะหลักและทักษะทางสังคม โดยผู้เรียนมีบทบาทหลักในการเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น ได้สร้าง แรงบันดาลใจในการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องภายใต้แนวคิดการสร้างองค์ความรู้ในตนเองของผู้เรียน โดยใช้ความรู้สาระวิชาต่าง ๆ มาบูรณาการผ่านกระบวนการคิด (Thinking Processes) และกระบวนการทางปัญญา (Cognitive Processes) ให้ผู้เรียนได้เกิดกระบวนการสืบเสาะหาความรู้ นำไปสู่ความ เข้าใจในปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นจริงทำให้ได้องค์ความรู้ที่มีความหมายและยั่งยืน (Mattila & Silander, 2015)

จากประสบการณ์ที่ผู้วิจัยได้จัดการเรียนการสอนให้นักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ผู้วิจัยได้พบข้อจำกัดของการนำเสนอหรือการตอบข้อคำถามของนักศึกษาด้วยเหตุและผลของหลักฐานที่จะสนับสนุนบนหลักของวิชาการผ่านทักษะกระบวนการคิดที่ช่วยส่งเสริมและพัฒนากิจกรรมคิด เช่น การคิดอย่างวิจารณ์ญาณ การคิดวิเคราะห์ และการคิดสร้างสรรค์ได้เป็นรูปธรรมที่ชัดเจนได้นั้น ครูผู้สอนต้องแสดงท่าทาง หรือมีภาพ สื่อ วัสดุอุปกรณ์ประกอบการพูด นักศึกษาจึงจะสามารถเดาบริบทจากการพูดของครูผู้สอนในครั้งนั้นๆ และสามารถปฏิบัติตามได้รวมถึงนักศึกษาบางส่วนรู้คำศัพท์แต่รู้ไม่มากพอที่จะใช้ในการสื่อสาร ดังนั้น นักศึกษาจึงทำให้ไม่สามารถเลือกใช้คำมาใช้ในการสื่อสาร หรือพูดได้ตอบได้ รวมทั้งมีความกลัวในการพูด ไม่กล้าจะสื่อสารเพราะกลัวพูดผิดและสอดคล้องกับบทความวิจัยของ พรพรรณ บุณยประเสริฐผล และคณะ (2553) ที่กล่าวว่า ผู้เรียนต้องได้เรียนรู้ด้วยประสบการณ์ตามสภาพจริงตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานฝึกปฏิบัติทั้งในและนอกห้องเรียน สะท้อนคิด สร้างองค์ความรู้ ประยุกต์ใช้ และวัดผลและประเมินผลที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดในการจัดการเรียนรู้แบบสร้างสรรค์เป็นฐาน (Creativity-Based Learning: CBL) เป็นการวิจัยต่อยอดมาจากการสอนแบบใช้ปัญหาเป็นฐาน (Problem-Based Learning) ที่เป็นหนึ่งในแนวทางการสอนแบบผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง และเป็นการสอนแบบ Active Learning คือการจัดการสอนให้ผู้เรียนกระตือรือร้นในการค้นคว้ารูปแบบการจัดสอนแบบสร้างสรรค์เป็นฐาน เป็นการนำปัญหาในชีวิตจริงเป็นตัวตั้ง จากนั้นช่วยกันหาคำตอบจน



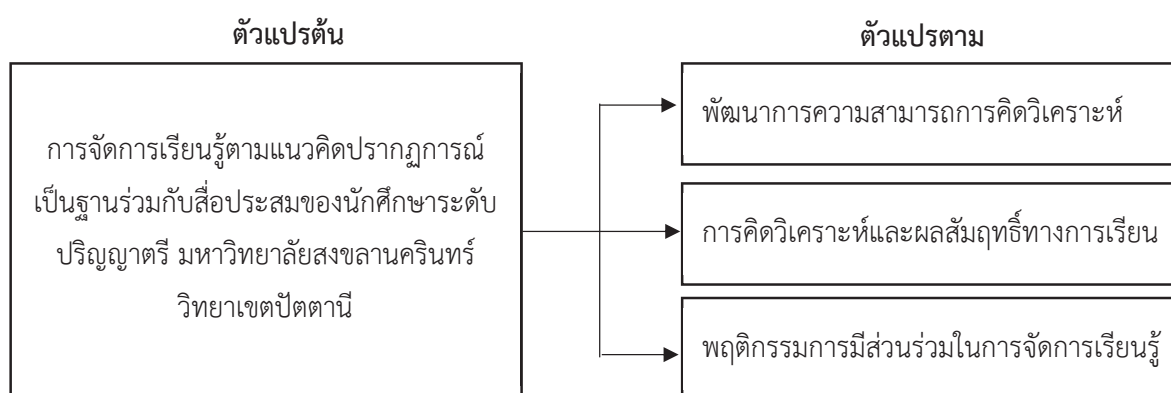
ค้นพบข้อมูลและวิธีการแก้ปัญหาของตัวเอง โดยผู้เรียนจะได้รับความรู้จากการค้นหาในห้องเรียน หรือค้นหาก่อนเข้ามาเรียน โดยครูจะเป็นผู้บอกแหล่งความรู้ให้ผู้เรียน ผู้สอนเปลี่ยนบทบาทจากองค์ความรู้มาเป็นผู้อำนวยความสะดวกให้ผู้เรียนค้นหาและได้รับความรู้ด้วยตัวเอง (วีริยะ ฤาชัยพาณิชย์ และกมลรัตน์ ฉิมพาลี, 2559)

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมเพื่อส่งเสริมความคิดวิเคราะห์ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มาใช้ในการเรียนรายวิชาศึกษาทั่วไปของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ผ่านกระบวนการจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active learning) ที่มุ่งเน้นให้นักศึกษาได้เรียนรู้ด้วยตนเองจากการลงมือปฏิบัติ ฝึกทักษะกระบวนการคิด ซึ่งจะส่งผลให้นักศึกษาค้นพบหรือเรียนรู้ทักษะกระบวนการคิดเชิงวิเคราะห์ได้เป็นอย่างดี เพื่อส่งเสริมและพัฒนานักศึกษาให้มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่มีประสิทธิภาพที่ดียิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาพัฒนาการความสามารถการคิดวิเคราะห์ในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี
- 2) เพื่อเปรียบเทียบการคิดวิเคราะห์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนและหลังเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี
- 3) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการมีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

กรอบแนวคิดในการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาศึกษาทั่วไป รวมทั้งสิ้นจำนวน 7 กลุ่ม ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี จำนวน 577 คน



2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาศึกษาทั่วไป จำนวน 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ 03 และกลุ่ม 05 ซึ่งกลุ่มตัวอย่างได้จากตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของ Krejcie และ Morgan (1970) โดยการสุ่มแบบแบ่งกลุ่ม (Cluster Random Sampling) และได้การเก็บแบบสอบถามทั้งหมดเต็มจำนวน จำนวน 164 คน

เครื่องมือในการวิจัย

1. เครื่องมือในการทดลอง คือ แผนการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม จำนวน 12 แผน ใช้ระยะเวลาในการทดลอง 24 ชั่วโมง โดยแบ่งเป็นการทดสอบก่อนใช้แผนการจัดการเรียนรู้ 1 ชั่วโมง 30 นาที การจัดการเรียนรู้ตามแผนการจัดการเรียนรู้หน่วยละ 6 ชั่วโมง จำนวน 3 หน่วยการเรียนรู้ รวม 18 ชั่วโมง การทดสอบท้ายหน่วยการเรียนรู้ทุกหน่วย หน่วยละ 1 ชั่วโมง รวม 3 ชั่วโมง และทดสอบหลังใช้แผนการจัดการเรียนรู้ 1 ชั่วโมง 30 นาที รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 24 ชั่วโมง ที่ส่งเสริมพัฒนาการความสามารถการคิดวิเคราะห์ในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม โดยทุกแผนการจัดการเรียนรู้จะดำเนินกิจกรรมทั้งสิ้น 5 ขั้นตอน ได้แก่

1. **ขั้นทบทวนประสบการณ์** ผู้สอนให้คำแนะนำการเรียนรู้แก่นักศึกษาทบทวนและสำรวจความรู้เดิม กระตุ้นให้นักเรียนเกิดความสนใจร่วมกับการใช้สื่อประสม

2. **ขั้นกิจกรรม** นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมในกิจกรรม ทำงานร่วมกันตามกิจกรรมที่ผู้สอนจัดเตรียมไว้ โดยกิจกรรมที่จัดเตรียมสามารถเป็นได้ทั้งกิจกรรมเดี่ยวและกิจกรรมกลุ่มตามแผนการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองและสื่อประสมที่ผู้วิจัยคัดเลือกจากแหล่งการเรียนรู้ต่าง ๆ ที่มีผู้สร้างไว้แล้ว

3. **ขั้นสะท้อนความคิด** ให้ผู้เรียนสะท้อนความคิดและองค์ความรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมโดยคิดวิเคราะห์สถานการณ์และกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในขณะที่เข้าร่วมกิจกรรม และนำเสนอผลงานของตนเองหรือของกลุ่ม

4. **ขั้นประเมินผล** ประเมินผลการเรียนรู้จากสิ่งที่ผู้เรียนได้เรียนมา

5. **ขั้นประยุกต์ใช้** นำสิ่งที่ผู้เรียนได้เรียนรู้มาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ใหม่กับสิ่งที่ได้เรียนรู้อีก

2. แบบทดสอบวัดความคิดวิเคราะห์ โดยใช้การจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม เพื่อส่งเสริมความคิดวิเคราะห์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี มีลักษณะเป็นแบบปรนัยชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 30 ข้อ เพื่อวัดการคิดวิเคราะห์ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการวิเคราะห์ความสำคัญ ด้านการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ และด้านการวิเคราะห์หลักการ ซึ่งมีค่าความยากรายข้อ (p) มีค่าตั้งแต่ 0.30 ถึง 0.77 และค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (r) มีค่าตั้งแต่ 0.35 ถึง 0.71 เป็นแบบทดสอบที่อยู่ในเกณฑ์ที่มีคุณภาพ และความเชื่อมั่นของแบบทดสอบโดยวิธีการคำนวณจากสูตร KR-20 ของ Kuder-Richardson ผลการวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบทั้งฉบับเท่ากับ 0.92 ถือว่าแบบทดสอบมีความเชื่อถือได้สูง

3. แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีลักษณะเป็นแบบปรนัยชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 30 ข้อ เพื่อวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาศึกษาทั่วไป ซึ่งมีค่าความยากรายข้อ (p) มีค่าตั้งแต่ 0.27 ถึง 0.77 และค่าอำนาจจำแนกรายข้อ (r) มีค่าตั้งแต่ 0.36 ถึง 0.65 เป็นแบบทดสอบที่อยู่ในเกณฑ์ที่มีคุณภาพ ความเชื่อมั่น



ของแบบทดสอบโดยวิธีการคำนวณจากสูตร KR-20 ของ Kuder-Richardson ผลการวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบทั้งฉบับเท่ากับ 0.91 ถือว่าแบบทดสอบมีความเชื่อถือได้สูง

4. แบบสัมภาษณ์สภาพการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม ในขั้นตอนการสร้างแบบสัมภาษณ์สภาพการจัดการเรียนรู้ มีลักษณะเป็นแบบสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ ประกอบด้วย 3 ส่วนคือ

ส่วนที่ 1 เป็นข้อมูลพื้นฐานของการสัมภาษณ์ ประกอบไปด้วย ประเด็นการสัมภาษณ์ ชื่อผู้ให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์ วันเดือนปี และสถานที่สัมภาษณ์

ส่วนที่ 2 เป็นประเด็นคำถามและประเด็นคำตอบ เกี่ยวกับสภาพการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐาน โดยมีตัวอย่างแนว ดังนี้ บรรยากาศในการเรียนในชั้นเรียนเป็นอย่างไรบ้าง กิจกรรมการเรียนช่วยส่งเสริมกระตุ้นทักษะการคิดของนักศึกษาได้หรือไม่อย่างไร

ส่วนที่ 3 เป็นข้อคิดเห็นส่วนตัวของผู้สัมภาษณ์

5. แบบสังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมประกอบด้วย 2 ส่วนคือ

ส่วนที่ 1 เป็นข้อมูลพื้นฐานของการสังเกต ประกอบไปด้วย วันเดือนปี เวลาและสถานที่ที่สังเกต ชื่อผู้สังเกต

ส่วนที่ 2 เป็นรายการที่สังเกตและผลที่สังเกต ประกอบไปด้วย บรรยากาศการเรียนในชั้นเรียน ปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษา ความร่วมมือ/กระตือรือร้นของนักศึกษา และพฤติกรรมแสดงความคิดเห็นของนักศึกษา

ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน ให้ตรวจสอบความครอบคลุมเนื้อหา ความถูกต้องเหมาะสม และนำมาปรับปรุงแก้ไข แล้วผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งหมดไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ก่อนดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยได้ทำการชี้แจงวัตถุประสงค์การเรียนให้กับนักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาศึกษาทั่วไป ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างทราบถึงขั้นตอนวิธีการปฏิบัติตัวของนักศึกษา

2. ผู้วิจัยดำเนินการวัดการคิดวิเคราะห์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนด้วยแบบทดสอบวัดการคิดวิเคราะห์ และแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

3. ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมที่สร้างขึ้น จำนวน 12 แผน รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 24 ชั่วโมง โดยทุกแผนการจัดการเรียนรู้จะดำเนินกิจกรรมทั้งสิ้น 5 ขั้นตอน โดยระหว่างการดำเนินการจัดการเรียนการสอนมีการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยใช้แบบสัมภาษณ์สภาพการจัดการเรียนรู้และแบบสังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วม ตามขั้นตอนวิธีการวิจัยที่ได้กำหนดไว้ทุกประการ

4. หลังเสร็จสิ้นการทดลอง ผู้วิจัยได้ดำเนินการวัดการคิดวิเคราะห์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนด้วยแบบทดสอบวัดการคิดวิเคราะห์ และแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน



5. ผู้วิจัยทำการตรวจให้คะแนนแบบทดสอบวัดการคิดวิเคราะห์ และแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทั้งก่อนเรียนและหลังเรียน โดยการทดสอบค่า t - test (dependent) ตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

6. ผู้วิจัยได้รวบรวมคะแนนที่ได้จากแบบทดสอบวัดการคิดวิเคราะห์ และแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทั้งก่อนเรียนและหลังเรียน นำไปวิเคราะห์ข้อมูลและทำการสรุปผลและอภิปรายผลต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำคะแนนการคิดสร้างสรรค์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรวมทั้งข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์และแบบสังเกตที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูล และมาวิเคราะห์ โดยแบ่งการวิเคราะห์ดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

1.1 สถิติบรรยาย ได้แก่ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าความเบ้ ความโด่งของคะแนนการคิดวิเคราะห์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

1.2 สถิติทดสอบค่า t (t-test for Dependent Sample) สถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานการคิดวิเคราะห์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน (บุญชม ศรีสะอาด, 2560)

2. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากข้อมูลการสัมภาษณ์และจากการสังเกต โดยใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) นำมาสร้างข้อสรุปแบบอุปนัยและนำเสนอเนื้อหาแบบพรรณนาในรูปแบบเป็นความเรียง

ผลการวิจัย

1. ผลการพัฒนาความสามารถการคิดวิเคราะห์ในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงพัฒนาการความสามารถการคิดวิเคราะห์ในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

การ ทดสอบ	n	พัฒนาการความสามารถการคิดวิเคราะห์									เฉลี่ยรวม ($\bar{X}$)		
		การประเมินเมื่อจบ หน่วยการเรียนรู้ที่ 1			การประเมินเมื่อจบ หน่วยการเรียนรู้ที่ 2			การประเมินเมื่อจบ หน่วยการเรียนรู้ที่ 3					
		$\bar{x}$	S.D.	ความสามารถ	$\bar{x}$	S.D.	ความสามารถ	$\bar{x}$	S.D.	ความสามารถ	$\bar{x}$	S.D.	ระดับความ สามารถ
หลังเรียน	164	3.98	1.05	มาก	4.06	1.11	มาก	4.83	0.47	มากที่สุด	4.29	0.87	มาก

จากตารางที่ 1 พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ผ่านการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม เมื่อผ่านการจัดการเรียนรู้ตามแผนการจัดการเรียนรู้หน่วยละ 6 ชั่วโมง จำนวน 3 หน่วยการเรียนรู้ รวม 18 ชั่วโมง และได้ทำการประเมินเมื่อจบหน่วยการเรียนรู้ทั้ง 3 หน่วยแล้ว พบว่า นักศึกษามีความสามารถในการคิดวิเคราะห์โดยรวมของหลังเรียนอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 4.29, S.D.=0.87)



2. ผลการเปรียบเทียบการคิดวิเคราะห์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนและหลังเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ดังแสดงในตารางที่ 2 และตารางที่ 3

ตารางที่ 2 แสดงการเปรียบเทียบการคิดวิเคราะห์ในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน

ประชากร	n	$\bar{x}$	S.D.	t	Sig.
คะแนนก่อนเรียน	164	11.1510	1.63646	42.567*	0.00
คะแนนหลังเรียน	164	27.9053	2.16711		

*p < .05

จากตารางที่ 2 จะเห็นได้ว่า การคิดวิเคราะห์ในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน พบว่า มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 3 แสดงการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน

ประชากร	n	$\bar{x}$	S.D.	t	Sig.
คะแนนก่อนเรียน	164	10.6267	1.65646	29.247*	0.00
คะแนนหลังเรียน	164	21.9854	3.54711		

*p < .05

จากตารางที่ 3 จะเห็นได้ว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน พบว่า มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผลการศึกษาพฤติกรรมมีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี พบว่า นักศึกษามีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม เพื่อพัฒนาความคิดวิเคราะห์อยู่ในระดับ ดีมาก โดยแบ่งออกเป็น 4 ประเด็นในภาพรวมจากการสังเกตและการสัมภาษณ์นักศึกษา มีรายละเอียด ดังนี้

1) ด้านบรรยากาศการเรียนในชั้นเรียน พบว่า บรรยากาศการเรียนในชั้นเรียนของการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐาน มีความแปลกใหม่แตกต่างไปจากการเรียนแบบเดิมที่นักศึกษาเป็นเพียงผู้รับฟังเนื้อหาเพียงอย่างเดียว โดยที่นักเรียนมีบทบาทในการเรียนรู้ด้วยตนเองมากขึ้น มีบรรยากาศของการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน และแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ ซึ่งบรรยากาศในชั้นเรียนดังกล่าวเกิดขึ้นตั้งแต่การแผนการจัดการเรียนรู้ตามแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมทั้ง 3 หน่วยการเรียนรู้ตลอดระยะเวลาการจัดการเรียนรู้

2) ด้านปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียน พบว่า นักศึกษามีปฏิสัมพันธ์กันดีตั้งแต่การจัดการเรียนรู้ในแผนการจัดการเรียนรู้ในทุกหน่วยการเรียนรู้ ซึ่งทำให้มองเห็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษาได้ชัดเจนคือ นักศึกษาได้ลงมือปฏิบัติ



และค้นหา คำตอบตามความสนใจโดยใช้สถานการณ์ในโลกแห่งความจริงเป็นประเด็นกระตุ้นการเรียนรู้ ผ่านการพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นผ่านการทำกิจกรรมกลุ่มที่ทำงานร่วมกัน ตลอดจนการโต้ตอบผ่านการถามตอบระหว่างในขณะนำเสนอข้อมูล และนักศึกษาที่นั่งฟังซึ่งปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษามีความชัดเจนมากขึ้นตลอดระยะเวลาการจัดการเรียนรู้ ผ่านกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีขั้นตอนและความร่วมมือช่วยเหลือซึ่งกันและกันทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างนักศึกษามากยิ่งขึ้น

3) ด้านความร่วมมือและความกระตือรือร้นในการเรียน พบว่า ความกระตือรือร้นและความร่วมมือของนักศึกษาค่อย ๆ เพิ่มขึ้นตั้งแต่เริ่มการจัดการเรียนรู้ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ และเพิ่มขึ้นชัดเจนในแต่ละชั่วโมงของการเรียน เมื่อสิ้นสุดการเรียน และการประเมินผลการทดสอบหลังเรียนในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ ซึ่งนักศึกษาจะให้ความร่วมมือและกระตือรือร้นเพิ่มขึ้นเมื่อมีความเข้าใจและคุ้นชินกับรูปแบบหรือขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ และจะยิ่งให้ความร่วมมือ และกระตือรือร้นเพิ่มมากขึ้นเมื่อนักศึกษารู้สึกว่ากำลังได้เรียนรู้ ในสิ่งที่เกี่ยวข้องกับตัวเอง โดยเฉพาะหากเป็นการเรียนรู้ในสิ่งที่นักศึกษามีประสบการณ์ตรงและพบเจอด้วยตัวเอง

4) ด้านพฤติกรรมการแสดงความคิดของนักศึกษา พบว่า ผลการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมนั้น นักศึกษาได้ร่วมกันวิเคราะห์ว่าจะได้ความรู้อะไรจากกิจกรรมการเรียน และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้โดยนักศึกษามีส่วนร่วมในการวางแผนดำเนินกิจกรรม การเรียนรู้ กำหนดขั้นตอนและวิธีการหาคำตอบ แล้วนำความรู้ที่ได้มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ให้ได้อรรถประโยชน์ใหม่เพื่อลงข้อสรุปและนำเสนอ ซึ่งสังเกตเห็นได้ชัดเจนถึงความพร้อมและความพึงพอใจต่อการเรียนการสอนของนักศึกษาในแต่ละชั่วโมงของแต่ละหน่วยการเรียนรู้ที่เพิ่มขึ้น แสดงว่า ผลของการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมที่มีความต่อเนื่องนั้นมีผลต่อการแสดงออกในด้านความสนใจและความสุขของนักศึกษาที่เพิ่มมากขึ้นด้วย

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษาวิจัยเรื่อง ผลการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมเพื่อส่งเสริมความคิดวิเคราะห์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

1. ผลศึกษาพัฒนาการความสามารถการคิดวิเคราะห์ในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมหลังเรียน พบว่า นักศึกษามีพัฒนาการความสามารถการคิดวิเคราะห์ในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์โดยรวมของหลังเรียนอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม ผู้เรียนได้เรียนโดยผ่านกระบวนการสร้างความรู้ด้วยตนเองในแต่ละขั้นตอน 5 ขั้น ส่งผลให้ผู้เรียนใช้ความรู้เดิมและหาข้อมูลเพิ่มเติมเพื่อเขียนแผนผังมโนทัศน์ รวมทั้งขยายการเรียนรู้แบบองค์รวม เป็นการสร้างความเข้าใจปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมตามขอบเขตเนื้อหาที่เรียน ถือได้ว่าเป็นวิธีการจัดการเรียนรู้รูปแบบหนึ่ง ที่ช่วยเตรียมผู้เรียน ให้มีทักษะที่จำเป็น และมีรากฐานมาจากทฤษฎีการเรียนรู้สภาพจริง (Authenticity) นอกจากนี้มีการนำผังมโนทัศน์มาประยุกต์ใช้ในกิจกรรมการเรียนรู้ ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนการคิดวิเคราะห์จากการปฏิบัติการทดลอง ฝึกการคิดวิเคราะห์จากสถานการณ์ต่าง ๆ ที่กำหนดขึ้น ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกันในช่วงของการเรียนรู้ ทำให้ผู้เรียนสามารถเรียงลำดับความคิดอย่างถูกต้อง



และเหมาะสม เกิดการสรุปเป็นองค์ความรู้และเชื่อมโยงเนื้อหาบทเรียนเข้าด้วยกัน ซึ่งสอดคล้องกับ ทิศนา ขัมมณี (2555) ที่กล่าวว่า ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้โน้ตทัศน์จากการคิดวิเคราะห์ และตัวอย่างที่หลากหลาย ดังนั้นผลที่ผู้เรียนจะได้รับโดยตรงคือ จะเกิดความเข้าใจในโน้ตทัศน์นั้น และได้เรียนรู้ทักษะการสร้างโน้ตทัศน์ ซึ่งสามารถนำไปใช้ในการทำความเข้าใจโน้ตทัศน์อื่น ๆ ต่อไป รวมทั้งช่วยพัฒนาทักษะการใช้เหตุผลโดยการอุปนัยอีกด้วย สอดคล้องกับ งานวิจัยของ สิริลักษณ์ ตามพันธ์ (2560) รวมทั้งงานวิจัยของวิจิตรา บังกิโล และ ชาญณรงค์ เหยียงราช (2557) ที่พบว่า การจัดการเรียนรู้ที่มีกิจกรรมการเรียนรู้ให้นักเรียนระดมความคิด หาคำตอบที่หลากหลายอย่างอิสระผ่านกระบวนการทำงานกลุ่มในการลงมือหาคำตอบในแนวทางที่หลากหลายวิธี ช่วยให้นักเรียนมีการคิดวิเคราะห์ขั้นสูง และการคิดสร้างสรรค์เพิ่มขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาแนวคิดของ Brodin & Frick (2011) ที่กล่าวถึงความสัมพันธ์ของการคิดทั้งสองว่า คนที่มีความคิดการคิดวิเคราะห์สูงอาจมีการคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณและการคิดวิเคราะห์สูงหรือต่ำ ซึ่งเป็นไปได้ทั้งสองแบบ ส่วนคนที่มีการคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณสูงมีแนวโน้มอาจจะเป็นคนที่มีการคิดวิเคราะห์สูงตามไปด้วย

ส่วนในงานวิจัยของ Gok & Erdogan (2011) และ ULGER (2016) พบว่า ในนักศึกษาระดับอุดมศึกษา การคิดทั้งสองมีความสัมพันธ์กันในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติซึ่งจากข้อมูลข้างต้นอาจเป็นไปได้ว่า การคิดทั้งสองมีแนวโน้มสัมพันธ์กันมากขึ้นเมื่ออายุมากขึ้นเนื่องจากเป็นกระบวนการคิดที่ซับซ้อน จึงต้องอาศัยประสบการณ์ และการฝึกฝนเพื่อพัฒนาการคิดทั้งสองให้เกิดร่วมกันได้ จากเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้การจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมที่มีผลต่อพัฒนาการความสามารถการคิดวิเคราะห์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

2. ผลเปรียบเทียบการคิดวิเคราะห์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนเรียนและหลังเรียน พบว่า นักศึกษามีคะแนนความคิดวิเคราะห์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคะแนนการคิดวิเคราะห์หลังเรียนที่วัดด้วยแบบวัดการคิดวิเคราะห์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 27.90 และ 21.98 ตามลำดับ ทั้งนี้เนื่องจากก่อนดำเนินการจัดกิจกรรมโดยการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม ผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มนักศึกษา โดยแต่ละกลุ่มจะละความสามารถของนักเรียน คือ เก่ง ปานกลาง และอ่อน ผ่านการเรียนรู้แบบสืบเสาะโดยใช้ปัญหาเป็นฐาน (Problem-based inquiry learning) และการทดสอบท้ายหน่วยการเรียนรู้ทุกหน่วย หน่วยละ 1 ชั่วโมง รวม 3 ชั่วโมง อีกทั้งยังมีทดสอบหลังใช้แผนการจัดการเรียนรู้ในทุกครั้ง รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 24 ชั่วโมง ทำให้เกิดพัฒนาการความสามารถการคิดวิเคราะห์ของนักศึกษาผ่านสื่อประสมร่วมกับการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐานแผนการจัดการเรียนรู้ทั้งสิ้นจำนวน 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นทบทวนประสบการณ์ 2) ขั้นกิจกรรม 3) ขั้นสะท้อนความคิด 4) ขั้นประเมินผล และ 5) ขั้นประยุกต์ใช้ นำสิ่งที่ผู้เรียนได้เรียนรู้นามาประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ใหม่กับสิ่งที่ได้เรียนรู้นมา ทั้งนี้ ในดำเนินการจัดกิจกรรมโดยการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม ส่วนคนปานกลางก็จะเรียนรู้วิธีเรียนจากคนเก่งและเอื้ออาทรต่อคนอ่อน คนอ่อนก็จะได้รับความช่วยเหลือและส่งเสริมจากคนเก่งและคนปานกลาง ผลการวิจัยดังกล่าวยังสอดคล้องกับแนวคิด Brown, et al. (1989) ที่กล่าวไว้ว่าผลการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐาน จะสามารถทำให้ผู้เรียนต้องสามารถประยุกต์สถานการณ์ในการแก้ปัญหาที่สัมพันธ์กับชีวิตประจำวันได้อย่างมีความหมายที่ส่งผลต่อการคิดวิเคราะห์ผ่านกระบวนการเรียนรู้แบบสืบเสาะหาความรู้ทำให้ผู้เรียนสามารถสร้างความรู้ด้วยตนเอง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการจัดการเรียนรู้โดยใช้การเรียนรู้ปรากฏการณ์เป็นฐานทำผู้เรียนมีโอกาสที่จะได้เรียนรู้



วิเคราะห์ ตัดสินใจและตรวจสอบผลของการตัดสินใจจากสถานการณ์ดังกล่าวด้วยตัวของผู้เรียนเอง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Shrum & Glisan(2000) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการเรียนรู้ภาษาอังกฤษแบบเน้นประสบการณ์พบว่า การใช้สิ่งแวดล้อมการเรียนรู้ในห้องเรียนอย่างฉลาดตามความต้องการด้านการสื่อสารของผู้เรียน สามารถเชื่อมโยงการใช้ภาษากับจินตนาการของผู้เรียน ยิ่งกว่านั้นทักษะในด้านต่าง ๆ ที่ผู้เรียนนำมาใช้แล้วได้รับความรู้ทางวัฒนธรรม เกิดเป็นความเข้าใจที่ลุ่มลึกยิ่งขึ้นของวิธีการติดต่อสื่อสารที่เกิดขึ้นจริงในโลกภายนอกชั้นเรียน จากข้อค้นพบจะเห็นได้ว่า ผลการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมที่จะให้ได้ผลดีนั้น ควรจะต้องเริ่มที่หลักการและจัดกระบวนการสอนให้สอดคล้องกับหลักการ โดยอาศัยวิธีการสอน เทคนิคการสอนและสื่อประสมร่วมด้วย ซึ่งมีอยู่หลากหลายเข้ามาช่วยให้กระบวนการสอนเกิดประสิทธิภาพสูงสุด และในส่วนของ การวัดและประเมินผลควรประเมินตามสภาพจริง ควรเน้นการประเมินทักษะการคิดที่ซับซ้อน ทักษะการทำงาน ความสามารถในการแก้ปัญหาและการแสดงออกที่เกิดจากการปฏิบัติในสภาพจริงซึ่งอยู่บนพื้นฐานของเหตุการณ์จริงในชีวิตจริง

3. ผลการศึกษาพฤติกรรมการณ์มีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม พบว่า นักศึกษามีพัฒนาทางด้านความคิดวิเคราะห์อยู่ในระดับ ดีมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐานมีลักษณะเน้นการสอนแบบบูรณาการให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เนื้อหาเป็นประเด็นองค์รวมไม่มีการแยกรายวิชา (Thematic learning) ภายใต้กรอบแนวคิดหลักที่ว่าผู้เรียนสามารถสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตนเอง (Constructivism) ผ่านการศึกษาปรากฏการณ์ตามสภาพจริง ซึ่งการจัดการเรียนรู้โดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐาน สอดคล้องกับแนวคิดของ Mahavijit (2017) ที่ได้กล่าวไว้ว่า การจัดการเรียนการสอนโดยใช้ปรากฏการณ์เป็นฐานนั้น จัดได้ว่าเป็นการเรียนรู้แบบสหวิทยาการเกี่ยวกับปรากฏการณ์ธรรมชาติของโลกแห่งความจริงในมุมมองที่หลากหลายแบบองค์รวม ผ่านการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) เป็นการเรียนรู้ในเชิงปรากฏการณ์เป็นฐานและการเรียนรู้ด้วยกระบวนการกลุ่ม ซึ่งเป็นกระบวนการเชิงบูรณาการระหว่างสาระรายวิชาต่าง ๆ และหัวข้อประเด็นที่สนใจ นำไปสู่การเรียนรู้แบบสหวิทยาการในมุมมองที่หลากหลาย โดยใช้เทคนิค วิธีการและเครื่องมือต่าง ๆ เพื่อพัฒนาความรู้และทักษะของผู้เรียนที่มีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้ในลักษณะข้ามศาสตร์วิชาภายใต้บริบทที่สัมพันธ์กับชีวิตจริง โดยแนวการจัดการเรียนรู้ยังสอดคล้องกับ Sternberg (1986) อ้างใน ทิศนา ขมมณี, 2544) ที่ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมจะทำให้เกิดการพัฒนาทักษะกระบวนการคิดวิเคราะห์ และการคิดอย่างมีวิจารณญาณว่าเป็นองค์ประกอบของสติปัญญา ในด้านกระบวนการคิด ซึ่งสร้างให้เกิดลำดับขั้นการคิดนั้นเป็นกระบวนการคิดสำคัญในการประมวลผลการคิดของบุคคลในการเชื่อมโยงข้อมูลเพื่อนำไปสู่การวางแผนแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม การตรวจสอบความเข้าใจ ออกแบบวิธีการนำเสนอคำตอบ และแสดงความคิดในการโต้แย้งข้อมูล เป็นต้น ดังนั้นการที่ผู้เรียนได้ฝึกคิดและแสดงออกทางความคิดอย่างสม่ำเสมอ ผ่านกระบวนการตั้งคำถามและหาคำตอบด้วยตนเองในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมจะช่วยส่งเสริมทักษะการคิดวิเคราะห์ของผู้เรียนได้เป็นอย่างดี ซึ่งสอดคล้องกับ วิจารณ์ พานิช (2560) ที่ได้อธิบายไว้ว่า การจัดการเรียนรู้ผ่านบรรยากาศของการตั้งคำถามและปัญหาถือเป็นเครื่องมือสำคัญในการจัดการเรียนการสอนและการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่า การจัดการเรียนรู้การจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมนั้น มีความสอดคล้องกับแนวทางการจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ที่สามารถสร้างบรรยากาศชั้นเรียนที่เป็นอิสระอันเป็น



บรรยากาศ ชั้นเรียนเชิงบวกที่ส่งเสริมการเรียนรู้ ผ่านกระบวนการกลุ่มที่เน้นความร่วมมือ มีการระดมความคิด และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันส่งเสริมให้เกิดปฏิสัมพันธ์อันดีระหว่างผู้เรียน รวมทั้งนำเสนอ ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในสังคมมาเป็นจุดเริ่มต้นในการเรียนรู้ ซึ่งเป็นเรื่องใกล้ตัวทำให้มีความ น่าสนใจ ส่งผลให้เกิดความกระตือรือร้นและความร่วมมือในการเรียนมากขึ้น รวมทั้งส่งเสริม กระบวนการทางความคิดวิเคราะห์ของผู้เรียนในทุกมิติและทุกขั้นตอนตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานผ่านการตั้งคำถาม และหาคำตอบด้วยตัวเอง ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดกระบวนการการเรียนรู้ที่ช่วยส่งเสริมและพัฒนาการทักษะกระบวนการคิดได้ เช่น การคิดอย่างวิจารณ์ญาณ การคิดวิเคราะห์และการคิดสร้างสรรค์ รวมทั้งเกิดผลลัพธ์ของการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพผ่านการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานที่เน้นความสำคัญของการจัดกิจกรรมที่ทำทลายและกระตุ้นเชิงการคิดวิเคราะห์ ตลอดจนบรรยากาศที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนกล้าคิด กล้าแสดงออก และครูผู้สอนเป็นบุคคลสำคัญที่จะทำให้กิจกรรมการเรียนรู้พัฒนาการคิดวิเคราะห์เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.1 การจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม ผู้วิจัยต้องศึกษาแนวคิดการเรียนรู้เชิงสถานการณ์ให้ชัดเจนว่า จะทำให้ผู้เรียนมีการสร้างความรู้ด้วยตนเองอย่างไรบ้าง และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ลงมือศึกษาปรากฏการณ์ด้วยการสืบค้น ทดลองปฏิบัติ ภายใต้แนวคิดการสร้างองค์ความรู้ในตนเองในชีวิตประจำวันได้อย่างไร เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้อย่างมีความหมาย

1.2 การจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสม ผู้วิจัยต้องอธิบายขั้นตอนการเรียนรู้ตามแนวคิดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมในแต่ละชั้นและในแต่ละแผนการจัดการเรียนรู้ให้ผู้เรียนเข้าใจไปในทิศทางเดียวกัน เพื่อให้การจัดการเรียนรู้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและบรรลุตามวัตถุประสงค์

1.3 การเลือกประเด็นปัญหาในการจัดกิจกรรม ผู้วิจัยควรเลือกประเด็นปัญหาที่เป็นปัญหาอยู่ในปัจจุบัน ดังนั้นผู้วิจัยต้องทันต่อเหตุการณ์เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความกระตือรือร้น สนใจและตั้งใจในการเรียนรู้ จึงจะทำให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพมากขึ้น ดังนั้นผู้สอนควรเตรียมประเด็นข้อคำถามหรือกำหนดปัญหาที่ต้องการหาคำตอบจากปรากฏการณ์ที่สนใจ เพื่อที่จะสามารถให้คำแนะนำหรือเสนอแนะ สะท้อนกลับข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนได้

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบแนวทางในการแผนการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมเพื่อส่งเสริมความคิดวิเคราะห์ของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ที่สำคัญ คือการจัดการเรียนรู้ดังกล่าวจะช่วยพัฒนาความสามารถการคิดวิเคราะห์ในการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานร่วมกับสื่อประสมของนักศึกษาและจะสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับการเรียนการสอนกับกลุ่มรายวิชาอื่น ๆ เช่น วิทยาศาสตร์ ภาษาไทย ภาษาอังกฤษ และคณิตศาสตร์ เป็นต้น สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นเกี่ยวกับผลการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์และการคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณของผู้เรียนให้ครบทุกองค์ประกอบ ทั้งนี้อาจมาจาก



การรวบรวมความคิดและข้อมูลของผู้เรียนยังไม่สามารถสนับสนุนในการแก้ปัญหาได้ จึงทำให้การแก้ปัญหานั้นคาดเคลื่อนและไม่ชัดเจน ดังนั้น จึงควรมีการวิจัยและพัฒนาผู้เรียนในด้านการคิดแก้ปัญหา เพื่อให้ผู้เรียนมีพื้นฐานด้านความคิด ซึ่งจะนำมาพัฒนาให้ผู้เรียนมีความสามารถในการคิดในระดับที่สูงขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- บุญชม ศรีสะอาด. (2560). *การวิจัยเบื้องต้น*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- ทศนา แคมมณี. (2544). *ทฤษฎี หลักการ และแนวคิดที่เป็นสากลเกี่ยวกับการคิดในช่วงศตวรรษที่ 20*. กรุงเทพฯ: เดอะมาสเตอร์กรุ๊ป แมเนจเม้นท์.
- พรณวร บุญประเสริฐผล และคณะ. (2553). การพัฒนารูปแบบการสอนภาษาอังกฤษโดยใช้การเรียนรู้แบบเน้นประสบการณ์สำหรับนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง. *วารสารศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยนเรศวร*, 12(3), 53 – 76.
- วิจารณ์ พานิช. (2560). *วิธีสร้างการเรียนรู้เพื่อศิษย์ในศตวรรษที่ 21*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสดศรีสฤษดิ์วงศ์.
- วิจิตรา บังกิโล และชาญณรงค์ เหยียงราช. (2557). การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้คณิตศาสตร์โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้ตามทฤษฎีคอนสตรัคติวิสต์และเทคนิคระดมสมองที่ส่งเสริมความสามารถในการคิดขั้นสูงเรื่อง ลำดับและอนุกรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น*, 37(4), 149-148.
- วิริยะ ฤาชัยพาณิชย์ และกมลรัตน์ นิมพาลี. (2559). *ห้องเรียนแห่งอนาคต เปลี่ยนครูให้เป็นโค้ช*. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: พิมพ์ดี.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2560). *แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2560 - 2579*. สืบค้นเมื่อ 30 เมษายน 2560, จาก backoffice.onec.go.th/uploaded/Outstand/2017-EdPlan60-79.pdf
- สิริลักษณ์ ตาณพันธุ์. (2560). ผลของการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สังคมศึกษาโดยใช้กระบวนการแก้ปัญหาเชิงสร้างสรรค์ที่มีต่อความสามารถในการคิดสร้างสรรค์และการคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา*, 12(3), 313-329.
- Brodin, E. M., & Frick, L. (2011). Research And Theory Conceptualizing and encouraging critical creativity in doctoral education. *International Journal for Researcher Development*, 2(2), 133-151.
- Brown, J. S., Collins, A., & Duguid, P. (1989). Situated cognition and the culture of learning. *Education Researcher*, 18, 32 – 42.
- Gok, B., & Erdogan, T. (2011). The investigation of the creative thinking levels and the critical thinking disposition of pre-service elementary teachers. *Journal of Faculty of Educational Sciences*, 44(2), 29-51.
- Halinen, I. (2018). The New Educational Curriculum in Finland. In M. Matthes, L. Pulkkinen, C. Clouder, & B. Heys (Eds). *Improving the Quality of Childhood in Europe*. Brussels, Belgium: Alliance Childhood European Network Foundation.



- Krejcie, R. V. & Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), pp. 607-610.
- Mattila, P. & Silander, P. (Ed.). (2015). *How to Create the School of the Future—Revolutionary thinking and design from Finland*. Finland: Multprint.
- OECD. (2016). *PISA 2015 Assessment and Analytical Framework: Science, Reading, Mathematic and Financial Literacy*. Paris: PISA, OECD Publishing.
- Shrum, J. L. & Glisan, E. W. (2000). *Teacher's handbook: contextualized language instruction*. Massachusetts: Heinle & Heinle.
- Symeonidis, V. & Schwarz, J. F. (2016). Phenomenon-Based Teaching and Learning through the Pedagogical Lenses of Phenomenology: The Recent Curriculum Reform in Finland. *Forum OŚwiatowe*, 28(2), 31–47.
- ULGER, K. (2016). The Relationship between Creative Thinking and Critical Thinking Skills of Students. *H. U. Journal of Education*, 31(4), 695-701.
-

การพัฒนาชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม
The Developmental Package for Promoting Development of Children With
Visual Impairments in Early Stage

กมลวรรณ อินอร่าม¹ และ ปริมา วินิตาสติกุล²
Kamonwan Inaram¹ and Parima Vinitasatitkun²

^{1,2}คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

^{1,2}Faculty of Education, Suan Dusit University, Thailand

Email: ¹kamonwan228@gmail.com, ²parima9451@gmail.com

Retrieved July 9, 2022; Revised October 18, 2022; Accepted October 28, 2022

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีจุดประสงค์เพื่อ 1) สร้างชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่ม และ 2) หาความเหมาะสมของชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่ม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มที่มีอายุระหว่าง 3-6 ปี ที่เข้ามาใช้บริการ ศูนย์การศึกษาพิเศษ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต และโรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ ซึ่งใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจง จำนวน 10 คน โดย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบประเมินประสิทธิภาพชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม และแบบประเมินทักษะการเตรียมความพร้อมในการอ่านเขียนอักษร และชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มพร้อมกับแผนการจัดกิจกรรมจำนวน 18 แผน โดยจัดกิจกรรมโดยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง รวมระยะเวลา 6 สัปดาห์ ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์หาค่าทางสถิติ ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติทดสอบที (t-test)

ผลการวิจัยพบว่า พบว่า ผลการประเมินก่อนและหลังการใช้ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม มีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 มีค่า $t = 8.232$, $p\text{-value} = .000$ และผลการวิเคราะห์ แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินทักษะของเด็กก่อนและหลังการทดลอง กล่าวคือชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มมีความเหมาะสมและสามารถส่งเสริมให้เด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นมีพัฒนาการที่ดีขึ้น

คำสำคัญ: เด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่ม; ชุดส่งเสริมพัฒนาการ; แบบประเมินทักษะการเตรียมความพร้อมในการอ่านเขียนอักษรเบรลล์

Abstract

This research aims 1) to create the developmental promotion kit for early children with visual impairment and 2) to find the suitability of the developmental promotion kit for early



children with visual impairment. A research sample group is a group of 10 early children with visual impairment between 3-6 years old from the Special Education Center of Suan Dusit University and The Bangkok School for The Blind by Purposive Sampling. Research tools are 1) a Performance Assessment Form for the developmental promotion of early children with visual impairment and 2) an Assessment Form of preparation skills in reading and writing and a developmental promotion kit for early children with visual impairment with 18 pages of activity plan, in a total of 6 weeks and 3 times a week. Statistics used are percentage, means, standard deviation, and t-test statistics.

The research found that the result of the pre-test and post-test from a performance assessment of using developmental promotion. The difference in means has statistically significant at 0.01 level with t value = 8.232, p-value = .000. Data analysis showed mean and standard deviation of performance assessment before and after the experiment. This concluded that the developmental promotion kit was suitable and promoted the development of children with visual impairment.

Keywords: Early Children with visual impairment; The developmental promotion kit; Assessment Form of preparation skill in Braille reading and writing

บทนำ

National Development Plan for the Quality of Life of the Disabled, Issue 12 (2017-2021) ยุทธศาสตร์ที่ 2 การสร้างความเป็นธรรมและลดความเหลื่อมล้ำในสังคมให้ความสำคัญกับการจัดบริการของรัฐที่มีคุณภาพทั้งด้านการศึกษา สาธารณสุข ให้กับผู้ด้อยโอกาส (ทักษะการเตรียมความพร้อมในการตั้งนี้มีรูปแบบของการพัฒนาประเทศที่ยั่งยืนโดยไม่ทอดทิ้งใครไว้ข้างหลัง (No one Left Behind) เน้นแผนแม่บทที่มีเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals : SDGs) พร้อมทั้งปรับโครงสร้างสู่ประเทศไทย 4.0 ทั้งนี้รัฐได้แสดงเจตนารมณ์ในการสนับสนุนให้ผู้ที่มีความพิการ (Disability) อยู่ร่วมกันในสังคมด้วยความเสมอภาคโดยการออกเป็นกฎหมายข้อบังคับต่าง ๆ เช่นรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2540 มาตรา 43 ซึ่งบัญญัติไว้ว่า “เด็กย่อมมีสิทธิเสมอกันในการรับการศึกษาขั้นพื้นฐานไม่น้อยกว่า 12 ปี รัฐจัดให้อย่างทั่วถึงและมีคุณภาพโดยไม่เก็บค่าใช้จ่าย” ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความเท่าเทียมและลดความเหลื่อมล้ำของคนในสังคม นอกจากนี้ในด้านการศึกษาซึ่งเป็นหัวใจของการพัฒนาประเทศก็มีพระราชบัญญัติการจัดการศึกษาสำหรับคนพิการ พ.ศ. 2551 กำหนดสิทธิทางการศึกษาสำหรับคนพิการให้ได้รับการศึกษาโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย ตั้งแต่แรกเกิดหรือพบความพิการตลอดชีวิต พร้อมทั้งได้รับเทคโนโลยีสิ่งอำนวยความสะดวก สื่อ บริการและความช่วยเหลืออื่นใดทางการศึกษา สามารถเลือกบริการทางการศึกษา สถานศึกษา ระบบและรูปแบบการศึกษาโดยคำนึงถึงความสามารถความสนใจความถนัดและความต้องการจำเป็นพิเศษของบุคคลนั้น รวมถึงการจัดหลักสูตร กระบวนการเรียนรู้ การทดสอบทางการศึกษา ที่เหมาะสมสอดคล้องกับความต้องการจำเป็นพิเศษของคนพิการแต่ละประเภทและบุคคล (National Development Plan for the Quality of Life of the Disabled, Issue 5 2017-2021, 2010) ซึ่งสอดคล้องกับมาตรา 55 ซึ่ง



บัญญัติไว้ว่า “เด็กพิการหรือทุพพลภาพมีสิทธิได้รับสิ่งอำนวยความสะดวกอันเป็นสาธารณะและ ความช่วยเหลือจากรัฐ ทั้งนี้ตามที่กฎหมายบัญญัติ” (Ministry of Labor, 2009)

ประเทศไทยมีจำนวนผู้บกพร่องทางการเห็นจำนวน 181,821 ราย (Blind Association of Thailand, 2015) และแม้ว่าความบกพร่องมีข้อจำกัดในการในการทำกิจใด ๆ แต่ก็พบว่าปัจจุบันสังคมไทยเริ่มคุ้นเคยกับความบกพร่องต่าง ๆ มากขึ้นในลักษณะของการเป็นบุคคลต้นแบบเป็นผู้ให้แรงบันดาลใจกับผู้อื่นและแม้กระทั่งเป็นผู้ที่มีบทบาททางการเมืองระดับประเทศแสดงให้เห็นว่าบุคคลที่มีความบกพร่องทางการเห็นมีศักยภาพและสามารถพัฒนาให้เป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถได้ไม่ต่างจากคนปกติ ผู้ที่ประสบความสำเร็จข้างต้นเป็นผู้มีความรู้ความสามารถและได้รับการส่งเสริมพัฒนาการจากครอบครัวครูเป็นสำคัญ ครูและพ่อแม่ที่ได้รับชุดความรู้คู่มือการดูแลและสนับสนุนอุปกรณ์ในการส่งเสริมพัฒนาการของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นที่จำเป็นต่อการส่งเสริมพัฒนาการของลูกหรือลูกศิษย์ให้เต็มศักยภาพ และสนับสนุนให้เด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นที่มีคุณภาพ สร้างประโยชน์แก่ประเทศชาติมีจำนวนมากขึ้น ปัญหาที่พบจากการสังเกตร่วมกับการสัมภาษณ์ครูผู้สอนเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็น ณ ศูนย์บริการช่วยเหลือระยะแรกเริ่มมหาวิทยาลัยสวนดุสิต พบว่า มีพัฒนาการที่ล่าช้า โดยเฉพาะพัฒนาการกล้ามเนื้อมัดใหญ่ กล้ามเนื้อมัดเล็ก ทักษะการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน ทักษะวิชาการทักษะทางสังคมตามลำดับขั้นนี้หากมีการส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการที่สมวัยก็จะช่วยให้เขามีความพร้อมที่จะเรียนรู้ในวันเรียนในลำดับต่อไป การส่งเสริมพัฒนาการในเด็กอย่างเหมาะสมเป็นสิ่งสำคัญตามกฎการเรียนรู้ของธอร์นไทร์ที่ศึกษาและนำเสนอไว้ 3 กฎ คือ กฎแห่งความพร้อม (Law of Readiness) กฎแห่งการฝึกหัด (Law of Exercise) และกฎแห่งความพอใจ (Law of Effect) โดยเฉพาะกฎแห่งความพร้อมที่มีใจความสำคัญที่ว่า เมื่อเด็กมีความพร้อมแล้วไม่ได้ลงมือปฏิบัติประสิทธิภาพในการเรียนรู้ย่อมไม่เกิด ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับความพร้อมและวุฒิภาวะของกรีเซลล์ที่ว่า เมื่อเด็กไม่พร้อมแล้วถูกบังคับให้ปฏิบัติสิ่งใด ๆ ย่อมเกิดผลต่อการเรียนรู้ และยังส่งผลต่อการเรียนรู้ในอนาคตอีกด้วย จากความสำคัญของความพร้อมและการเรียนรู้ชี้ให้เห็นว่าหากผู้ปกครองและครูร่วมกันส่งเสริมพัฒนาการและเตรียมความพร้อมสมวัยก็จะส่งเสริมให้เด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นมีพัฒนาการสมวัยในทุกด้าน ของพัฒนาการ 6 ด้าน ซึ่งประกอบไปด้วยทักษะกล้ามเนื้อมัดเล็ก ทักษะกล้ามเนื้อมัดใหญ่ ทักษะการช่วยเหลือตนเอง ทักษะทางวิชาการ ทักษะทางภาษา และทักษะทางสังคม

สื่อการเรียนรู้หรือของเล่นมีบทบาทสำคัญต่อการส่งเสริมพัฒนาการของเด็กซึ่งจะช่วยให้เด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นได้มีโอกาสก้าวสู่ความอง่งามทั้งพัฒนาการด้านอารมณ์จิตใจและสติปัญญา สื่อจึงเป็นเสมือนหนึ่งชุมทรัพย์ทางปัญญา คลังแห่งปัญญาและความบันเทิงขนาดมหึมาสำหรับมวลมนุษยชาติ (Kasemsuk, 2004)

การช่วยเหลือระยะแรกเริ่มสำหรับเด็กที่มีความต้องการพิเศษนั้นมีผู้ให้นิยามไว้อย่างหลากหลาย อาทิ Heward and William (2000) ให้ความหมายว่าเป็นกิจกรรมช่วยเหลือเด็กช่วงอายุ 8 เดือน ถึง 3 ปี ซึ่งเป็นช่วงสำคัญในการพัฒนาเด็กทั้งด้านความคิดและสังคม โดยผู้เชี่ยวชาญด้านการศึกษา โภชนาการ และการดูแลเด็ก รวมทั้งการสนับสนุนครอบครัวเพื่อลดผลกระทบจากความพิการของเด็กและป้องกันความพิการหรือปัญหาอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นตามมาเนื่องจากความพิการ และ Office of Basic Education (2008) ให้ความหมายว่า เป็นการเตรียมความพร้อมให้เด็กที่มีความต้องการพิเศษให้มีความพร้อมก่อนเข้าเรียน (Noonan, Mary, & McCormick 1993) สอดคล้องกับ Kauffman and Hallahan (1995) ที่กล่าวว่า การช่วยเหลือระยะแรกเริ่ม หมายถึง กระบวนการจัดทำแผนการช่วยเหลือเด็กที่อยู่ในวัยก่อนวัยเรียนที่มีความพิการ โดยลดข้อจำกัดของเด็กเพื่อให้เด็กสามารถเรียนรู้



ได้อย่างปกติ อย่างไรก็ตามการนิยามของแต่ละท่านมีความเหมือนและแตกต่างกัน ในขณะที่ส่วนใหญ่จะให้ความหมายเรื่องการเตรียมความพร้อมของเด็กในระยะแรกเริ่มที่พบความพิการเป็นหลักโดยไม่กำหนดช่วงอายุหรือมีการกำหนดช่วงอายุ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ ไม่ว่าจะเป็นประเภทความพิการ ช่วงเวลาที่พบว่าเด็กมีความเสี่ยงหรือพบความพิการ (ทันทีที่พบความพิการ) ในงานวิจัยนี้ได้เลือกทดลองกับเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นและกำหนดช่วงอายุของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มไว้ระหว่างอายุ 3-6 ปี เพื่อเข้ารับการวิจัย เนื่องจากเป็นช่วงที่เหมาะสมกับการเตรียมความพร้อมด้านวิชาการและทักษะอื่น ๆ โดยเฉพาะเตรียมความพร้อมในการอ่านและเขียนอักษรเบรลล์

จากปัญหาข้างต้นที่กล่าวมาผู้วิจัยจึงสนใจที่จะสร้างชุดส่งเสริมพัฒนาการ ซึ่งเป็นอีกแนวทางหนึ่งที่สนับสนุนให้เด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นมีพัฒนาในทักษะต่าง ๆ อย่างเต็มศักยภาพ ทั้งนี้เด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่มเป็นวัยที่จะต้องได้รับการส่งเสริมพัฒนาการทั้ง 6 ด้านอย่างเหมาะสม เพื่อเตรียมพร้อมสู่การเรียนรู้ ทักษะวิชาการที่มีความเข้มข้นขึ้นตามระดับชั้น โดยการเรียนรู้ในขั้นต่อไปเด็กต้องฝึกการอ่านด้วยการรับรู้โดยอักษรเบรลล์ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นนั้นต้องอาศัยการฝึกฝนการใช้ประสาทสัมผัส ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างมากที่จะต้องมีการพัฒนาที่พร้อมก่อนวัยเรียน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อสร้างชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่ม
2. เพื่อหาความเหมาะสมของชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่ม

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยเรื่องการพัฒนาชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มเป็นงานวิจัยเชิงพัฒนา (R&D) โดยมีจุดประสงค์เพื่อพัฒนานวัตกรรม คือ ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม ตลอดจนศึกษาความเหมาะสมของชุดส่งเสริมพัฒนาการ มีขั้นตอนในการดำเนินการ 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การพัฒนาชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม โดยรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับส่งเสริมพัฒนาการเด็กบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มทั้งด้านปฐภูมิและทฤษฎี จากนั้นเป็นการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้เชี่ยวชาญด้านการศึกษาพิเศษ เพื่อเก็บข้อมูลในการนำมาสร้างและพัฒนาชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องในระยะแรกเริ่ม

ขั้นตอนที่ 2 การหาความเหมาะสมของชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มโดยการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างและศึกษาความเหมาะสมของชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม

ขั้นตอนที่ 3 ชี้นำเสนอผลการทดลองใช้ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มจัดทำคู่มือในการใช้ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม และจัดทำวิดีโอสาธิตการใช้ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม



กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้มี 2 กลุ่ม ได้แก่

กลุ่มที่ 1 การพัฒนาชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม จะมีผู้ให้ข้อมูล 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มผู้เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมพัฒนาการเด็กบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม จำนวน 3 คน และกลุ่มที่ 2 ตัวแทนพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครู อาจารย์ นักวิชาการ และนักจิตวิทยา จำนวน 6 คน โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก

กลุ่มที่ 2 การหาความเหมาะสมของชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มโดยการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างและศึกษาความเหมาะสมของชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เป็นเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มที่มีอายุระหว่าง 3-6 ปี ที่เข้ามาใช้บริการ ณ ศูนย์การศึกษาพิเศษ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต และโรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ ซึ่งใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง จำนวน 10 คน โดยไม่แยกเพศชาย หญิง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสัมภาษณ์อย่างมีโครงสร้างเกี่ยวกับการส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม

2. ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม โดยในชุดจะประกอบไปด้วย 1) นวัตกรรมต้นแบบ 1 ชิ้น 2) แผนการจัดกิจกรรม จำนวน 18 แผน และ 3) คู่มือการใช้ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม

3. แบบประเมินประสิทธิภาพชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม ซึ่งแบ่งเป็นด้านต่าง ๆ 2 ด้าน ดังนี้ด้านคุณภาพของนวัตกรรม จำนวน 5 ข้อ และด้านเนื้อหาสาระของนวัตกรรมด้านละ จำนวน 5 ข้อ

4. แบบประเมินทักษะการเตรียมความพร้อมในการอ่านเขียนอักษรเบรลล์สำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม ซึ่งแบ่งเป็นด้านต่าง ๆ 2 ด้านใหญ่ ประกอบด้วยทักษะการแยกแยะวัตถุ และทักษะการนำไปใช้ โดยทักษะด้านการแยกแยะวัตถุแบ่งเป็น 5 ด้าน ดังนี้ด้านการสัมผัสวัตถุทั่วไป จำนวน 9 ข้อ ด้านพื้นผิวสัมผัสของวัตถุ (นุ่ม แข็ง ขรุขระ เรียบ) จำนวน 4 ข้อ ด้านรูปทรงของวัตถุ จำนวน 4 ข้อ ด้านขนาดของวัตถุ จำนวน 4 ข้อ ด้านเสียงของวัตถุ จำนวน 3 ข้อ และทักษะการนำไปใช้แบ่งเป็น 2 ด้าน ได้แก่ทักษะที่นำไปสู่การอ่าน จำนวน 5 ข้อ และทักษะที่นำไปสู่การเขียน จำนวน 3 ข้อ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยเรื่องการพัฒนาชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มมีขั้นตอนในการรวบรวมข้อมูล 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การพัฒนาชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มดำเนินการดังนี้

1. รวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องทั้งด้านปฐมภูมิและทฤษฎีภูมิ แล้วนำข้อมูลที่ได้มาสร้างโครงสร้างของแบบสัมภาษณ์เพื่อสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ

2. การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน ใช้เวลาสัมภาษณ์เฉลี่ยท่านละ 2 ชั่วโมง จากนั้นนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาสังเคราะห์แล้วสร้างรูปแบบชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องในระยะแรกเริ่ม



3. การสนทนากลุ่ม (Focus group) ผู้วิจัยให้ตัวแทนจากพ่อแม่ผู้ปกครอง ครู อาจารย์ นักวิชาการ และนักจิตวิทยา เข้ามามีส่วนร่วมแสดงข้อคิดเห็นเกี่ยวกับชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม สนทนากลุ่มเกี่ยวกับรูปแบบชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องในระยะแรกเริ่มที่สร้างขึ้น ใช้เวลาในการสนทนากลุ่ม 6 ชั่วโมง แล้วนำข้อมูลที่ได้ไปสร้างชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม

ขั้นตอนที่ 2 การหาความเหมาะสมของชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม

1. หาความเหมาะสมของชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม โดยใช้แบบประเมินความเหมาะสมของชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มไปให้ผู้เชี่ยวชาญประเมิน

2. นำชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มที่มีอายุระหว่าง 3-6 ปี ที่เข้ามาใช้บริการ ณ ศูนย์การศึกษาพิเศษ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต และโรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ ซึ่งใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง จำนวน 10 คน แล้วนำผลการทดลองใช้มาวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อหาประสิทธิภาพของชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่มที่สร้างขึ้น

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นปรับปรุงและเสนอแนะ

1. นำผลจากการทดลองใช้ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม มาปรับปรุงชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม

2. จัดทำคู่มือในการใช้ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม

3. จัดทำวิดีโอสาธิตการใช้ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลเชิงคุณภาพซึ่งอยู่ในรูปของความ คำพูด ประโยค หรือวลี ที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกและการทำสนทนากลุ่ม ผู้วิจัยทำการใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content Analysis) แล้วนำเนื้อหาหมวดจัดหมวดหมู่ (Category) ของข้อมูลที่มีความหมายเดียวกันไว้ในกลุ่มเดียวกัน แล้วสร้างข้อสรุป (Inductive) ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยและนำเสนอเชิงพรรณนา

2. ข้อมูลเชิงปริมาณ ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์หาค่าทางสถิติ ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติทดสอบที (t-test)

ผลการวิจัย

1. จากการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้เชี่ยวชาญและการสนทนากลุ่ม (Focus group) โดยตัวแทนพ่อแม่ผู้ปกครอง ครู อาจารย์ นักวิชาการ และนักจิตวิทยา ทำให้ได้ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม โดยในชุดจะประกอบไปด้วย นวัตกรรมต้นแบบ 1 ชิ้น แผนการจัดกิจกรรม จำนวน 18 แผน และคู่มือการใช้ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม 1 ชุด



2. ค่าประสิทธิภาพของเครื่องมือระหว่างการทดลองและหลังการทดลอง พบว่า คะแนนการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กหลังการทดลองของเด็กทั้งหมดมีค่าสูงขึ้น โดยค่าประสิทธิภาพระหว่างการทดลองและหลังการทดลอง E1 มีค่าเท่ากับ 72 และ E2 มีค่าเท่ากับ 90.33

เด็ก	ระหว่างการทดลอง	หลังทดลอง
	คะแนน	คะแนน
1	64	28
2	64	28
3	67	29
4	65	29
5	64	28
6	66	30
7	63	28
8	64	12
9	65	30
10	66	29
ค่าประสิทธิภาพ	E1= 72	E2= 90.33

ผลการประเมินความสามารถผลการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางเห็นในระยะแรกเริ่ม ของเด็กคนที่ 1 พบว่า คะแนนค่าเฉลี่ยระหว่างการทดลอง มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านที่ 2,5,6 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1 ส่วนคะแนนค่าเฉลี่ยหลังการทดลอง ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือด้านที่ 1,4,5,6 ทักษะกลั่นเนื้อมัดใหญ่ ทักษะทางสังคม ทักษะทางภาษา และทักษะทางวิชาการมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1 ดังข้อมูลในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่มคนที่ 1

ด้าน	ระหว่างทดลอง		หลังการทดลอง	
	ค่าเฉลี่ย	SD	ค่าเฉลี่ย	SD
1. ทักษะกลั่นเนื้อมัดใหญ่	0.14	0.38	1	0
2. ทักษะกลั่นเนื้อมัดเล็ก	1	0	0.75	0.5
3. ทักษะการช่วยเหลือตนเอง	0.25	0.5	0.75	0.5
4. ทักษะทางสังคม	0.75	0.5	1	0
5. ทักษะทางภาษา	1	0	1	0
6. ทักษะทางวิชาการ	1	0	1	0

ผลการประเมินความสามารถผลการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางเห็นในระยะแรกเริ่ม ของเด็กคนที่ 2 พบว่า คะแนนค่าเฉลี่ยระหว่างการทดลอง มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด



ที่สุด คือ ด้านที่ 5,6 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1 ส่วนคะแนนค่าเฉลี่ยหลังการทดลอง ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือด้านที่ 2,4,5,6 ทักษะกลัมน้ำมันัดเล็ก ทักษะทางสังคม ทักษะทางภาษา และทักษะทางวิชาการมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1 ดังข้อมูลในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่มคนที่ 2

ด้าน	ระหว่างทดลอง		หลังการทดลอง	
	ค่าเฉลี่ย	SD	ค่าเฉลี่ย	SD
1. ทักษะกลัมน้ำมันัดใหญ่	0	0	0.86	0.38
2. ทักษะกลัมน้ำมันัดเล็ก	0	0	1	0
3. ทักษะการช่วยเหลือตนเอง	0	0	0.75	0.5
4. ทักษะทางสังคม	0	0	1	0
5. ทักษะทางภาษา	1	0	1	0
6. ทักษะทางวิชาการ	1	0	1	0

ผลการประเมินความสามารถผลการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม ของเด็กคนที่ 2 พบว่า คะแนนค่าเฉลี่ยระหว่างการทดลอง มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านที่ 5,6 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1 ส่วนคะแนนค่าเฉลี่ยหลังการทดลอง ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือด้านที่ 2,3,4,5,6 ทักษะกลัมน้ำมันัดเล็ก ทักษะการช่วยเหลือตนเอง ทักษะทางสังคม ทักษะทางภาษา และทักษะทางวิชาการมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1 ดังข้อมูลในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่มคนที่ 3

ด้าน	ระหว่างทดลอง		หลังการทดลอง	
	ค่าเฉลี่ย	SD	ค่าเฉลี่ย	SD
1. ทักษะกลัมน้ำมันัดใหญ่	0	0	0.86	0.38
2. ทักษะกลัมน้ำมันัดเล็ก	0	0	1	0
3. ทักษะการช่วยเหลือตนเอง	0	0	1	0
4. ทักษะทางสังคม	0	0	1	0
5. ทักษะทางภาษา	1	0	1	0
6. ทักษะทางวิชาการ	1	0	1	0

ผลการประเมินความสามารถผลการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม ของเด็กคนที่ 2 พบว่า คะแนนค่าเฉลี่ยระหว่างการทดลอง มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านที่ 6 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.70 ส่วนคะแนนค่าเฉลี่ยหลังการทดลอง ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือด้านที่ 1,2,3,4,6 ทักษะกลัมน้ำมันัดใหญ่ ทักษะกลัมน้ำมันัดเล็ก ทักษะการช่วยเหลือตนเอง ทักษะทางสังคม และทักษะทางวิชาการ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1 ดังข้อมูลในตารางที่ 5



ตารางที่ 5 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่มคนที่ 4

ด้าน	ระหว่างทดลอง		หลังการทดลอง	
	ค่าเฉลี่ย	SD	ค่าเฉลี่ย	SD
1. ทักษะกลัมน้ำมันดใหญ่	0	0	1	0
2. ทักษะกลัมน้ำมันดเล็ก	0	0	1	0
3. ทักษะการช่วยเหลือตนเอง	0	0	1	0
4. ทักษะทางสังคม	0	0	1	0
5. ทักษะทางภาษา	0	0	0.67	0.58
6. ทักษะทางวิชาการ	0.7	0.28	1	0

ผลการประเมินความสามารถผลการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม ของเด็กคนที่ 2 พบว่า คะแนนค่าเฉลี่ยระหว่างการทดลอง มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านที่ 5 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.33 ส่วนคะแนนค่าเฉลี่ยหลังการทดลอง ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือด้านที่ 1,2,4,5 ทักษะกลัมน้ำมันดใหญ่ ทักษะกลัมน้ำมันดเล็ก ทักษะทางสังคม และทักษะทางภาษา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1 ดังข้อมูลในตารางที่ 6

ตารางที่ 6 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่มคนที่ 5

ด้าน	ระหว่างทดลอง		หลังการทดลอง	
	ค่าเฉลี่ย	SD	ค่าเฉลี่ย	SD
1. ทักษะกลัมน้ำมันดใหญ่	0.29	0.4	1	0
2. ทักษะกลัมน้ำมันดเล็ก	0	0	1	0
3. ทักษะการช่วยเหลือตนเอง	0	0	0.75	0.5
4. ทักษะทางสังคม	0	0	1	0
5. ทักษะทางภาษา	0.33	0.58	1	0
6. ทักษะทางวิชาการ	0.27	0.52	0.9	0.23

ผลการประเมินความสามารถผลการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม ของเด็กคนที่ 2 พบว่า คะแนนค่าเฉลี่ยระหว่างการทดลอง มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านที่ 6 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.70 ส่วนคะแนนค่าเฉลี่ยหลังการทดลอง ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือด้านที่ 1-6 ทักษะกลัมน้ำมันดใหญ่ ทักษะกลัมน้ำมันดเล็ก ทักษะการช่วยเหลือตนเอง ทักษะทางสังคม ทักษะทางภาษา และทักษะทางวิชาการ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1 ดังข้อมูลในตารางที่ 7



ตารางที่ 7 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่มคนที่ 6

ด้าน	ระหว่างทดลอง		หลังการทดลอง	
	ค่าเฉลี่ย	SD	ค่าเฉลี่ย	SD
1. ทักษะกลัมน้ำมันดใหญ่	0.14	0.38	1	0
2. ทักษะกลัมน้ำมันดเล็ก	0	0	1	0
3. ทักษะการช่วยเหลือตนเอง	0	0	1	0
4. ทักษะทางสังคม	0.25	0.5	1	0
5. ทักษะทางภาษา	0	0	1	0
6. ทักษะทางวิชาการ	0.7	0.28	1	0

ผลการประเมินความสามารถผลการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม ของเด็กคนที่ 2 พบว่า คะแนนค่าเฉลี่ยระหว่างการทดลอง มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านที่ 6 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.70 ส่วนคะแนนค่าเฉลี่ยหลังการทดลอง ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือด้านที่ 12,3,5 ทักษะกลัมน้ำมันดใหญ่ ทักษะกลัมน้ำมันดเล็ก ทักษะการช่วยเหลือตนเอง และทักษะทางภาษามีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1 ดังข้อมูลในตารางที่ 8

ตารางที่ 8 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่มคนที่ 7

ด้าน	ระหว่างทดลอง		หลังการทดลอง	
	ค่าเฉลี่ย	SD	ค่าเฉลี่ย	SD
1. ทักษะกลัมน้ำมันดใหญ่	0.14	0.38	1	0
2. ทักษะกลัมน้ำมันดเล็ก	0	0	1	0
3. ทักษะการช่วยเหลือตนเอง	0	0	1	0
4. ทักษะทางสังคม	0.25	0.5	0.75	0.5
5. ทักษะทางภาษา	0	0	1	0
6. ทักษะทางวิชาการ	0.7	0.28	0.9	0.23

ผลการประเมินความสามารถผลการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม ของเด็กคนที่ 2 พบว่า คะแนนค่าเฉลี่ยระหว่างการทดลอง มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านที่ 6 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.70 ส่วนคะแนนค่าเฉลี่ยหลังการทดลอง ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือด้านที่ 6 ทักษะทางวิชาการมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.8 ดังข้อมูลในตารางที่ 9



ตารางที่ 9 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่มคนที่ 8

ด้าน	ระหว่างทดลอง		หลังการทดลอง	
	ค่าเฉลี่ย	SD	ค่าเฉลี่ย	SD
1. ทักษะกลัมน้ำมันัดใหญ่	0.14	0.38	0.43	0.53
2. ทักษะกลัมน้ำมันัดเล็ก	0	0	0	0
3. ทักษะการช่วยเหลือตนเอง	0	0	0	0
4. ทักษะทางสังคม	0.25	0.5	0.5	0.58
5. ทักษะทางภาษา	0	0	0.33	0.58
6. ทักษะทางวิชาการ	0.7	0.28	0.8	0.28

ผลการประเมินความสามารถผลการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม ของเด็กคนที่ 2 พบว่า คะแนนค่าเฉลี่ยระหว่างการทดลอง มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านที่ 6 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.50 ส่วนคะแนนค่าเฉลี่ยหลังการทดลอง ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือด้านที่ 1-6 ทักษะกลัมน้ำมันัดใหญ่ ทักษะกลัมน้ำมันัดเล็ก ทักษะการช่วยเหลือตนเอง ทักษะทางสังคม ทักษะทางภาษา และทักษะทางวิชาการ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1 ดังข้อมูลในตารางที่ 10

ตารางที่ 10 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่มคนที่ 9

ด้าน	ระหว่างทดลอง		หลังการทดลอง	
	ค่าเฉลี่ย	SD	ค่าเฉลี่ย	SD
1. ทักษะกลัมน้ำมันัดใหญ่	0.43	0.53	1	0
2. ทักษะกลัมน้ำมันัดเล็ก	0	0	1	0
3. ทักษะการช่วยเหลือตนเอง	0	0	1	0
4. ทักษะทางสังคม	0	0	1	0
5. ทักษะทางภาษา	0	0	1	0
6. ทักษะทางวิชาการ	0.5	0	1	0

ผลการประเมินความสามารถผลการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม ของเด็กคนที่ 2 พบว่า คะแนนค่าเฉลี่ยระหว่างการทดลอง มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านที่ 2,5 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1 ส่วนคะแนนค่าเฉลี่ยหลังการทดลอง ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือด้านที่ 1,2,3,4,5 ทักษะกลัมน้ำมันัดใหญ่ ทักษะกลัมน้ำมันัดเล็ก ทักษะการช่วยเหลือตนเอง ทักษะทางสังคม และทักษะทางภาษา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1 ดังข้อมูลในตารางที่ 11



ตารางที่ 11 แสดงค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่มคนที่ 10

ด้าน	ระหว่างทดลอง		หลังการทดลอง	
	ค่าเฉลี่ย	SD	ค่าเฉลี่ย	SD
1. ทักษะกลัมน้ำมันมดใหญ่	0	0	1	0
2. ทักษะกลัมน้ำมันมดเล็ก	1	0	1	0
3. ทักษะการช่วยเหลือตนเอง	0.25	0.5	1	0
4. ทักษะทางสังคม	0.25	0.5	1	0
5. ทักษะทางภาษา	1	0	1	0
6. ทักษะทางวิชาการ	0.7	0.28	0.9	0.23

3. ค่าความสอดคล้องของเนื้อหาของแบบประเมินความเหมาะสมของชุดส่งเสริมพัฒนาการสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่ม พบว่า มีค่าความสอดคล้องของเนื้อหาทั้งฉบับเท่ากับ 0.96

4. การประเมินทักษะการเตรียมความพร้อมในการอ่านเขียนอักษรเบรลล์ก่อนและหลังการทดลองของเด็กแต่ละคนที่ประเมินทักษะการเตรียมความพร้อมในการอ่านเขียนอักษรเบรลล์ พบว่า ค่าความแตกต่างของค่าเฉลี่ยแต่ละคนมีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 มีค่า $t = 8.232$, $p\text{-value} = .000$

อภิปรายผลการวิจัย

1. จากการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้เชี่ยวชาญ โดยตัวแทนพ่อแม่ผู้ปกครอง ครู อาจารย์ นักวิชาการ และนักจิตวิทยา พบว่า พฤติกรรมการเล่นของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่ม มีความสามารถในการเล่นไม่แตกต่างจากเด็กปกติ แต่เด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นจะให้ความสนใจกับของเล่นที่มีเสียงมากกว่า อีกทั้งมักแสดงพฤติกรรมเลียนเสียงในขณะที่เล่นด้วย ทำให้ได้ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม โดยในชุดจะประกอบไปด้วย นวัตกรรมต้นแบบ 1 ชิ้น แผนการจัดกิจกรรม จำนวน 18 แผน และคู่มือการใช้ชุดส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นในระยะแรกเริ่ม 1 ชุด ทั้งนี้เพื่อพัฒนาส่งเสริมให้เด็กที่มีความต้องการพิเศษได้พัฒนาอย่างเต็มตามศักยภาพ ช่วยลดความเสี่ยงหรือป้องกันความเสี่ยงไม่ให้เกิดความพิการเพิ่มขึ้น ทั้งยังช่วยเหลือพ่อแม่ หรือผู้ดูแลเด็กพิการ ลดความกังวล ความเครียด ให้ความรู้ คำปรึกษา เทคนิควิธีการในการฝึก เพื่อให้เด็กที่มีความต้องการพิเศษให้มีความสามารถใกล้เคียงหรือเท่ากับพัฒนาการของเด็กปกติมากที่สุด โดยเป็นการช่วยเหลือตั้งแต่แรกพบหรือแรกเห็นทันทีโดยเร็วที่สุดเมื่อพบว่าเด็กมีความเสี่ยงที่จะพิการหรือพิการแล้ว เป็นการให้บริการการกระตุ้นฟื้นฟูเด็กอย่างเป็นระบบ ให้ได้รับการฝึกกระตุ้นพัฒนาการอย่างต่อเนื่องตามวัยหรือใกล้เคียงกับเด็กปกติมากที่สุด โดยคำนึงถึงศักยภาพความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยฝึกพัฒนาทักษะ 6 ด้าน คือ ทักษะกลัมน้ำมันมดใหญ่ ทักษะกลัมน้ำมันมดเล็ก ทักษะการช่วยเหลือตนเอง ทักษะทางสังคม ทักษะทางภาษา และทักษะทางวิชาการ เริ่มจากการส่งต่อ ประเมินพัฒนาการเด็ก จัดทำแผนการสอนเฉพาะบุคคล (Individualized Education Plan: IEP) ซึ่งเป็นแผนการจัดการศึกษาที่จัดทำขึ้นให้บริการตามความสามารถและ



ศักยภาพของเด็กแต่ละคนที่ได้จากการประเมิน และจัดกิจกรรมมุ่งเน้นและส่งเสริมทักษะพัฒนาการทั้ง 6 ด้าน มีการจัดบันทึกพฤติกรรมในการทำกิจกรรม สรุปผล รายงานพัฒนาการความก้าวหน้าเพื่อส่งต่อยังหน่วยงานอื่น

2. ค่าประสิทธิภาพของเครื่องมือระหว่างการทดลองและหลังการทดลอง พบว่า คะแนนการประเมินทักษะการแยกแยะวัตถุและทักษะการนำไปใช้ของเด็กหลังการทดลองของเด็กทั้งหมดมีค่าสูงขึ้น โดยค่าประสิทธิภาพระหว่างการทดลองและหลังการทดลอง E1 มีค่าเท่ากับ 72 และ E2 มีค่าเท่ากับ 90.33 แสดงให้เห็นว่าเครื่องมือที่นำมาใช้ในการทดลองมีประสิทธิภาพในการวัดความสามารถของเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่มด้านพัฒนาการ

3. ค่าความสอดคล้องของเนื้อหาของแบบประเมินความเหมาะสมของชุดส่งเสริมพัฒนาการสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่ม พบว่า มีค่าความสอดคล้องของเนื้อหาทั้งฉบับเท่ากับ 0.96 แสดงให้เห็นว่าค่าความสอดคล้องของเนื้อหาที่นำมาใช้กับเด็กที่มีความบกพร่องทางการเห็นระยะแรกเริ่ม มีความเหมาะสมของเนื้อหาอยู่ในระดับดีมาก จึงส่งผลต่อการพัฒนาความรู้ความเข้าใจของเด็กจนกลายเป็นทักษะที่เด็กสามารถนำไปใช้ได้ สอดคล้องกับแนวคิดของ Kemp and Smelle (1989) เสนอว่า นอกจากงานการเรียนรู้หรือสถานการณ์การเรียนรู้ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่กำหนดถึงสื่อที่จะเลือกใช้แล้ว สิ่งสำคัญประการต่อมาในการพิจารณาเลือกใช้สื่อการสอนคือ คุณลักษณะของสื่อ ซึ่งผู้สอนควรศึกษาคุณลักษณะของสื่อแต่ละชนิดประกอบในการเลือกสื่อการสอนด้วยคุณลักษณะของสื่อ (Media Attributes) หมายถึง ศักยภาพของสื่อในการแสดงออกซึ่งลักษณะต่าง ๆ เช่น การเคลื่อนไหว สี และเสียง เป็นต้น

4. การประเมินทักษะการเตรียมความพร้อมในการอ่านเขียนอักษรเบรลล์ก่อนและหลังการทดลองของเด็กแต่ละคนที่ประเมินทักษะการเตรียมความพร้อมในการอ่านเขียนอักษรเบรลล์ พบว่า ค่าความแตกต่างของค่าเฉลี่ยแต่ละคนมีค่าเฉลี่ยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 มีค่า $t = 8.232$, $p\text{-value} = .000$ แสดงให้เห็นว่าเด็กสามารถพัฒนาความเข้าใจในการเรียนรู้จากชุดส่งเสริมพัฒนาการที่นำมาใช้สามารถประเมินทักษะได้จึงส่งผลให้ค่าคะแนนหลังการทดลองมีค่ามากกว่าคะแนนก่อนการทดลอง สอดคล้องกับ Pudpa (2006) ได้ทางการศึกษา เรื่อง การใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ ช่วยสอนเพื่อพัฒนาความสามารถด้านไวยากรณ์ภาษาอังกฤษสำหรับนักเรียนบกพร่องทางการเห็น กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการศึกษา คือ นักเรียนที่มีความบกพร่องทางการเห็น ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนสอนคนตาบอดภาคเหนือใน พระบรมราชานุอุปถัมภ์ จังหวัด เชียงใหม่ จำนวน 11 คนพบว่า นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนมีความสามารถด้านไวยากรณ์ภาษาอังกฤษหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง นักเรียนที่มีความบกพร่องทางการ เห็นมีความสนใจและมีความพึงพอใจต่อการเรียนไวยากรณ์ภาษาอังกฤษโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ ช่วยสอนในระดับดี นอกจากนี้จะพบว่าเมื่อเด็กมีการเรียนรู้ซ้ำ ๆ ในแต่ละรายละเอียดก็สามารถทำให้เด็กมีทักษะด้านการแยกแยะวัตถุ และทักษะการนำไปใช้ได้เป็นอย่างดี แสดงให้เห็นจากคะแนนค่าเฉลี่ยหลังการมีค่าอยู่ในระดับสูงเกือบทั้งหมด ซึ่งสอดคล้องกับ Sriprom (1998) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ชุดการฝึก หมายถึง การนำสื่อประสม ที่สอดคล้องกับเนื้อหา และจุดประสงค์ของวิชามาใช้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนเพื่อให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่นเดียวกับคำกล่าวของ (Jackson & Saunders, 1993; Thompson & Ashwill, 1992 อ้างถึงใน Sujchaya et al., 2004) การจัดกิจกรรมและประสบการณ์ที่สอดคล้องกับความต้องการและความสามารถของเด็ก จะช่วยส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการสมวัย กิจกรรมที่จัดควรเป็นลักษณะบูรณาการที่ส่งเสริมพัฒนาการเด็กแบบองค์รวม คือ



พัฒนาการทางด้านกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา เช่น กิจกรรมเคลื่อนไหว กิจกรรมสร้างสรรค์ กิจกรรมกลางแจ้ง เป็นต้น นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ Lerdkrai (1990) เด็กที่ได้รับการจัดกิจกรรมตามแบบการจัดประสบการณ์ที่เปิดให้เด็กมีโอกาสเลือกเล่นในสนามที่จัดเตรียมไว้ ตามความต้องการและความสนใจของตน เด็กมีพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญาสูงกว่าเด็กกลุ่มที่ได้รับการจัดกิจกรรมไม่ เป็นไปตามการจัดประสบการณ์ และงานวิจัยของ Kornka (2006) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เทคนิคความคุ้นเคยกับ สภาพแวดล้อม และการเคลื่อนไหวเพื่อพัฒนาทักษะการดำรงชีวิตของนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการเห็นและ พิการซ้อน กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นนักเรียนโรงเรียนสอนคนตาบอดภาคเหนือในพระบรมราชานุอุปถัมภ์ จังหวัด เชียงใหม่ เพศชาย จำนวน 1 คน อายุ 13 ปี ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2548 เครื่องมือที่ใช้ในการ ทดลองคือ แผนการจัดการเรียนรู้การใช้เทคนิคการสร้างความคุ้นเคยกับสภาพแวดล้อม และการเคลื่อนไหว เครื่องมือจัดเก็บข้อมูลคือ แบบประเมินทักษะการดำรงชีวิต ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีทักษะการดำรงชีวิตหลัง เรียนมีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นระดับดี และมีคะแนนผ่านเกณฑ์ที่กำหนดไว้ จากการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนพบว่า นักเรียนมี ความสนใจ ตั้งใจฝึกกิจกรรม สามารถปฏิบัติ ตามคำสั่งของครูได้

เอกสารอ้างอิง

- Addiction Science Research and Education Center, The University of Texas. (2000). *Neurons and neurotransmitters: The brains of the nervous system*. Retrieved July 9, 2021, from [http://www.Utexas. Edu/research/asrec neuron.html](http://www.Utexas.Edu/research/asrec_neuron.html)
- Arayawinyu, P. (2001). *Learning disabled children*. Bangkok: P.A.Ant & Printing Co., LTD.
- Cooper,S. (2009).*Howard Garner: Multiple intelligence*. Retrieved Retrieved July 9, 2021, from <http:www.Lifecircles-inc. com/Learningtheories/Gardner.html>
- Feldman, R.S. (2005). *Development Across the life Span*. (3th ed). New Jersey: Pearson & Printice-Hall.
- Gesell, A., & Carmichael, L. (1946). *Manual of child psychology*. (2nd ed). New York: Wiley & Son Co.
- Harder, A. F. (1010). *The developmental stges of Erikerikson* Retrieved Retrieved July 16, 2021, from <http://www.Learningplaceonline.Com/stages/organixe/Erikson.htm>
- Kodsomboon, P. (2011) *Childern with visual impairments' learning*. Retrieved Retrieved July 26, 2021, from http://www.nrru.ac.th/web/Special_Edu/2-5.html#4
- Kauffman, J. M., & Hallahan, D. P. (1995). *The illusion of full inclusion: A comprehensive critique of a current special education bandwagon*. PRO-ED, Inc., 8700 Shoal Creek Blvd., Austin, TX 78757-6897.
- Makmee, K. (2007) . *Research in Special Education*. Chiang Mai : Chiang Mai Rajabhat University.
- Ministry of Education. (2003). *National Education Act B.E.1999 And Amendments (Second National Education Act B.E. (2002)*. Bangkok: Organization for the Delivery of Goods and Parcels (ETO).
- Niyomtam, S. (1999). *Inclusive education*. Bangkok: Srinakharinwirot University.



Sutchaya, P. et al., (2004). *Research Title Development of a package development promotion activities for children from birth to 5 years old in the primary care level*. Bangkok: Health Systems Research Institute (HSRI.)

การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัย
ประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ

Development of training program for professional competency of courses
security employees on the port special operators

รุจน์ เฉลยไตร¹, ศิลปชัย บูรณพานิช², นภาพรณ ธัญญา³ และ อติสร ศิริ⁴

Ruj Chaloeitrai¹, Silapachai Booranapanich², Napaporn Tanya³ and Adisorn Siri⁴

^{1,2,3}สาขาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยเวสเทิร์น

⁴คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

^{1,2,3}Graduate School of Western University, Thailand

⁴Faculty of Education Program, Prince of Songkla University, Thailand

Email: ¹adi867444@gmail.com; ²Silapachai@chula.ac.th; ³tanyanaporn9577@gmail.com; ⁴adisorn.si@psu.ac.th

Retrieved November 27, 2022; Revised December 17, 2022; Accepted December 19, 2022

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาสภาพปัญหาปัจจุบันและความต้องการ (2) พัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม (3) ทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรม และ (4) ประเมินผลของการใช้หลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ กลุ่มเป้าหมายซึ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก จำนวน 300 คน โดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง เครื่องมือในการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง หลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพ แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน แบบวัดคุณลักษณะอันพึงประสงค์ แบบวัดเจตคติ และแบบการประเมินผลการนำหลักสูตรไปใช้จริง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยพบว่า (1) ผลสภาพปัญหาปัจจุบันและความต้องการ พบว่า ผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือสามารถปฏิบัติงานได้อย่างหลากหลายตามบทบาทหน้าที่อยู่ในระดับมาก (2) ผลการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพ โดยใช้ขั้นตอนของ Taba (1962) ทั้งหมด 7 ขั้นตอน ได้แก่ การวินิจฉัยความต้องการ การกำหนดวัตถุประสงค์ การเลือกเนื้อหา การจัดองค์ประกอบของเนื้อหา การเลือกประสบการณ์การเรียนรู้ การจัดองค์ประกอบของประสบการณ์การเรียนรู้ และกำหนดสิ่งที่จะประเมินและสิ่งที่จะประเมิน 3) ผลการทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรม พบว่า (1) ความรู้ ความสามารถในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และมีค่าเฉลี่ยของคะแนนผลสัมฤทธิ์หลังการฝึกอบรมสูงกว่าก่อนการฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (2) คุณลักษณะอันพึงประสงค์มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.38$, S.D.= 0.72) และ (3) เจตคติของผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.57$, S.D.= 0.77) 4) ผลการประเมินผลการนำหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพ โดยใช้แบบจำลองชิปปิง พบว่า หลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพที่พัฒนาขึ้นผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.41$, S.D.= 0.04)

คำสำคัญ: หลักสูตรฝึกอบรม, สมรรถนะวิชาชีพ, รักษาความปลอดภัย, ท่าเรือลักษณะพิเศษ



Abstract

The purposes of this research were; 1) to study the current problem conditions and needs, 2) to develop training courses, 3) to try training courses, and 4) to evaluate the effectiveness of using professional competency training courses for port security operators with special characteristics. The 300 samples were selected by purposive sampling method. The research tools included semi-structured interviews, professional competency training courses, an achievement evaluation form, an attitude test, and the evaluation form of course implementation. The statistics used for data analysis were percentage, Means, Standard Deviation, and Paired Sample t-Test.

The research findings were summarized as follows: As a result of current problems and needs, port security operators can perform a wide variety of tasks at a very high level. Using the seven stages of Taba(1962); Diagnosis of Needs, Formulation of Objective, Selection of content, Organization of Content, Selection of Learning Experiences, Organization of Learning Experiences, and Determination of what to evaluate the ways and means of doing it. The results of the training course trial showed that (1) knowledge and ability found that the average was at a high level, and post-training achievement scores have a statistically significantly higher average than before training at a .05 level. (2) The desirable attributes; It's average was at high level ($\bar{X} = 4.38$, S.D.= 0.72). (3) The attitude of trainees was at the highest level ($\bar{X} = 4.57$, S.D.= 0.77). (4) The result of an evaluation of professional competency training courses using the CIPPA Model found that the average was at a high level ($\bar{X} = 4.41$, S.D.= 0.04).

Keywords: Training Program; Professional Competency; Courses Security Employees; A Special Port

บทนำ

ศูนย์วิจัยธนาคารกสิกรไทย (2559) ได้รายงานการวิเคราะห์การเจริญเติบโตของธุรกิจ ความปลอดภัยในภาคพื้นเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ว่าประเทศไทยเป็นหนึ่งในตลาดสินค้าและบริการด้านระบบรักษาความปลอดภัยและระบบป้องกันภัยที่ใหญ่ที่สุดในภาคพื้นเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ รองลงมา ได้แก่ ประเทศมาเลเซีย, สิงคโปร์ และอินโดนีเซีย โดยในรายงานมีการประเมินธุรกิจรักษาความปลอดภัยในเอเชีย-แปซิฟิกมีแนวโน้มการเติบโตที่สูงมาก ซึ่งมีการประเมินว่าในปี พ.ศ. 2559 มูลค่าธุรกิจรักษาความปลอดภัยในเอเชีย-แปซิฟิกเพิ่มขึ้นเป็นกว่า 3 พันล้านดอลลาร์สหรัฐ ฯ อัตราการเติบโตจะสูงถึงร้อยละ 7.5 ต่อปี และสำหรับประเทศไทย ที่ธุรกิจรักษาความปลอดภัยมีอัตราการเจริญเติบโตอย่างต่อเนื่องนั้น มีปัจจัยหนุนที่สำคัญคือ การขยายตัว ความต้องการของลูกค้าทั้งจากภาครัฐและภาคเอกชนที่มีจำนวนมากขึ้นตามการเจริญเติบโตของการลงทุนในภาคอสังหาริมทรัพย์ และการย้ายหน่วยงานราชการเข้าไปอยู่ในศูนย์ราชการและสร้างที่ทำการใหม่ โดยเฉพาะโครงการที่อยู่อาศัย บ้านจัดสรร อาคารชุด และทาวน์เฮ้าส์ ซึ่งกลุ่มลูกค้าเหล่านี้*ส่วนใหญ่มักจะมีการจ้างบริษัทรักษาความปลอดภัย และมีการติดตั้ง



อุปกรณ์รักษาความปลอดภัยรวมอยู่ด้วยทั้งสิ้น สอดคล้องกับ รายงานผลผู้ประกอบการธุรกิจรักษาความปลอดภัยของสำนักข่าว TNN News. (2559) เรื่อง ธุรกิจผู้รักษาความปลอดภัยรุกพัฒนานวัตกรรมทดแทนแรงงานคน พบว่าผู้ประกอบการขนาดใหญ่มีทุนจดทะเบียนมากกว่า 50 ล้านบาท ซึ่งมีอยู่ 9 แห่ง แต่ละแห่งจ้างพนักงานเกินกว่า 1,000 คนขณะที่ผู้ประกอบการขนาดกลางที่มีทุนจดทะเบียนตั้งแต่ 5-50 ล้านบาท มีอยู่ 130 แห่ง แต่ละแห่งมีพนักงาน 500-1,000 คน ที่เหลืออีกนั้นจะเป็นผู้ประกอบการขนาดเล็กที่มีทุนจดทะเบียนต่ำกว่า 5 ล้านบาท มีอยู่ 3,778 แห่ง แต่ละแห่งการจ้างพนักงานรักษาความปลอดภัยประมาณ 100-500 คน คาดการณ์ว่าธุรกิจให้บริการรักษาความปลอดภัยมีมูลค่าสูงถึงประมาณเกือบ 40,000 ล้านบาทในช่วงระยะ 5 ปี ที่ผ่านมাত্রการขยายตัวของธุรกิจรักษาความปลอดภัยเพิ่มขึ้นเฉลี่ยร้อยละ 12.8 ต่อปี

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น จะเห็นได้ว่าการเลือกใช้บริการของบริษัทรักษาความปลอดภัย แทนการจ้างพนักงานของตนเองปฏิบัติหน้าที่นั้น นอกจากจะสามารถแบ่งเบาภาระค่าใช้จ่าย ลดเวลาในการบริหารจัดการ และการจัดหาบุคลากรในระยะยาวแล้ว การที่พนักงานรักษาความปลอดภัยจะต้องทำงานตลอด 24 ชั่วโมง โดยมีการผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนเวรยาม ทำให้มีภาระค่าใช้จ่ายที่สูงมาก และในต่างประเทศการรักษาความปลอดภัยได้ถูกควบคุมด้วยกฎหมาย ซึ่งแต่ละประเทศบัญญัติไว้เพื่อสร้างมาตรฐานให้แก่ผู้ประกอบการรักษาความปลอดภัย ซึ่งในบางประเทศผู้ประกอบการด้านการรักษาความปลอดภัยเหล่านั้น จำเป็นจะต้องได้รับใบอนุญาตทำงานในวิชาชีพนี้ โดยผ่านการฝึกอบรมจากหน่วยงานที่ได้รับการรับรองจากภาครัฐ เช่น ใบอนุญาตตามกฎหมายของประเทศแคนาดา ประเทศอังกฤษ ประเทศสิงคโปร์ และประเทศสหรัฐอเมริกา มีสถาบันที่ได้รับการรับรองจากรัฐให้ทำการวิชาชีพพนักงานรักษาความปลอดภัยด้วย และอีกหลายประเทศทั้งเอเชีย และในยุโรปต่างมีการกำหนดมาตรฐานวิชาชีพ เพื่อใช้เป็นหลักเกณฑ์ในการเข้าวิชาชีพพนักงานรักษาความปลอดภัย สำหรับประเทศไทยนั้นจะมีการพัฒนางานด้านการรักษาความปลอดภัยให้ครอบคลุมมากขึ้นกว่าเดิม เช่น บริการรักษาความปลอดภัย การสืบสวน บริการอารักขาบุคคล บริการวางระบบและติดตั้งระบบรักษาความปลอดภัย ระบบควบคุมการผ่านเข้าออก ระบบสัญญาณเตือนภัย แต่ยังไม่มีความหมายเข้ามาควบคุม หรือกำหนดแนวทางปฏิบัติของพนักงานรักษาความปลอดภัยประจำเรือ ตามบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบ ท่าเรือจะเป็นผู้เป็นผู้กำหนดมาตรฐานขึ้นมาเป็นของตัวเอง ทำให้พนักงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือ ยังเป็นอาชีพที่ขาดแนวทางปฏิบัติที่มีมาตรฐานที่เป็นที่ยอมรับ ผู้ใช้บริการยังขาดความเชื่อมั่น เนื่องจากยังมีความแตกต่างกันในด้านคุณภาพจึงควรมีการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะการปฏิบัติงานของพนักงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ เพื่อความมีประสิทธิภาพในการทำงาน และทรัพย์สินของท่าเรือ

จากสภาพปัญหาดังกล่าว ประกอบกับสภาวะแวดล้อมทางธุรกิจท่าเรือที่เต็มไปด้วยการแข่งขัน ความเปลี่ยนแปลง และความไม่แน่นอน ยากที่จะหาหลักประกันความสำเร็จได้กลยุทธ์ขององค์กร จึงมุ่งเน้นการพัฒนาด้านการรักษาความปลอดภัยของท่าเรือ เพื่อสร้างความเชื่อมั่นให้แก่ผู้รับบริการ และสร้างความได้เปรียบในทางการแข่งขันและเอื้อต่อความสำเร็จของธุรกิจ การให้บริการรักษาความปลอดภัยของท่าเรือโดยตรงยังมีหน่วยงานรักษาความปลอดภัยโดยตรงไม่มากนัก ที่มีความรู้ความสามารถ เชื่อว่าภายในงานรักษาความปลอดภัยของท่าเรือโดยตรง บ่งบอกถึงสภาพปัญหาเกี่ยวกับบุคลากรในวิชาชีพรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือโดยตรง ซึ่งยังขาดความรู้ความเข้าใจในการฝึกอบรมเกี่ยวกับการรักษาความปลอดภัยของท่าเรือ ซึ่งควรมีการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะการปฏิบัติงานของพนักงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษเพื่อให้การดำเนินการด้านการรักษา



ความปลอดภัยประจำท่าเรืออย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นพนักงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือจะต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสมรรถนะการปฏิบัติงานในการรักษาความปลอดภัยของท่าเรือ ประกอบด้วย 1) สมรรถนะการปฏิบัติการระหว่างเรือกับท่าเรือ (Ship/Port Interface) 2) สมรรถนะการปฏิบัติงานกิจกรรมระหว่างเรือกับเรือ (Ship-to-Ship Activity) และ 3) สมรรถนะปฏิบัติงานในเหตุการณ์คุกคามความปลอดภัย (Security Incident) ตามลำดับ

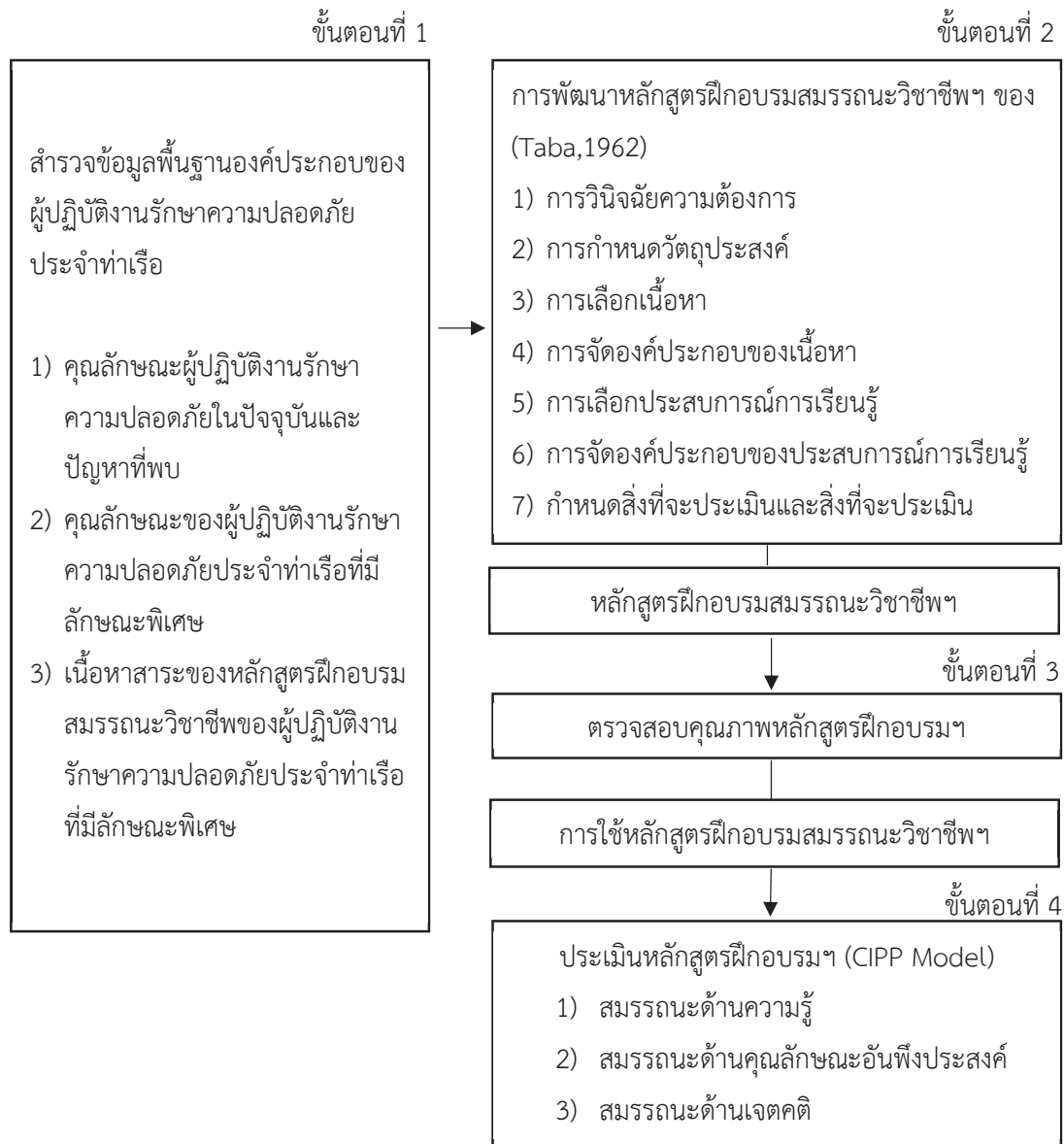
จากปัญหาดังกล่าวผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะวิจัยเรื่องการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ เพื่อพัฒนาและประเมินความเหมาะสมของการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมไปสู่การจัดการเรียนการสอนฐานสมรรถนะ และเพื่อประเมินผลการนำผลของการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมในการจัดการเรียนการสอนฐานสมรรถนะไปสู่การปฏิบัติ รวมถึงการพัฒนาศักยภาพของเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย ให้ปฏิบัติหน้าที่ได้สุดกำลังความสามารถ มีประสิทธิภาพและประสิทธิผล เพื่อเป็นมาตรฐานในการกำหนดชุดฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ โดยผู้วิจัยได้ให้ความสำคัญกับความเชื่อมโยงกับระดับความสามารถที่เป็นแกนกลางและการเชื่อมโยงซึ่งกันและกันในแต่ละระดับ องค์ประกอบของขอบเขตและความลึกของความรู้ ทักษะ การประยุกต์ใช้ทักษะ ความรู้และคุณลักษณะของบุคคลเป็นเกณฑ์ และการเชื่อมโยงกับผลลัพธ์การเรียนรู้หรือความรู้ ความสามารถจากการทำงาน ทักษะสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยเพื่อการเพิ่มพูนคุณวุฒิและระดับความสามารถ และผลักดันให้มีการบูรณาการกันอย่างจริงจังในสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยในแต่ละสาขาอาชีพ และมาตรฐานฝีมือแรงงานมาใช้ในระบบการศึกษาต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาปัจจุบันของการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ
2. เพื่อพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ
3. เพื่อทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ
4. เพื่อประเมินประสิทธิผลของการใช้หลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ



กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ พนักงานผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ จำนวน 5,640 คน กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการทดลองแบ่งออกเป็น

1) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาสภาพปัญหาและความต้องการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ ซึ่งได้จากวิธีการเลือกกลุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) และกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางกำหนดกลุ่มตัวอย่างเครซี่และมอร์แกน (Krejcie and Morgan, 1970) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 300 คน (บุญชม ศรีสะอาด, 2560) 2) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ใน



การหาประสิทธิภาพของหลักสูตรฝึกอบรม ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านซึ่งได้มาจากการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) รวมทั้งสิ้น 5 ท่าน มาใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้

เครื่องมือในการวิจัย

การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

(1) เครื่องมือชุดที่ 1 หลักสูตรฝึกอบรม ผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในด้านแนวคิด ทฤษฎีการเรียนรู้และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือ

1.2 การหาคุณภาพของหลักสูตร

1.2.1 นำหลักสูตรฝึกอบรมที่สร้างขึ้นไปขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบและนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไข

1.2.2 นำหลักสูตรฝึกอบรมที่สร้างขึ้นพร้อมแบบประเมินความสอดคล้องและความเหมาะสมไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและภาษาที่ใช้ซึ่งการวิเคราะห์ข้อมูลดัชนีความสอดคล้องของหลักสูตรฝึกอบรมมีค่าเท่ากับ 1.00 ทุกข้อ สามารถนำไปใช้ได้

1.2.3 นำหลักสูตรที่ผ่านการประเมินความสอดคล้องและความเหมาะสมจากผู้เชี่ยวชาญไปทดลองใช้ฝึกอบรมกับบริษัทรักษาความปลอดภัยในบริษัทที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาประสิทธิภาพของหลักสูตรฝึกอบรม มีค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 85.57/89.72

1.2.4 จัดทำหลักสูตรฉบับสมบูรณ์เพื่อนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างต่อไป

(2) เครื่องมือชุดที่ 2 แบบวัดผลสัมฤทธิ์ในการฝึกอบรมก่อนและหลังการฝึกอบรม ผู้วิจัยได้พัฒนาสร้างขึ้น ดังนี้

2.1 ศึกษาวัตถุประสงค์ของการวิจัยและเนื้อหาของหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือ ทั้งด้านความรู้และทักษะ

2.2 สร้างแบบทดสอบความรู้ที่เลือกตอบ ชนิด 4 ตัวเลือก

2.3 การหาคุณภาพแบบทดสอบก่อนและหลังการฝึกอบรม

2.4 นำหลักสูตรฝึกอบรมที่สร้างขึ้นไปขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบและนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไข

2.5 นำแบบทดสอบก่อนและหลังการฝึกอบรม พร้อมแบบประเมินความสอดคล้อง ไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา ซึ่งการวิเคราะห์ข้อมูลดัชนีความสอดคล้องของแบบทดสอบ ความรู้มีค่าเท่ากับ 1.00 ทุกข้อ สามารถนำไปใช้ได้

2.6 นำแบบทดสอบก่อนและหลังการฝึกอบรมไปใช้กับผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัย จำนวน 30 คน เพื่อวิเคราะห์หาความยากง่าย (p) ค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่น ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบบทดสอบมีค่าความยากง่ายตั้งแต่ 0.27-0.77 แบบทดสอบมีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ 0.20-0.73 ซึ่งการวิเคราะห์ข้อมูลแบบทดสอบมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ 0.80 ใช้สูตร KR-20 (Kuder-Richardson 20) เนื่องจากข้อสอบแต่ละข้อมีความยากง่ายไม่เท่ากัน (วาโร เพ็งสวัสดิ์, 2551)



(3) เครื่องมือชุดที่ 3 แบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือหลังผ่านการฝึกอบรม ผู้วิจัยได้พัฒนาสร้างขึ้นดังนี้

3.1 ศึกษาวัตถุประสงค์ของการวิจัยและเนื้อหาของหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือ ทั้งด้านความรู้และทักษะ

3.2 สร้างแบบประเมินทักษะการปฏิบัติเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

3.3 การหาคุณภาพของแบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของหลักสูตรฝึกอบรม

3.3.1 นำแบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ที่สร้างขึ้นไปขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบและนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไข

3.3.2 นำแบบประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ที่สร้างขึ้นพร้อมแบบประเมินความสอดคล้องและความเหมาะสมไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและภาษาที่ใช้ซึ่งการวิเคราะห์ข้อมูลดัชนีความสอดคล้องของหลักสูตรฝึกอบรมมีค่าเท่ากับ 1.00 ทุกข้อ สามารถนำไปใช้ได้

(4) เครื่องมือชุดที่ 4 แบบสอบถามวัดเจตคติที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือ

4.1 ศึกษาวัตถุประสงค์ของการวิจัยและเนื้อหาของหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือ ทั้งด้านความรู้และทักษะ

4.2 สร้างแบบสอบถามวัดเจตคติที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรม เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

4.3 การหาคุณภาพของแบบสอบถามวัดเจตคติที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรม

4.3.1 นำแบบสอบถามวัดเจตคติที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรมที่สร้างขึ้นไปขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบและนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไข

4.3.2 นำแบบสอบถามวัดเจตคติที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรมที่สร้างขึ้นพร้อมแบบประเมินความสอดคล้องและความเหมาะสมไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและภาษาที่ใช้ซึ่งการวิเคราะห์ข้อมูลดัชนีความสอดคล้องของหลักสูตรฝึกอบรมมีค่าเท่ากับ 1.00 ทุกข้อ สามารถนำไปใช้ได้

(5) เครื่องมือชุดที่ 5 แบบประเมินประสิทธิภาพการใช้หลักสูตรการฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ โดยใช้แบบจำลองชิปปี้

5.1 ศึกษาวัตถุประสงค์ของการวิจัยและเนื้อหาของหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือ ทั้งด้านความรู้และทักษะ

5.2 สร้างแบบประเมินประสิทธิภาพการใช้หลักสูตรการฝึกอบรม เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

5.3 การหาคุณภาพของแบบประเมินประสิทธิภาพการใช้หลักสูตรฝึกอบรม

5.3.1 นำหลักสูตรฝึกอบรมที่สร้างขึ้นไปขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบและนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไข

5.3.2 นำแบบประเมินประสิทธิภาพการใช้หลักสูตรการฝึกอบรม ที่สร้างขึ้นพร้อมแบบประเมินความสอดคล้องและความเหมาะสมไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและภาษาที่ใช้ซึ่งการวิเคราะห์ข้อมูลดัชนีความสอดคล้องของหลักสูตรฝึกอบรมมีค่าเท่ากับ 1.00 ทุกข้อ สามารถนำไปใช้ได้



การเก็บและรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาสภาพปัญหาปัจจุบันของการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ

1.1 การวิเคราะห์เอกสารศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง หลังจากนั้นได้รวบรวมข้อมูลทั้งนโยบายของทั้งภาครัฐและเอกชน เพื่อให้ได้แนวทางกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย

1.2 ศึกษาสภาพปัจจุบันและความต้องการของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัย โดยผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมจากการแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง โดยผู้วิจัยดำเนินการในการวิเคราะห์และพัฒนา จำแนกเป็น 5 ด้าน

ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ

2.1 ผู้วิจัยได้นำผลการสังเคราะห์จากขั้นตอนที่ 1 มาสรุปเป็นข้อมูลเพื่อนำมาพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมประกอบด้วย 1) สำรวจข้อมูลพื้นฐาน 2) การสร้างหลักสูตรฝึกอบรม และ 3) การตรวจสอบคุณภาพหลักสูตรและเครื่องมือที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

2.2 การสร้างเครื่องมือหลักสูตรฝึกอบรม โดยผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้รูปแบบการพัฒนาหลักสูตรของ Tabá (1962) ซึ่งมี 7 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การวินิจฉัยความต้องการ (Diagnosis of Needs) 2) การกำหนดวัตถุประสงค์ (Formulation of Objectives) 3) การเลือกเนื้อหา (Selection of Content) 4) การจัดองค์ประกอบของเนื้อหา (Organization of Content) 5) การเลือกประสบการณ์การเรียนรู้ (Selection of Learning Experiences) 6) การจัดองค์ประกอบของประสบการณ์การเรียนรู้ (Organization of Learning Experiences) และ 7) กำหนดสิ่งที่ประเมินและสิ่งที่ประเมิน (Determination of What to Evaluate and of the Ways and Means of Doing it)

ขั้นตอนที่ 3 การทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ

3.1 ก่อนการอบรม ให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ก่อนการอบรมโดยการให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทำแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการฝึกอบรมที่ได้พัฒนาขึ้นเพื่อประเมินความรู้พื้นฐานของกลุ่มเป้าหมาย

3.2 ดำเนินการอบรมตามหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ ให้กับกลุ่มตัวอย่าง

3.3 เมื่อสิ้นสุดการอบรม ผู้วิจัยได้ให้ผู้รับการฝึกอบรมทำแบบทดสอบความรู้ของหลักสูตรหลังการอบรมแบบวัดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของหลักสูตรฝึกอบรม และแบบสอบถามเจตคติที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรมที่ได้พัฒนาขึ้น เพื่อประเมินหลักสูตรฝึกอบรม

ขั้นตอนที่ 4 การประเมินประสิทธิผลการนำหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ

ผู้วิจัยได้ติดตามผลและประเมินผลหลังการฝึกอบรมหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษที่พัฒนาขึ้น โดยใช้เครื่องมือที่ผ่านการประเมินจากผู้เชี่ยวชาญและมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ที่กำหนดแล้ว หลังจากผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลที่ได้รับจากการติดตามผลแล้ว ได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์สรุปและแปลผลข้อมูล



การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำผลคะแนนที่ได้ในแต่ละขั้นตอนทำการรวบรวมทั้งข้อมูลที่ได้จากการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ และมาวิเคราะห์ โดยแบ่งการวิเคราะห์ดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ (บุญชม ศรีสะอาด, 2560) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

1.1 สถิติบรรยาย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

1.2 สถิติทดสอบค่า t (t-test for Dependent Sample)

2. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากการวิเคราะห์เอกสารและการสัมภาษณ์ถึงโครงสร้าง โดยใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) นำมาสร้างข้อสรุปและนำเสนอเนื้อหาแบบพรรณนาในรูปแบบเป็นความเรียง

ผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาสภาพปัญหาปัจจุบันและความต้องการของการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ มีรายละเอียดดังนี้

1.1 ผลการวิเคราะห์เอกสาร พบว่า มาตรฐานความรู้ความสามารถ ทักษะและสมรรถนะที่จำเป็นของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษที่ดูแลบริเวณท่าเรือ จำแนกเป็น 5 ด้าน ประกอบด้วย 1) มาตรฐานสมรรถนะความรู้ความสามารถที่ใช้ในการปฏิบัติงาน 2) มาตรฐานความรู้เรื่องกฎหมายและกฎระเบียบ 3) มาตรฐานสมรรถนะที่จำเป็นสำหรับการปฏิบัติงาน 4) มาตรฐานสมรรถนะความสามารถในการใช้เทคโนโลยี และ 5) มาตรฐานสมรรถนะความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

1.2 ศึกษาสภาพปัจจุบันและความต้องการของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ พบว่า ผลการศึกษาสภาพปัจจุบันและความต้องการจำเป็นในการสมรรถนะอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.31$, S.D.=0.31)

2. ผลการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ พบว่า ผู้วิจัยยึดแนวคิดของทาบ (Taba, 1962) ทั้ง 7 ขั้นตอน ทำให้ได้หลักสูตรหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยที่มีมาตรฐานสมรรถนะ 4 ด้าน องค์ประกอบ 6 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) หลักการของหลักสูตร 2) จุดมุ่งหมายของหลักสูตร 3) โครงสร้างหลักสูตร 4) เนื้อหาสาระของหลักสูตร 5) สื่อการเรียนการสอน 6) การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ โดยการวิเคราะห์เนื้อหาและทำการสังเคราะห์ออกมาเป็นหลักสูตรฝึกอบรมที่มีมาตรฐานสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ

3. ผลการทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ ดังตารางที่ 1



ตารางที่ 1 แสดงการผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลการทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษไปใช้จริง

รายการประเมินมาตรฐานสมรรถนะ 5 ด้าน	n= 300		ผลการประเมิน
	$\bar{X}$	S.D.	
1) มาตรฐานสมรรถนะความรู้ ความสามารถในการปฏิบัติงาน	4.38	0.67	มาก
2) มาตรฐานความรู้เรื่องกฎหมายและกฎระเบียบ	4.42	0.72	มาก
3) มาตรฐานสมรรถนะที่จำเป็นสำหรับการปฏิบัติงาน	4.29	0.69	มาก
4) มาตรฐานสมรรถนะความสามารถในการใช้เทคโนโลยี	4.39	0.77	มาก
5) มาตรฐานสมรรถนะความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต	4.04	0.86	มาก
ค่าเฉลี่ยรวม	4.30	0.75	มาก

จากตารางที่ 1 จะเห็นได้ว่า ผลการทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะในภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{X}$ = 4.30, S.D.= 0.75) หากพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดอยู่ในระดับมากที่สุด คือ มาตรฐานความรู้เรื่องกฎหมายและกฎระเบียบ ($\bar{X}$ = 4.42, S.D.= 0.72) มาตรฐานสมรรถนะความสามารถในการใช้เทคโนโลยี ($\bar{X}$ = 4.39, S.D.= 0.77) และ มาตรฐานสมรรถนะที่จำเป็นสำหรับการปฏิบัติงาน ($\bar{X}$ = 4.29, S.D.= 0.72) ตามลำดับ

3.1 ผลการเปรียบเทียบความรู้ระหว่างก่อนและหลังการใช้หลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงการเปรียบเทียบความรู้ระหว่างก่อนและหลังการใช้หลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ ระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน

การทดสอบ	n	$\bar{X}$	S.D.	t	Sig.
คะแนนก่อนเรียน	300	21.37	4.09	18.74	0.00*
คะแนนหลังเรียน	300	29.97	2.89		

*p < .05

จากตารางที่ 2 จะเห็นได้ว่า คะแนนความรู้ระหว่างก่อนและหลังการใช้หลักสูตรฝึกอบรม ระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน พบว่า คะแนนหลังการฝึกอบรมสูงกว่าคะแนนก่อนการฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

3.2 ผลการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก พบว่า ($\bar{X}$ = 4.38, S.D.= 0.72) หากพิจารณาเป็นรายข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดอยู่ในระดับมากที่สุด คือ คุณลักษณะเฉพาะในด้านมาตรฐานสมรรถนะที่จำเป็นสำหรับการปฏิบัติงาน เช่น ทักษะการใช้คอมพิวเตอร์ ทักษะการใช้ภาษาอังกฤษ และทักษะการจัดการข้อมูล ($\bar{X}$ = 4.86, S.D.= 0.47)

3.3 ผลการประเมินเจตคติที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือ ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด พบว่า ($\bar{X}$ = 4.57, S.D.= 0.77) หากพิจารณาเป็นรายข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดอยู่ในระดับมากที่สุด คือ เจตคติที่มีต่อในด้านมาตรฐานความรู้เรื่องกฎหมายและกฎระเบียบของผู้ปฏิบัติงานความรับผิดชอบในงานและความเข้าใจผู้อื่น ($\bar{X}$ = 4.86, S.D.= 0.47)



4. ผลการประเมินประสิทธิผลการนำหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ โดยใช้แบบจำลองซิปป์ พบว่า หลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่พัฒนาขึ้นผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.41$, S.D.= 0.04) หากพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดอยู่ในระดับมากที่สุด คือ ด้านการประเมินกระบวนการ (Process Evaluation) อยู่ในระดับมากที่สุดในระดับของผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถนำความรู้และทักษะไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานให้สอดคล้องกับมาตรฐานสมรรถนะความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต ($\bar{X} = 4.87$, S.D.= 0.35)

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ

1. ผลการศึกษาสภาพปัญหาปัจจุบันและความต้องการของการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ พบว่า สภาพปัจจุบันและความต้องการจำเป็นในการสมรรถนะอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.31$, S.D.=0.31) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะมีเนื้อหาวิชาการฝึกอบรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติหน้าที่รักษาความปลอดภัยเอกชนเพิ่มเติม จากหลักสูตรมาตรฐาน ที่คณะกรรมการกำกับธุรกิจรักษาความปลอดภัยกำหนด ตามพระราชบัญญัติธุรกิจ รักษาความปลอดภัย พ.ศ.2558 ดังที่ สุวิมล ว่องวานิช (2560) กล่าวไว้ว่า การประเมินความต้องการจำเป็นคือ กระบวนการประเมินเพื่อกำหนดความแตกต่างของสภาพที่เกิดขึ้นกับสภาพที่ควรจะเป็น จากนั้นนำผลที่ได้มาวิเคราะห์ ประเมินสิ่งที่เกิดขึ้นจริงว่าสมควรเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง ซึ่งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ Bernardes and Zsidisin (2008) ได้กล่าวว่าความต้องการของการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมจะต้องมีการจัดทำแผนฝึกอบรมระยะสั้น และสมรรถนะที่กำหนดขึ้นสามารถนำมาใช้ในการกำหนดหัวข้อการฝึกอบรมในการวิเคราะห์หาความจำเป็นในการกำหนดชื่อหลักสูตรฝึกอบรมให้สอดคล้องกับสมรรถนะเนื่องจากเป็นความสามารถเฉพาะด้านของแต่ละงานที่แตกต่างกันไป ซึ่งหน่วยงานบุคคลมีความรู้ไม่เท่ากับหน่วยงานต้นสังกัด ดังนั้นตัวแทนของตำแหน่งต่าง ๆ จะต้องให้ความเห็นเกี่ยวกับการกำหนดหลักสูตร ให้เหมาะสมกับสมรรถนะแต่ละข้อของตำแหน่งงานนั้น ๆ และยังพบว่าสอดคล้องกับ Klimes (1977) ได้กล่าวถึง การวางแผนการทำงานจะต้องเริ่มที่การประเมินบริบทเพื่อเข้าใจสถานภาพที่เป็นอยู่ของหน่วยงาน และรู้ความต้องการของหน่วยงานว่าจำเป็นต้องได้รับการตอบสนองในด้านใด กำหนดความรู้ความสามารถ ทักษะ และสมรรถนะที่จำเป็นตรงตามสายงานและกำหนดระดับมาตรฐานความรู้ความสามารถทักษะและสมรรถนะที่จำเป็น เพื่อช่วยวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้น และแนวทางแก้ไข จากการวิจัยประเมินความต้องการจำเป็นจึงถูกนำมาใช้ในขั้นตอนการวางแผนงานการวิจัยประเมินความต้องการจำเป็นในการวางแผนและพัฒนาองค์กร ดังนั้นจึงสรุปได้ว่าการประเมินความต้องการจำเป็นมีความสำคัญต่อการวางแผน หรือการพัฒนาองค์กรอย่างมาก เพราะจะทำให้เกิดความเข้าใจสถานภาพที่เป็นอยู่ของหน่วยงาน และรู้ความต้องการของหน่วยงาน ว่าจำเป็นต้องได้รับการตอบสนองในด้านใด

2. ผลการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ ซึ่งมี 7 ขั้นตอนของ Taba (1962) ในการนำโครงสร้างหลักสูตรเป็นการกำหนดระเอียดองค์ประกอบ

ต่าง ๆ ของหลักสูตร ซึ่งมีความสอดคล้องกับ รัตนารณ จันวิไชย (2562) ที่ได้พัฒนาหลักสูตรการฝึกอบรมเพื่อลดผลกระทบการใช้เครือข่ายสังคมของนิสิตมหาวิทยาลัยบูรพา มีองค์ประกอบ ดังนี้ หลักการ จุดมุ่งหมาย จุดประสงค์ การเรียนรู้ ขอบข่ายเนื้อหาสาระของหลักสูตร แนวทางจัดกิจกรรมการฝึกอบรม และการวัดและประเมินผล มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.76$, $SD = 0.71$) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะหลักสูตรถูกพัฒนาขึ้นอย่างเป็นระบบ มีการจัดองค์ประกอบที่ชัดเจน มีหลักการ จุดมุ่งหมาย จุดประสงค์การเรียนรู้ ขอบข่ายเนื้อหาสาระของหลักสูตร แนวทางจัดกิจกรรมการฝึกอบรม และการวัดและประเมินผล และพัฒนาหลักสูตรตามรูปแบบของทาบาครบทั้ง 7 ขั้นตอน นอกจากนั้นยังพบว่า มีขั้นตอนการตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรฝึกอบรมจากการประเมินจากผู้เชี่ยวชาญ ทำให้ได้หลักสูตรที่มีความเหมาะสมในการนำมาใช้ในการฝึกอบรมในครั้งนี้ และในแต่ละขั้นตอนต้องมีความสมดุลและสอดคล้องกัน ซึ่งขั้นตอนการพัฒนาหลักสูตรของทาบาครบ ซึ่งเป็นไปตามหลักการพิจารณาของการออกแบบหลักสูตรที่ดีของ Ornstein & Hunkins (1993) และ Hensen (2001) ได้กล่าวไว้ว่า การออกแบบหลักสูตรที่ดีต้องมีหลักในการพิจารณา 6 ประการ ดังนี้ 1) การกำหนด ขอบข่ายหลักสูตร (Scope) คือการกำหนดเนื้อหา สาระการเรียนรู้ หัวข้อประเด็นสำคัญต่าง ๆ แนวคิด ค่านิยม หรือคุณธรรมที่สำคัญสำหรับผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือ 2) การจัดลำดับการเรียนรู้ (Sequence) คือการจัดลำดับก่อนหลังของเนื้อหา ควรจัดลำดับจากง่ายไปยาก 3) ความต่อเนื่อง (Continuity) คือการจัดเนื้อหา ประสบการณ์การเรียนรู้ ทักษะต่าง ๆ ให้มีความต่อเนื่องตลอดหลักสูตร 4) ความสอดคล้องเชื่อมโยง (Articulation) คือเนื้อหา ประสบการณ์การเรียนรู้ และทักษะปฏิบัติงานที่อยู่ในระดับเดียวกันสอดคล้องเชื่อมโยงกันได้แม้ต่างวิชากันก็ตาม 5) การบูรณาการ (Integration) ซึ่งการจัดขอบข่ายเนื้อหาและประสบการณ์การเรียนรู้ ในหลักสูตรให้มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันจากหัวข้อหนึ่งไปยังอีกหัวข้อหนึ่งของหน่วยการเรียนรู้ของผู้เข้ารับการฝึกอบรมและ 6) ความสมดุล (Balance) คือความสมดุลของเนื้อหา ประสบการณ์การเรียนรู้ และทักษะหน่วยการฝึกอบรมต่าง ๆ ที่สำคัญคือ ความสมดุลระหว่างเนื้อหาสาระกับบุคลิกภาพของผู้เข้ารับการฝึกอบรม นอกจากนั้น Edmonton Regional Learning Consortium (2013) ได้กล่าวไว้ว่า แนวทางการพัฒนาสมรรถนะในการปฏิบัติงาน เป็นกระบวนการที่กำหนดเป็นลำดับขั้นตอนซึ่งมีหลายวิธี เช่น การสอนงานของหัวหน้า (On the Job Training : OJT) โดยที่หัวหน้างานสอนงานแบบตัวต่อตัวให้แก่พนักงาน ณ สถานที่ปฏิบัติงานจริง เพื่อให้พนักงานได้เรียนรู้วิธีการทำงานที่ถูกต้องจนสามารถปฏิบัติงานตามที่หัวหน้ามอบหมายได้

3. ผลการทดลองคะแนนผลสัมฤทธิ์สมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ โดยผู้เข้ารับการฝึกอบรม พบว่า คะแนนผลสัมฤทธิ์สมรรถนะวิชาชีพหลังการฝึกอบรม มีค่าเฉลี่ย ($\bar{X} = 75.74$) สูงกว่าก่อนการฝึกอบรม มีค่าเฉลี่ย ($\bar{X} = 58.66$) มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งมีความสอดคล้องกับ รัตนารณ จันวิไชย (2562) ที่ได้ศึกษาเปรียบเทียบคะแนนวัดผลสัมฤทธิ์หลังการฝึกอบรมสูงกว่าคะแนนก่อนการฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เป็นเพราะกลุ่มเป้าหมายยังขาดประสบการณ์เกี่ยวกับเนื้อหาที่จะใช้ในการฝึกอบรมส่งผลทำให้ผลคะแนนก่อนเรียนที่ได้อยู่ในเกณฑ์ต่ำเมื่อเปรียบเทียบกับก่อนเรียน ซึ่งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ เอกนถุน บางท่าไม้ (2560) ที่ได้ศึกษา เรื่อง การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการเรียนการสอนบนเครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่อส่งเสริมการใช้อินเทอร์เน็ตเชิงสร้างสรรค์สำหรับผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา พบว่า พฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตสร้างสรรค์จากการทดสอบก่อนเรียนหลังเรียนพบว่าการเรียนด้วยรูปแบบหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01



4. ผลการประเมินประสิทธิผลแสดงผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานต่ออาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ โดยผู้เข้ารับการฝึกอบรม ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก พบว่า ($\bar{X} = 4.41$, S.D.= 0.04) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ได้กำหนดความรู้ความสามารถ ทักษะ และสมรรถนะที่จำเป็นที่ต้องมีการใช้ชุดฝึกอบรมวิชาชีพพนักงานรักษาความปลอดภัยที่มีประสิทธิภาพ และมีองค์ประกอบสมรรถนะครบทั้ง 3 ด้าน คือ (1) ความรู้ (Knowledge) การรักษาความปลอดภัย (2) ทักษะ (Skill) การรักษาความปลอดภัย (3) ทศนคติ (Attitude) ในวิชาชีพรักษาความปลอดภัย เพื่อทำการฝึกอบรมให้กับพนักงานรักษาความปลอดภัยรับอนุญาตทุกคนก่อนที่จะปฏิบัติงานจริงซึ่งมีความสอดคล้องกับ เนตร์พัฒนา ยาวีราช (2559) ได้ทำการศึกษาเพื่อการจัดทำมาตรฐานหน่วยสมรรถนะอาชีพรักษาความปลอดภัย มีข้อสรุปองค์ประกอบของสมรรถนะที่จำเป็นต้องมีการฝึกอบรมและพัฒนาบุคลากรด้านรักษาความปลอดภัย ดังนี้ 1) สมรรถนะย่อย (Element of competence) 2) เกณฑ์การปฏิบัติงาน (Performance criteria) 3) ขอบเขต (Range statement) 4) หลักฐานที่ต้องการทั้งหลักฐานการปฏิบัติงานและหลักฐานความรู้ (Evidence Requirements) และ 5) แนวทางการประเมิน (Assessment guidance) โดยไม่ใช้กระบวนการมีส่วนร่วมและ การยอมรับจากทุกภาคส่วน ทำการทดสอบสมรรถนะของบุคคลในการรับรองมาตรฐานอาชีพและคุณวุฒิวิชาชีพ และยังสอดคล้องกับ Johnson and Johnson, (1987) กล่าวถึงประโยชน์ของทักษะการเรียนรู้การฝึกอบรมสามารถนำความรู้และทักษะแบบร่วมมือว่า สอดคล้องกับมาตรฐานสมรรถนะความรู้ความสามารถที่ใช้ในการปฏิบัติงานกับทุกคนมีโอกาสฝึกทักษะทางสังคมมีเพื่อนร่วมกลุ่มและเป็นการเรียนรู้วิธีการทำงานเป็นกลุ่ม ซึ่งจะเป็นประโยชน์มากเมื่อเข้าสู่ระบบการทำงานอันแท้จริง ซึ่งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปุณณวัชร นาคเงิน (2557) ได้ศึกษาเรื่อง สมรรถนะหลักของข้าราชการทหาร ศูนย์รักษาความปลอดภัยกองบัญชาการกองทัพบก พบว่า พนักงานรักษาความปลอดภัยปฏิบัติที่รับผิดชอบบนพื้นฐานของความถูกต้อง พยายามสร้างความชัดเจนในหน้าที่รักษาความปลอดภัย มีทักษะความสามารถปรับตัวเข้ากับบุคคล หรือสถานการณ์ต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี สามารถปรับเปลี่ยนวิธีการปฏิบัติงานให้สอดคล้องและเหมาะสมกับสถานการณ์ยอมรับฟังความเห็นของผู้อื่น และพร้อมที่จะปฏิบัติตามอย่างมีเหตุผล ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะสมรรถนะหลักของข้าราชการทหารอยู่ในระดับสูง พบว่า ข้าราชการทหารส่วนใหญ่มีจริยธรรมสูงเป็นลำดับแรก รองลงมาคือ มีวินัยและเสียสละ มีความร่วมแรงร่วมใจ มีการมุ่งผลสัมฤทธิ์ และมีการสั่งสมความเชี่ยวชาญในงานอาชีพ ตามลำดับ ทั้งนี้จะเห็นได้ว่า ระบบการวางมาตรฐานในการกำหนดมาตรฐานสมรรถนะหลักในการปฏิบัติงานเพื่อช่วยให้ผู้บังคับบัญชาและผู้ใต้บังคับบัญชา จะต้องกำหนดไว้เป็นลายลักษณ์อักษร เพื่อให้ผู้บังคับบัญชาและผู้ใต้บังคับบัญชาจะได้รับทราบโดยทั่วถึงกัน และเพื่อให้การปฏิบัติงานในลักษณะเดียวกันเป็นไปในทิศทางเดียวกัน ซึ่งก็คือการจัดทำคู่มือการปฏิบัติงาน

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์



1.1 ควรมีการพัฒนาตัวชี้วัดของสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษ เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยให้เป็นไปตามคุณลักษณะที่พึงประสงค์และสอดคล้องต่อมาตรฐานวิชาชีพความต้องการของผู้รับบริการ

1.2 ควรมีหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษที่มีมาตรฐานในการปฏิบัติงานที่มีความสอดคล้องทักษะศตวรรษที่ 21

1.3 ควรศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อผลการประเมินหลักสูตรฝึกอบรมสมรรถนะวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานรักษาความปลอดภัยประจำท่าเรือที่มีลักษณะพิเศษในสถานการณ์ภัยพิบัติของเชื้อโรคโควิด-19

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาสมรรถนะเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย ในสาขาวิชาชีพอื่น เช่น เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยสาขาวิชาชีพด้านขนส่งทรัพย์สิน เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยสาขาวิชาชีพอารักขาบุคคลสำคัญ เพื่อพัฒนาสมรรถนะพนักงานรักษาความปลอดภัยให้มีมาตรฐานและศักยภาพในระดับสากล

2.2 ควรมีหน่วยงานที่เป็นองค์กรหลักของกระทรวงศึกษาธิการที่ทำหน้าที่จัดการศึกษาในระดับต่าง ๆ สำหรับพัฒนาสมรรถนะของพนักงานรักษาความปลอดภัยรับอนุญาตในประเทศไทย และควรมีการศึกษาเรื่อง “ประสิทธิภาพของสถานฝึกอบรมเอกชนที่ได้รับการรับรอง ในการฝึกอบรมหลักสูตรการรักษาความปลอดภัยตามพระราชบัญญัติธุรกิจรักษาความปลอดภัย พ.ศ.2558 ตามมาตรฐานที่คณะกรรมการกำกับธุรกิจรักษาความปลอดภัยกำหนดนั้น

เอกสารอ้างอิง

- เนตรพัฒนา ยาวีราษ. (2559). *โครงการวิจัยมาตรฐานอาชีพและคุณวุฒิวิชาชีพ สาขาวิชาชีพธุรกิจ รักษาความปลอดภัย*. สืบค้นเมื่อ 15 มีนาคม 2565, จาก <https://www.rmutt.ac.th/content/39205>
- บุญชม ศรีสะอาด. (2560). *การวิจัยเบื้องต้น*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- ปานจันต์ สุทธิกิจ. (2561). *ระบบกฎหมายไทย: ปฏิรูป/เปลี่ยนผ่าน/ปฏิสังขรณ์*. ปัญหาการบังคับใช้กฎหมายตามพระราชบัญญัติธุรกิจรักษาความปลอดภัย พ.ศ. 2558. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- รัตนภรณ์ จันวิไชย. (2562). การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อลดผลกระทบการใช้เครือข่ายสังคมของนิสิตมหาวิทยาลัยบูรพา. *วารสารการศึกษาและการพัฒนาสังคม*, 15(2), 163-173.
- ปุ่นณวัชร นาคเงิน. (2558). *สมรรถนะหลักกับประสิทธิผลในการปฏิบัติงานของข้าราชการทหาร ศูนย์รักษาความปลอดภัย กองบัญชาการกองทัพไทย* (วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเกริก.
- วาโร เพ็งสวัสดิ์. (2551). *วิธีวิทยาการวิจัย*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- ศูนย์วิจัยธนาคารกสิกรไทย. (2559). *ธุรกิจรักษาความปลอดภัย: ธุรกิจที่ยังเติบโตต่อเนื่อง*. สืบค้นเมื่อ 15 มีนาคม 2564, จาก <https://www.kasikornresearch.com/th/keconanalysis/pages/ViewSummary.aspx?docid=25197>.
- สุวิมล ว่องวาณิช. (2560). *การวิจัยประเมินความต้องการจำเป็น*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.



- เอกนถน บางท่าไม้. (2560). การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการเรียนรู้การสอนบนเครือข่ายสังคมออนไลน์เพื่อส่งเสริมการใช้อินเทอร์เน็ตเชิงสร้างสรรค์สำหรับผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา. *วารสารมหาวิทยาลัยศิลปากร*, 37(1), 94-117.
- Bernardes, E. S., & Zsidisin, G. A. (2008). An examination of strategic supply management benefits and performance implications. *Journal of Purchasing & Supply Management*, 14(2), 209-219.
- Edmonton Regional Learning Consortium. (2013). Competency focused learning. Retrieved March 21, 2015, from http://erlc.ca/resources/resources/learning_guides_for_parents/documents/competency-focused-learning-parent-guide.pdf
- Henson, K.T. (2001). *Curriculum Planning : Integrating, Multiculturalism, Constructivism and Education Reform*. New York: McGraw – Hill.
- McClelland, D. C. (1973). Testing for competence rather than for intelligence. *American Psychologist*, 28(1), 1-14.
- Ornstein, A. C., & Hunkins, F. P. (1993). *Curriculum foundations, principles and issues*. (2nd ed.) Boston: Allyn and Bacon.
- Taba, H. (1962). *Curriculum Development Theory and Practice*. New York: Harcourt, Brace and World.
- TNN News. (2559). ธุรกิจ รปภ. รุกพัฒนานวัตกรรมทดแทนแรงงานคน. สืบค้นเมื่อ 15 เมษายน 2564, จาก http://www.tnnthailand.com/news_detail.php?id=108121&t=news_special

การศึกษาภาระค่าใช้จ่ายในการมารับบริการที่โรงพยาบาลของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร
A Study of Economic Burden from Outpatient Department Services of the Elders
in Bangkok

สุวรรณา เชียงขุนทด¹, พุทธวรรณ ชูเชิด², เสาวลักษณ์ จิรธรรมคุณ³ และ พัทธมนท์ คุ่มทวีพร⁴
Suwanna Chiangkhuntod¹, Puthawan Choocherd², Saovaluck Jirathummakoon³
and Patsamon Khumtaveeporn⁴

¹คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

^{2,3}คณะพยาบาลศาสตร์ ราชวิทยาลัยจุฬาภรณ์

⁴คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

¹Faculty of Nursing, Siam University, Thailand

^{2,3}Faculty of Nursing, Chulabhorn Royal Academy, Thailand

⁴Faculty of Nursing, Mahidol University, Thailand

E-mail: ¹suwanna@siam.edu; ²puthawan.cho@cra.ac.th; ³saovaluck.jir@cra.ac.th; ⁴patsamon.khu@mahidol.ac.th

Retrieved December 7, 2022; Revised December 20, 2022; Accepted December 21, 2022

บทคัดย่อ

การศึกษาเชิงพรรณนาคั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะการมารับบริการและภาระค่าใช้จ่ายเฉพาะส่วนที่ขาดการสนับสนุนจากรัฐบาลเมื่อผู้สูงอายุมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลในกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างคือผู้สูงอายุสุขภาพดี จำนวน 321 คน ได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอนและตามเกณฑ์คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ไม่มีการใช้ยามากกว่า 4 ชนิด ไม่มีภาวะสมองเสื่อมหรือภาวะซึมเศร้า เก็บข้อมูลช่วงระหว่างเดือนมีนาคมถึงพฤษภาคม 2564 โดยการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง แบบสอบถามประกอบด้วยลักษณะประชากร ลักษณะการมารับบริการและค่าใช้จ่ายในการมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอก แบบสอบถามผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา และมีค่าความเชื่อมั่นด้วยสูตรครูเดอร์ ริชาร์ดสัน (KR-20) = 0.892 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยาย ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า 1) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 62.12 อายุเฉลี่ย 66.02 ± 6.47 ปี ไม่ได้ประกอบอาชีพร้อยละ 54.25 มีรายได้เป็นของตนเองร้อยละ 69.95 แหล่งสนับสนุนรายได้ที่ช่วยเหลือกลุ่มตัวอย่างมากที่สุด คือ เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุร้อยละ 43.43 กลุ่มตัวอย่างเกือบครึ่งหนึ่ง ร้อยละ 47.72 มีโรคประจำตัว และกลุ่มตัวอย่างทุกคนมีสวัสดิการด้านการรักษา 2) กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 29.60 ไม่มาตรวจตามนัด เดินทางมาโรงพยาบาลด้วยยานพาหนะ 7 ชนิด ใช้เวลาเดินทางไป-กลับเฉลี่ย 2.45 ± 1.26 ชั่วโมง/ครั้ง ใช้เวลาในโรงพยาบาลเฉลี่ย 4.43 ± 1.42 ชั่วโมง/ครั้ง และร้อยละ 69.72 มีผู้ช่วยเหลือพามาโรงพยาบาล 3) กลุ่มตัวอย่างมีค่าใช้จ่ายทางตรง 7 รายการ คือ ค่าเดินทางไป-กลับ ค่าจ้างคนรับจ้างพามาโรงพยาบาล ค่าจ้างคนดูแลเด็กที่บ้าน ค่าอาหาร ค่าเครื่องแต่งตัวเพื่อมาโรงพยาบาล ค่าของฝาก ค่าที่จอดรถ และมีค่าใช้จ่ายทางอ้อม คือ ค่าสูญเสียโอกาสของตนเองและญาติ ค่าใช้จ่ายโดยรวมเท่ากับ $1,535.38 \pm 816.32$ บาท/ครั้ง คณะผู้วิจัยเสนอแนะว่าควรบริหารจัดการบริการที่



แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลให้มีประสิทธิภาพและจัดระบบสาธารณสุขป็นที่เอื้อต่อการเดินทางของผู้สูงอายุให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

คำสำคัญ: ภาระค่าใช้จ่าย; บริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาล; สูงอายุ

Abstract

This descriptive research study aimed to examine the utilization of outpatient departments and the economic burden of outpatient department services of the elders in Bangkok. The sample consisted of 321 healthy older adults obtained through multistage randomization and inclusion criteria. Exclusion criteria were taking more than 4 types of medication, dementia, and depression. Data collection was carried out from March to May 2021 by using a questionnaire including participants' characteristics, outpatient department services, and expenses for hospital visits. The content validity and reliability were examined, Kuder Richardson 20= 0.892. The data were analyzed by percentage, mean and standard deviation.

The results showed that 1) Participants were mostly female (62.12%), with a mean age of 66.02+6.47 years. In general, they were retired (54.25%), had income (69.95%), and subsistence allowance was their primary source of income support (43.43%). Almost half of the sample had an underlying disease (47.72%). Medical welfare is available for all samples (100%). 2) For outpatient department services, 29.6% of the participants missed their physician appointments. The participants used 7 types of transportation. Average transportation times were 2.45+1.26 hours per visit. Times spent for each visit were 4.43+1.42 hours, and 69.72% of the participants needed companions for the hospital visits. 3) Regarding the expenses for hospital visits, the participants spent money on transportation, companion expenses, babysitting costs, meal for themselves and their companions, dressing, gifts for healthcare personnel, and parking fees. The participants estimated their opportunity loss at about 1,535.38+816.32 baht per hospital visit. According to research findings, the researchers suggest that services in the outpatient departments of hospitals should be managed more efficiently. Moreover, they should provide a more suitable utility system that facilitates elderly travel.

Keywords: Economic burden; Outpatient department services; Elders



บทนำ

อัตราการเกิดของประชากรที่ลดลงร่วมกับอายุที่ยืนขึ้น ส่งผลให้สัดส่วนประชากรสูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ปรากฏการณ์ดังกล่าวถือว่าเป็นปรากฏการณ์ระดับโลก (Global Phenomena) ประเทศที่มีอัตราผู้สูงอายุสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ญี่ปุ่น ร้อยละ 35 อิตาลี ร้อยละ 30 และโปรตุเกส ร้อยละ 30 (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.), 2565) สำหรับประเทศไทยนั้นว่าก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) มาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 โดยในปี 2564 ประเทศไทยมีประชากรที่อายุมากกว่า 60 ปี จำนวน 12.5 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 18.8 อายุ 80 ปีขึ้นไป 1.4 ล้านคนหรือคิดเป็นร้อยละ 2.1 และในอีก 20 ปีข้างหน้าหรือปี 2583 จะมีสัดส่วนประชากรสูงอายุสูงที่สุดในประเทศสมาชิกอาเซียน คือเพิ่มเป็น 20.5 ล้านคน ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 31.4 ของประชากรทั้งหมด (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2561) ซึ่งปรากฏการณ์ดังกล่าวจะส่งผลกระทบต่อประเทศอย่างมาก โดยเฉพาะการเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยและยากจน เนื่องจากประชากรสูงอายุมีความเปราะบางทั้งด้านร่างกายและเศรษฐกิจเพราะสมรรถภาพทางกายที่ลดลงตามวัยและโอกาสในการทำงานหารายได้ลดลง ปี พ.ศ. 2558 ผู้สูงอายุมีรายได้ต่ำกว่าเส้นยากจนถึงร้อยละ 34.3 รวมทั้งการจุนเจือรายได้ของผู้สูงอายุจากลูกหลานลดลงเหลือเพียง 1 ใน 3 (มนสิการ กาญจนะจิตรา, 2561) นอกจากนี้การมีสมาชิกในครัวเรือนที่เป็นผู้สูงอายุหรือพิการในครอบครัว และการมีสมาชิกในครัวเรือนเป็นผู้ป่วยเรื้อรังเป็นปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับการสิ้นเนื้อประดาตัวของครัวเรือน (Meram, April, & Tin, 2019)

ด้วยความจำกัดดังกล่าวรัฐบาลจึงมีนโยบายช่วยเหลือผู้สูงอายุ โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยและยากจน ด้วยสวัสดิการประกันสุขภาพถ้วนหน้า แต่ในความเป็นจริง เมื่อผู้สูงอายุเจ็บป่วยหรือไปตรวจตามนัดที่โรงพยาบาล นอกจากค่ารักษาและค่าตรวจวินิจฉัยซึ่งส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนจากรัฐบาล ผู้สูงอายุและครอบครัวยังจำเป็นต้องรับภาระค่าใช้จ่ายอีกไม่น้อย ซึ่งต้นทุนค่าบริการที่แผนกผู้ป่วยนอก ได้แก่ ต้นทุนทางตรงที่ไม่เกี่ยวกับการแพทย์และต้นทุนที่เกิดขึ้นกับครัวเรือน (direct non-medical costs) ของผู้ป่วยที่มาใช้บริการ ทั้งค่าเดินทาง ค่าอาหาร ค่าเสียเวลาของทั้งผู้ป่วยและผู้ดูแลนี้จะแปรผันตรงกับจำนวนครั้งที่มารับบริการ ต้นทุนค่าเดินทางซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของต้นทุนทางตรงที่ไม่เกี่ยวกับการแพทย์นี้ยังเกี่ยวข้องกับระยะทางจากบ้านถึงโรงพยาบาลอีกด้วย (วิน เตชะเคหะกิจ, 2559) ค่าเดินทางจึงนับเป็นภาระหลักของผู้สูงอายุและครอบครัวโดยเฉพาะที่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่ชนบท โดยกลุ่มชุมชนเมืองจ่ายค่าเดินทางเฉลี่ย 474 บาท และกลุ่มชุมชนชนบทจ่ายค่าเดินทางเฉลี่ย 6,004 บาท และบางครอบครัวต้องกู้ยืมเงินเพื่อนบ้าน (ธนากรโลก, 2559) นอกจากนี้ยังมีการศึกษาพบว่า เวลาที่ใช้ในการรอรับการบริการจากโรงพยาบาลในสังกัดรัฐบาลกระทบต่อการขาดงานหรือขาดรายได้มากกว่าค่าใช้จ่ายที่รัฐบาลสนับสนุน และค่าใช้จ่ายในการเดินทางไปโรงพยาบาลสูงกว่าการไปรักษาที่คลินิกใกล้บ้าน รวมทั้งต้องเสียค่าที่พักและค่าอาหารของผู้สูงอายุและญาติที่ติดตามมาด้วย (สุนิสา ยุคะลัง และประสพสุข ศรีแสนปาง, 2560) ภาระค่าใช้จ่ายในการมารับบริการทางสุขภาพในอัตราที่สูงนี้ส่งผลให้ผู้สูงอายุในหลายประเทศ เช่น เยอรมัน เนเธอร์แลนด์ นอร์เวย์ และสวีเดนอย่างน้อยร้อยละ 2 ยกเลิกการไปตรวจตามนัด รวมถึงชาวอเมริกันและออสเตรเลียที่ไม่ยอมไปตรวจตามนัดหรือเลื่อนการไปตรวจออกไป (Jacobson et al., 2021) การ

กรุงเทพมหานครเป็นศูนย์กลางของการรักษาพยาบาลของประเทศ ซึ่งเมื่อเทียบกับพื้นที่อื่น ๆ พบว่า กรุงเทพมหานครเป็นพื้นที่ที่มีการใช้ทรัพยากรด้านสุขภาพมากที่สุด (วรวรรณ ชาญด้วยวิทย์, และ พลิชฐ์ พังนา, 2562) ประกอบด้วยโรงพยาบาลของรัฐ โรงพยาบาลเอกชน โรงพยาบาลสังกัดกรุงเทพมหานคร โรงพยาบาลสังกัด



มหาวิทยาลัย โรงพยาบาลรัฐวิสาหกิจ และโรงพยาบาลเฉพาะทางโรคไต รวมทั้งสิ้น 146 แห่ง โดยกรุงเทพมหานคร นั้นมีประชากรผู้สูงอายุที่มีภาวะโรคเรื้อรังมากที่สุดอย่างน้อยหนึ่งโรคสูงถึงร้อยละ 70.20 (วิพรรณ ประจวบเหมาะ และคณะ, 2556) และถึงแม้ว่าการคมนาคมจะถือเป็นอุปสรรคสำคัญของการเข้าถึงบริการสุขภาพ แต่ปัญหาการเดินทางมาสถานพยาบาลของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครนั้นส่วนใหญ่จะเป็นการเสียค่าใช้จ่ายด้านวิธีการเดินทาง และผู้ร่วมเดินทางมากกว่า (กรุงเทพมหานคร และวิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย, 2557) แต่จากการค้นคว้าพบว่า มีการศึกษาเรื่องวิธีการเดินทางและค่าใช้จ่ายในการเดินทางไปโรงพยาบาลของผู้สูงอายุในชุมชนและชนบทอยู่บ้าง แต่การศึกษาในกรุงเทพมหานครโดยเฉพาะในผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ มีภาวะพึ่งพิงเพียงเล็กน้อยและยังต้องเดินทางด้วยตนเองหรือมีผู้ดูแลพาไปรับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลซึ่งเป็นผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในกรุงเทพมหานครนั้นมีความจำจำกัด

การกำหนดนโยบายด้านสุขภาพให้ผู้สูงอายุเป็นเรื่องสำคัญสำหรับการควบคุมค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพของประเทศ คณะผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่อง “ภาระค่าใช้จ่ายในการมารับบริการที่โรงพยาบาลของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร” ซึ่งคาดว่า คณะผู้วิจัยจะสามารถนำผลการวิจัยมาใช้ในการสอน และเป็นข้อมูลเบื้องต้นของรัฐบาลเพื่อพัฒนาการเข้าถึงบริการสุขภาพของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นได้

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาลักษณะการมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาภาระค่าใช้จ่ายการมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร

กลุ่มตัวอย่าง คือตัวแทนของประชากร ที่เลือกจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอนได้จำนวน 4 เขต คือ เขตธนบุรี เขตคลองสาน เขตภาษีเจริญ และเขตบางแค คำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้โปรแกรม G*Power ที่ Alpha=.05 Effect Size=.50 Power analysis=.95 ทดสอบความสัมพันธ์แบบ One-tailed ได้ขนาดตัวอย่างขั้นต่ำ 397 คน แต่เนื่องจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความครบถ้วนของข้อมูลทั้งหมดก่อนนำมาวิเคราะห์ ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่สามารถนำมาวิเคราะห์ได้ทั้งสิ้น 321 คน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ตามคุณสมบัติ ดังนี้

เกณฑ์การคัดเลือกผู้เข้าร่วมการวิจัย (inclusion criteria) 1) สามารถช่วยเหลือตนเองได้ดี คะแนนประเมินดัชนีบาร์เธลเอดีแอล (Barthel ADL Index หรือ BAI) มากกว่า 12 คะแนน 2) สุขภาพแข็งแรงโดยตลอด 1 ปีก่อนการศึกษา ไม่เคยเข้ารับการรักษารักษาในโรงพยาบาลเนื่องจากความเจ็บป่วยทางกายและจิต 3) ไม่มีภาวะสมองเสื่อม ผลรวมคะแนนจากแบบทดสอบสมรรถภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย (MMSE-Thai) น้อยกว่า 22 คะแนน และ 4) ไม่มีภาวะซึมเศร้า ผลรวมคะแนนจากแบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุของไทย (Thai Geriatric Depression Scale: TGDS) น้อยกว่า 5 คะแนน



เกณฑ์การคัดออก (exclusion criteria) คือ มีการใช้ยาเป็นประจำ มากกว่า 4 ชนิดขึ้นไป

เครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง และได้ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (content validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ แพทย์เฉพาะทางด้านผู้สูงอายุ และพยาบาลที่มีประสบการณ์ดูแลผู้สูงอายุ รวม 3 คน และนำไปทดลองกับกลุ่มผู้สูงอายุที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน เพื่อตรวจสอบความเชื่อมั่น (reliability) ด้วยสูตรครูดอร์ ริชาร์ดสัน 20 (Kuder Richardson 20 : K.R.20) ได้ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม = 0.892 ดังนี้

1. ข้อมูลลักษณะประชากร เป็นแบบให้เลือกตอบและคำถามปลายเปิด จำนวน 22 ข้อ
2. ลักษณะการมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา เป็นคำถามปลายเปิด จำนวน 6 ข้อ ข้อคำถามประกอบด้วย การมาตรวจตามนัด เหตุผลที่ไม่มาตรวจตามนัด ผู้ช่วยเหลือพามาโรงพยาบาล ยานพาหนะที่ใช้เดินทางมาโรงพยาบาล เวลาของการเดินทาง และเวลาที่ใช้ในโรงพยาบาล
3. ค่าใช้จ่ายการมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา เป็นคำถามปลายเปิด จำนวน 4 ข้อ ข้อคำถามประกอบด้วย ค่าใช้จ่ายทางตรง ค่าใช้จ่ายทางอ้อม ค่าใช้จ่ายโดยประมาณในภาพรวม และลักษณะการสูญเสียโอกาสเนื่องจากการมารับบริการที่โรงพยาบาล

การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยนี้ได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม เอกสารรับรองเลขที่ 2564/003.11/02 ลงวันที่ 9 มีนาคม 2565 หมดอายุวันที่ 8 มีนาคม 2566

การเก็บรวบรวมข้อมูล

คณะผู้วิจัยทำหนังสือขออนุมัติการทำวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม คัดเลือกผู้สูงอายุโดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญในขอบเขตพื้นที่ที่สุ่มได้ เก็บข้อมูล ในสถานที่ที่กลุ่มตัวอย่างสะดวกในการให้ข้อมูล ได้แก่ ห้างสรรพสินค้า สวนสาธารณะ และร้านค้าปลีกในชุมชน ช่วงระหว่างเดือนมีนาคม-พฤษภาคม พ.ศ. 2564 ซึ่งเป็นช่วงที่ยังมีการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ผู้วิจัยและกลุ่มตัวอย่างสวมใส่หน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าตลอดเวลา มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล 1-2 เมตร ตามประกาศของกรมควบคุมโรคอย่างเคร่งครัด คณะผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ถามความสมัครใจในการเข้าร่วมวิจัย และมีการขอความยินยอมเป็นลายลักษณ์อักษร จากนั้นประเมินคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยให้ทำแบบประเมินดัชนีบาร์เธลเอดีแอล แบบทดสอบสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย และแบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุของไทย เมื่อมีคุณสมบัติครบถ้วนจึงเริ่มการสัมภาษณ์ตามแบบสอบถาม ใช้เวลาประมาณ 30 นาที ขณะดำเนินการเก็บข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติบรรยาย ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน



ผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างจำนวน 321 คน เป็นตัวแทนจากเขตภาษีเจริญ ร้อยละ 45.20 เขตธนบุรี ร้อยละ 23.74 เขตบางแค ร้อยละ 22.22 และเขตคลองสาน ร้อยละ 9.85 ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 62.12 อายุเฉลี่ย 66.02 ± 6.47 ปี (60-80 ปี) สถานภาพสมรส ร้อยละ 65.91 ไม่ได้ประกอบอาชีพ ร้อยละ 54.25 มีรายได้เป็นของตนเอง ร้อยละ 69.95 และได้รับการสนับสนุนรายได้ถึงร้อยละ 91.16 แหล่งสนับสนุนรายได้ที่ช่วยเหลือกลุ่มตัวอย่างมากที่สุด คือ เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ ร้อยละ 43.43

ด้านสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 53.28 ไม่มีประวัติโรคประจำตัว ในขณะที่ร้อยละ 47.72 มีโรคประจำตัว 11 กลุ่ม ได้แก่ โรคระบบการไหลเวียนเลือด เช่น หัวใจขาดเลือด ความดันโลหิต ฯลฯ ร้อยละ 25.25 โรคระบบต่อมไร้ท่อ เช่น เบาหวาน ไทรอยด์ ฯลฯ ร้อยละ 14.39 โรคกระดูกและข้อต่อ เช่น ข้ออักเสบ ข้อเสื่อม ฯลฯ ร้อยละ 8.84 โรคตา เช่น ต้อกระจก จอประสาทตาเสื่อม ฯลฯ ร้อยละ 8.08 โรคระบบขับถ่าย ปัสสาวะ เช่น โรคไต ปัสสาวะขัด กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ฯลฯ ร้อยละ 3.28 โรคกล้ามเนื้อ เช่น กล้ามเนื้อลีบ ฯลฯ ร้อยละ 2.53 โรคระบบทางเดินอาหาร เช่น ท้องอืด ท้องผูก ฯลฯ ร้อยละ 2.53 โรคระบบภูมิคุ้มกัน เช่น แพ้อากาศ หอบหืด ฯลฯ ร้อยละ 1.52 โรคระบบประสาท เช่น สมองเสื่อม โรคหลอดเลือดสมอง พาร์กินสัน ฯลฯ ร้อยละ 1.26 โรคหู เช่น เวียนศีรษะบ้านหมุน ฯลฯ ร้อยละ 0.51 และปัญหาด้านจิตใจ ได้แก่ ภาวะเครียด ร้อยละ 0.25

ด้านสวัสดิการด้านการรักษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างทุกคนมีสวัสดิการด้านการรักษา ได้แก่ ประกันสุขภาพถ้วนหน้า ร้อยละ 93.93 สิทธิข้าราชการ ร้อยละ 5.30 และประกันสังคม ร้อยละ 1.77 นอกจากนี้ยังพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 64.39 มีผู้ช่วยเหลือค่าใช้จ่ายเมื่อเจ็บป่วย มีกลุ่มตัวอย่างเพียงหนึ่งในสามหรือร้อยละ 36.61 ต้องรับผิดชอบค่าใช้จ่ายเมื่อเจ็บป่วยเองทั้งหมด โดยพบว่า ผู้ที่ช่วยเหลือค่าใช้จ่ายเมื่อเจ็บป่วยทั้งหมดเป็นสมาชิกในครอบครัว ได้แก่ บุตร ร้อยละ 37.63 คู่สมรส ร้อยละ 22.47 หลาน ร้อยละ 2.53 และพี่น้อง ร้อยละ 1.77

วัตถุประสงค์ที่ 1 ลักษณะการมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลของผู้สูงอายุซึ่งอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร ในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 70.40 สามารถตรวจตามนัดทุกครั้ง แต่กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 29.60 ไม่มาตรวจตามนัด โดยให้เหตุผลว่า ไม่มีอาการป่วย (ร้อยละ 14.95) ไม่มีเงินค่ารักษา (ร้อยละ 5.61) ลืมวันนัด (ร้อยละ 4.05) ไม่มีเงินค่าเดินทาง (ร้อยละ 1.56) เดินทางไม่สะดวก (ร้อยละ 1.56) ไม่มีคนพามาโรงพยาบาล (ร้อยละ 1.25) ไม่ชอบหมอหรือไม่ชอบโรงพยาบาล (ร้อยละ 0.31) และไม่ชอบรับประทานยา (ร้อยละ 0.31)

กลุ่มตัวอย่างเดินทางมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลด้วยยานพาหนะ 7 ชนิด ได้แก่ รถยนต์ส่วนตัว (ร้อยละ 22.43) รถยนต์รับจ้าง (ร้อยละ 20.25) รถจักรยานยนต์รับจ้าง (ร้อยละ 18.70) รถโดยสารประจำทาง (ร้อยละ 14.33) รถสองแถว (ร้อยละ 10.90) รถตุ๊กรับจ้าง (ร้อยละ 10.90) และรถไฟฟ้า (ร้อยละ 8.49) โดยใช้เวลาดำเนินการไป-กลับเฉลี่ย 2.45 ± 1.26 ชั่วโมง/ครั้ง กลุ่มตัวอย่างใช้เวลาใช้บริการที่โรงพยาบาล และทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การรับประทานอาหารเช้าหรือรับการตรวจ ฯลฯ เฉลี่ย 4.43 ± 1.42 ชั่วโมง/ครั้ง

กลุ่มตัวอย่างเพียง 97 คน คิดเป็นร้อยละ 30.22 มาโรงพยาบาลเพียงลำพังหรือไม่มีผู้ดูแลมาด้วย และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 69.72) มีผู้ช่วยเหลือพามาโรงพยาบาล แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ 1) คนในครอบครัว



ได้แก่ บุตร (ร้อยละ 39.88) คู่สมรส (ร้อยละ 35.20) และหลาน (ร้อยละ 24.61) 2) คนนอกครอบครัว ได้แก่ ผู้ดูแล (ร้อยละ 7.17) และคนรับจ้างพามาโรงพยาบาล (ร้อยละ 0.09) (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ลักษณะการมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลของผู้สูงอายุซึ่งอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร ในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา (N=321)

ลักษณะการมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาล	จำนวน (คน) (ร้อยละ)	$\bar{X} \pm SD$
การตรวจตามนัดหมาย - ไปตรวจตามนัดทุกครั้ง	226 (70.40)	-
- ไม่ไปตรวจตามนัด สาเหตุคือ	95 (29.60)	-
- ไม่มีอาการป่วย	48 (50.53)	-
- ไม่มีเงินค่ารักษา	18 (18.95)	-
- ลืมวันนัด	13 (13.68)	-
- ไม่มีเงินค่าเดินทาง	5 (5.26)	-
- เดินทางไม่สะดวก	5 (5.26)	-
- ไม่มีคนพาไป	4 (4.21)	-
- ไม่ชอบหมอ / โรงพยาบาล	1 (1.05)	-
- ไม่ชอบรับประทานยา	1 (1.05)	-
วิธีเดินทางไป-กลับ - รถยนต์ส่วนตัว	72 (22.43)	-
- รถยนต์รับจ้าง (taxi)	65 (20.25)	-
- รถจักรยานยนต์รับจ้าง	60 (18.70)	-
- รถโดยสารประจำทาง	46 (14.33)	-
- รถสองแถว	35 (10.90)	-
- รถตู้รับจ้าง	35 (10.90)	-
- รถไฟฟ้า	8 (2.49)	-
เวลาที่ใช้เดินทางไป-กลับ (ชั่วโมง)		2.45 $\pm$ 1.26
เวลาที่ใช้ในโรงพยาบาล (ชั่วโมง)	-	4.43 $\pm$ 1.42
ผู้ช่วยเหลือ - ไม่มี / มาโรงพยาบาลคนเดียว	97 (30.22)	-
- มีผู้ช่วยเหลือ (ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ)	224 (69.72)	-
- บุตร	128 (57.14)	-
- คู่สมรส	113 (50.45)	-
- หลาน	79 (35.27)	-
- ผู้ดูแล	23 (10.27)	-
- คนรับจ้างพามาโรงพยาบาล	3 (1.34)	-



วัตถุประสงค์ที่ 2 ภาระค่าใช้จ่ายการมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลของผู้สูงอายุซึ่งอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานครในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าใช้จ่ายในการมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลโดยประมาณในภาพรวมเท่ากับ $1,535.38 \pm 816.32$ บาท/ครั้ง แบ่งได้ 2 ส่วน คือ ค่าใช้จ่ายทางตรง และค่าใช้จ่ายทางอ้อม พบมี ค่าใช้จ่ายทางตรง 7 รายการ เรียงลำดับจากมากไปน้อย ได้แก่ 1) ค่าของฝากแพทย์และพยาบาล (600.23 ± 200.45 บาท) 2) ค่าเดินทางไป-กลับโรงพยาบาล (443.10 ± 75.00 บาท) 3) ค่าจ้างคนรับจ้างพามาโรงพยาบาล (292.00 ± 46.00 บาท) 4) ค่าจ้างคนดูแลครอบครัว/ เด็กเล็กที่บ้าน (275.90 ± 33.42 บาท) 5) ค่าอาหาร (90.42 ± 20.80 บาท) 6) ค่าเครื่องแต่งตัวเพื่อมาโรงพยาบาล (69.62 ± 10.14 บาท) และ 7) ค่าที่จอดรถ พนักงานรักษาความปลอดภัย และคนเข็นรถ (43.50 ± 6.04 บาท) และมีค่าใช้จ่ายทางอ้อม 2 รายการ ได้แก่ 1) ค่าสูญเสียโอกาสจากการขาดรายได้ของผู้ป่วย (77.25 ± 2.63 บาท) และ 2) ค่าสูญเสียโอกาสจากการขาดรายได้ของญาติ (431.63 ± 87.01 บาท) (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานค่าใช้จ่ายการมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลของผู้สูงอายุซึ่งอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร ในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา (N=321)

ค่าใช้จ่าย	$\bar{X} \pm SD$ (บาท)	Minimum (บาท)	Maximum (บาท)
ค่าใช้จ่ายทางตรง			
- ค่าเดินทางไป-กลับโรงพยาบาล	443.10 ± 75.00	230	600
- ค่าจ้างคนรับจ้างพามาโรงพยาบาล	292.00 ± 46.00	100	400
- ค่าจ้างคนดูแลครอบครัว / เด็กเล็กที่บ้าน	275.90 ± 33.42	0	400
- ค่าอาหาร	90.42 ± 20.80	0	120
- ค่าเครื่องแต่งตัวเพื่อมาโรงพยาบาล	69.62 ± 10.14	30	88
- ค่าของฝากแพทย์และพยาบาล	600.23 ± 200.45	0	800
- ค่าที่จอดรถ พนักงานรักษาความปลอดภัย และคนเข็นรถ	43.50 ± 6.04	20	50
ค่าใช้จ่ายทางอ้อม			
- ค่าสูญเสียโอกาสจากการขาดรายได้ของผู้ป่วย	77.25 ± 2.63	0	105
- ค่าสูญเสียโอกาสจากการขาดรายได้ของญาติ	431.63 ± 87.01	0	600
ค่าใช้จ่ายโดยประมาณในภาพรวม	$1,535.38 \pm 816.32$	30	2,463

เมื่อกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีผู้ช่วยเหลือพามาโรงพยาบาล ทำให้มีการเสียโอกาส 3 ประเภท ได้แก่ การเสียโอกาสในการดูแลบ้าน การเสียโอกาสด้านอาชีพ และการเสียโอกาสในการดูแลเด็ก/ลูก/หลาน โดยพบว่า 1) การเสียโอกาสในการดูแลบ้าน คิดเป็นร้อยละ 55.10 จำแนกเป็นการเสียโอกาสของคู่สมรส (ร้อยละ 23.91) บุตร (ร้อยละ 2.62) หลาน (ร้อยละ 21.87) และผู้ดูแล (ร้อยละ 6.70) 2) การเสียโอกาสด้านอาชีพ คิดเป็นร้อยละ 34.69 จำแนกเป็นการเสียโอกาสของคู่สมรส (ร้อยละ 1.46) บุตร (ร้อยละ 32.07) และหลาน (ร้อยละ 1.16) และ 3) การเสียโอกาสในการดูแลเด็ก/ลูก/หลาน ซึ่งหมายถึงลูกและหลานที่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 10.24 จำแนกเป็นเสียโอกาส



ของคู่สมรส (ร้อยละ 7.62) และบุตร (ร้อยละ 2.62) พบว่าการเสียโอกาสของแต่ละบุคคลเรียงจากมากไปน้อย ดังนี้ บุตรเสียโอกาสมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 37.32 คู่สมรส คิดเป็นร้อยละ 32.94 หลาน คิดเป็นร้อยละ 23.03 และผู้ดูแล คิดเป็นร้อยละ 6.71 (ตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละประเภทการเสียโอกาสเนื่องจากการมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลของผู้สูงอายุซึ่งอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร จำแนกตามบุคคลที่พากลุ่มตัวอย่างมาโรงพยาบาล (N=321)

ประเภทการเสียโอกาส (ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ)	กลุ่มบุคคลที่พากลุ่มตัวอย่างมาโรงพยาบาล ร้อยละ/ จำนวน (ครั้ง)				รวมจำนวนครั้งการเสียโอกาส	
	คู่สมรส	บุตร	หลาน	ผู้ดูแล	จำนวน (ครั้ง)	ร้อยละ
การดูแล/การทำงานบ้าน	23.91 (82)	2.62 (9)	21.87 (75)	6.70 (23)	189	55.10
อาชีพ/การทำงาน	1.46 (5)	32.07 (110)	1.16 (4)	0.00 (0)	119	34.69
การดูแลเด็ก/ลูก/หลาน	7.62 (26)	2.62 (9)	0.00 (0)	0.00 (0)	35	10.24
รวมกลุ่มบุคคลที่พากลุ่ม ตัวอย่างมาโรงพยาบาล	32.94 (113)	37.32 (128)	23.03 (79)	6.71 (23)	343	100

การอภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 กลุ่มตัวอย่างถึงร้อยละ 29.60 ไม่มาตรวจตามนัด สามารถจำแนกเหตุผลของการไม่มาตรวจตามนัดได้ 2 ประการ ได้แก่ 1) ตัวผู้สูงอายุ คือ ไม่มีอาการป่วย สิ้นวันนัด ไม่ชอบหมอหรือไม่ชอบโรงพยาบาล และไม่ชอบรับประทานยา 2) การพยายามลดภาระของครอบครัว คือ ไม่มีเงินค่ารักษา ไม่มีเงินค่าเดินทาง เดินทางไม่สะดวก และไม่มีคนพามาโรงพยาบาล สอดคล้องกับการศึกษาของเกรียงศักดิ์ ธรรมอภิพลและคณะ (2559) ที่พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการตรวจสุขภาพประจำปี และส่วนใหญ่ยังสามารถเดินทางไปโรงพยาบาลด้วยตนเอง แต่ก็ยังพบด้วยว่าครอบครัวผู้สูงอายุประมาณ 1 ใน 3 สามารถพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจในระดับน้อย กล่าวคือ ส่วนใหญ่มีภาระหนี้สิน (ร้อยละ 95) รองลงมาคือมีรายได้และทรัพย์สินน้อยและไม่มีเงินออม (ร้อยละ 92 และ 91 ตามลำดับ) ด้วยข้อจำกัดทางด้านสุขภาพที่เสื่อมถอยไปตามอายุ ทำให้เดินทางเองไม่ได้ จำเป็นต้องอาศัยพึ่งพิงผู้อื่น เช่น บุตร หลาน ญาติหรือเพื่อนบ้านเป็นผู้พาไปพบแพทย์และพากลับ การเดินทางไปพบแพทย์แต่ละครั้งของผู้สูงอายุจึงเสียค่าใช้จ่ายและเวลาถึงสองเท่าเมื่อพิจารณาทั้งในส่วนของตนเองและผู้ร่วมทางไปด้วย ทำให้หลายคนตัดสินใจประวิงเวลาเลื่อนการเข้ารับบริการสุขภาพออกไปจนกระทั่งจะมีคนพาไปได้หรือกระทั่งสุขภาพทรุดโทรมมาก (เสาวรส มีกุล และคณะ, 2561, Montero, Kearney, Hamel, & Brodie, 2022) อย่างไรก็ตามการไม่มาตรวจตามนัดย่อมมีผลเสียต่อสุขภาพของผู้สูงอายุทั้งทำให้อาการของโรครุนแรงขึ้น และเพิ่มโอกาสเกิดภาวะแทรกซ้อนต่างๆ ตามมาด้วยการรักษาที่ซับซ้อน และค่าใช้จ่ายที่สูงขึ้น จึงเป็นประเด็นที่ควรสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องว่าจำเป็นที่จะต้องมาตรวจตามนัดทุกครั้งกับผู้สูงอายุและครอบครัวต่อไป



ยานพาหนะที่กลุ่มตัวอย่างใช้เดินทางมารับบริการที่โรงพยาบาลมีความหลากหลาย ได้แก่ รถยนต์ส่วนตัว รถยนต์รับจ้าง รถจักรยานยนต์รับจ้าง รถโดยสารประจำทาง รถสองแถว รถตู้รับจ้าง และรถไฟฟ้า ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่ในพื้นที่เขตเมือง มีการขนส่งสาธารณะที่หลากหลาย สอดคล้องกับผลการวิจัยของวิโรจน์ เจริญลักษณ์ และเกศปรณ์ แสงเงิน (2561) ที่พบว่าผู้สูงอายุในเขตราชเทวีมีการเดินทางโดยยานพาหนะส่วนบุคคล และการใช้บริการระบบขนส่งสาธารณะ เช่น รถโดยสารประจำทาง รถไฟฟ้า รถเมล์ รถแท็กซี่ เป็นต้น โดยผู้สูงอายุพึงพอใจในการเดินทางโดยใช้ระบบขนส่งสาธารณะมากที่สุดเนื่องจากการเดินทางที่ครอบคลุมในหลาย ๆ พื้นที่ และคล้ายกับผู้ป่วยสูงอายุที่เดินทางมาที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลในจังหวัดขอนแก่นและมหาสารคาม ซึ่งใช้ยานพาหนะทั้งรถโดยสารประจำทาง (ร้อยละ 33.9) รถยนต์ส่วนตัว (ร้อยละ 29.7) รถจ้างเหมา (ร้อยละ 21.2) รถจักรยานยนต์ (ร้อยละ 16.2) (สุรศักดิ์ ไชยสงค์ และคณะ, 2556) แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของศิริพร งามขำ และคณะ (2561) ที่พบว่าผู้สูงอายุเขตทวีวัฒนาซึ่งเป็นเขตชานเมืองซึ่งไม่มีรถประจำทางวิ่งผ่านทุกเส้นทาง การเดินทางไปสถานพยาบาลบางแห่งมักต้องใช้รถยนต์ส่วนตัว รถมอเตอร์ไซด์รับจ้าง รถแท็กซี่ เป็นต้น และต่างกับการศึกษาที่พบว่าผู้ป่วยสูงอายุเดินทางมาโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลด้วยรถจักรยานยนต์ (ทินุชา ทันวงศ์ นิตยา เพ็ญศิริธนา และพรทิพย์ กิระพงษ์, 2559) ทั้งนี้อาจเนื่องจากสภาพของผู้สูงอายุที่แข็งแรงจึงสามารถขับขี่ยานพาหนะได้เอง ฯลฯ หรืออาจเนื่องจากกระยะทางระหว่างบ้านและโรงพยาบาล หรืออาจเนื่องจากความสะดวกในการเลือกใช้นานพาหนะของแต่ละพื้นที่

เวลาที่กลุ่มตัวอย่างใช้เดินทางไป-กลับ เฉลี่ย 2.45 ± 1.26 ชั่วโมง/ครั้ง สอดคล้องกับการใช้เวลาในแผนกผู้ป่วยนอกของผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการรักษาโรคกระดูกพรุนในจังหวัดขอนแก่นและมหาสารคาม ซึ่งใช้เวลาในการเดินทางไป-กลับเฉลี่ย 2.25 ± 1.79 ชั่วโมง/ครั้ง (สุรศักดิ์ ไชยสงค์ และคณะ, 2556) ทั้งนี้อาจเนื่องจากมีระยะทางระหว่างบ้านและโรงพยาบาลใกล้เคียงกัน อย่างไรก็ตาม เวลาที่กลุ่มตัวอย่างใช้เดินทางไป-กลับสูงกว่าการศึกษาของทินุชา ทันวงศ์ และคณะ (2559) ที่ส่วนใหญ่ใช้เวลาเดินทางมาโรงพยาบาลเฉลี่ย 11.35 นาที ทั้งนี้อาจเนื่องจากการศึกษานี้เป็นการเดินทางระหว่างบ้านและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขกำหนดตามโครงการหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าให้ประชาชนมารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลที่เดินทางได้สะดวกและเวลาที่ใช้ในการเดินทางมารับบริการ ไม่เกิน 30 นาที หรืออาจเนื่องจากการเดินทางในการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาในพื้นที่กรุงเทพมหานครซึ่งมีการจราจรคับคั่ง และในหลายพื้นที่มีการก่อสร้างรถไฟฟ้า เวลาที่ใช้ในการเดินทางจึงนานมากกว่าการศึกษาที่เก็บข้อมูลในจังหวัดเพชรบุรี

เวลาที่กลุ่มตัวอย่างใช้ในโรงพยาบาล เพื่อปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ เช่น วางบัตร วัดความดันโลหิต ตรวจเลือด รวบรวมแพทย์ รวบรวมเงิน และรอรับยา ฯลฯ เฉลี่ย 4.43 ± 1.42 ชั่วโมง/ครั้ง สอดคล้องกับการใช้เวลาในแผนกผู้ป่วยนอกของผู้ป่วยสูงอายุที่ได้รับการรักษาโรคกระดูกพรุนในจังหวัดขอนแก่นและมหาสารคาม ซึ่งใช้เวลาในโรงพยาบาล 4.24 ± 1.35 ชั่วโมง/ครั้ง (สุรศักดิ์ ไชยสงค์ และคณะ, 2556) ทั้งนี้อาจเนื่องจากมีสัดส่วนผู้ป่วยต่อแพทย์ผู้ให้บริการใกล้เคียงกัน อย่างไรก็ตามเวลาที่ใช้ในโรงพยาบาลนับเป็นเวลาที่ยาวนาน ซึ่งอาจเป็นเหตุผลหนึ่งที่ผู้สูงอายุไม่มาตรวจตามนัด เพื่อลดภาระของลูกหลานที่ต้องลงงานเพื่อพาผู้สูงอายุมาโรงพยาบาล จึงควรมีการศึกษาวิจัยหาแนวทางเพิ่มประสิทธิภาพบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลต่อไป กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 69.72 มีผู้ช่วยเหลือพาไปโรงพยาบาลสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา เช่น มีลูกๆ รับและส่งทุกครั้ง (ขไมพร กาญจนกิจสกุล, 2559) ส่วนใหญ่มีลูกหลานไปส่ง (ทินุชา ทันวงศ์และคณะ, 2559) และมีญาติมาโรงพยาบาลด้วยร้อยละ 69.5

(สุรศักดิ์ ไชยสงค์ และคณะ, 2556) ทั้งนี้อาจแสดงถึงความรักและห่วงใยของครอบครัวที่มีต่อผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นวัฒนธรรมไทยที่ควรดำรงต่อไป หรืออาจเนื่องจากผู้สูงอายุไม่สามารถมาโรงพยาบาลเพียงลำพัง จากความจำกัดทางกาย หรือความจำ จึงกังวลว่าจะไม่ปลอดภัย หรืออาจจะเข้าใจและจำวิธีปฏิบัติตนตามคำแนะนำของแพทย์และพยาบาลไม่ครบถ้วน ซึ่งควรมีการศึกษาวิชาสาเหตุที่แท้จริง และแนวทางการปฏิบัติที่เหมาะสมยิ่งขึ้นต่อไป

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า ค่าเดินทางไป-กลับโรงพยาบาลของกลุ่มตัวอย่างเฉลี่ย 443.10 ± 75.00 บาท/ครั้ง ใกล้เคียงกับค่าเดินทางไป-กลับโรงพยาบาลของผู้ป่วยสูงอายุที่มารับการรักษาโรคกระดูกพรุนในจังหวัดขอนแก่นและมหาสารคาม เฉลี่ย 394.5 ± 721.3 บาท/ครั้ง (สุรศักดิ์ ไชยสงค์ และคณะ, 2556) แต่สูงกว่าค่าเดินทางไป-กลับของผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ดีทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือเพื่อเดินทางไปโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลคือเพียง 100 บาท/ครั้ง หรือค่าเดินทางไปโรงพยาบาลในจังหวัด 130-150 บาท/ครั้ง (นิลภา จิระรัตนวรรณ และชนิษฐา นันทบุตร, 2555) และค่าเดินทางไป-กลับของผู้สูงอายุทุพพลภาพ จังหวัดพะเยา เพื่อเดินทางไปโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล 200-300 บาท/ครั้ง (ปะราลี โอภาสนันท์ และคณะ, 2560) แต่ต่ำกว่าค่าเดินทางไป-กลับโรงพยาบาลของผู้สูงอายุที่จำกัดความสามารถในการช่วยเหลือตัวเองทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือ 700 บาท/ครั้ง (นิลภา จิระรัตนวรรณ และชนิษฐา นันทบุตร, 2555) ทั้งนี้เนื่องจากสภาพของผู้สูงอายุดังกล่าวข้างต้น หรืออาจเนื่องจากค่ายานพาหนะที่ใช้ เช่นเดียวกับการศึกษาของศิริพร งามขำ และคณะ (2561) ที่พบว่าผู้สูงอายุเขตทวีวัฒนาซึ่งเป็นเขตชานเมืองไม่มีรถสาธารณะ ทำให้ต้องเดินทางโดยใช้รถยนต์ส่วนตัว รถมอเตอร์ไซด์รับจ้าง หรือรถแท็กซี่ ทำให้เสียค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้นเมื่อเทียบกับผู้ที่อาศัยในเขตเมือง ทำให้รู้สึกเป็นภาระและไม่อยากไปรับบริการสุขภาพอีก อย่างไรก็ตามค่าใช้จ่ายเหล่านี้นับเป็นภาระหลักของผู้สูงอายุและครอบครัว เนื่องจากไม่มีเงินสนับสนุนจากรัฐบาล เนื่องจากระดับรายได้มีความสัมพันธ์กับการเดินทางของผู้สูงอายุ ในการเดินทางด้วยระยะทางที่เท่ากันแต่แตกต่างกันที่รูปแบบการเดินทาง ผู้สูงอายุจะเลือกใช้รูปแบบการเดินทางที่มีค่าโดยสารที่ถูกกว่า เนื่องจากไม่อยากเป็นภาระทางการเงินของครอบครัว (วิโรจน์ เจริญลักษณ์ และเกศปรณีย์ แสงเงิน, 2561) ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างไม่มาตรวจตามนัด โดยให้เหตุผลว่า ไม่มีเงินค่าเดินทาง (ร้อยละ 1.56) เดินทางไม่สะดวก (ร้อยละ 1.56) และไม่มีคนพามาโรงพยาบาล (ร้อยละ 1.25) เมื่อผู้ป่วยสูงอายุไม่มาตรวจตามนัด ย่อมส่งผลกระทบต่อให้โรครุนแรงขึ้น และค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้นอีก ปัญหานี้จึงจำเป็นต้องได้รับการแก้ไขต่อไป

ดังได้กล่าวแล้วว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเดินทางไป-กลับโรงพยาบาลเฉลี่ย 443.10 ± 75.00 บาท/ครั้ง โดยรวมยังพบว่า กลุ่มตัวอย่างจำเป็นต้องจ่ายค่าใช้จ่ายในการมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลเป็นเงินถึง $1,535.38 \pm 816.32$ บาท/ครั้ง ใกล้เคียงกับค่าใช้จ่ายในแผนกผู้ป่วยนอกของผู้ป่วยสูงอายุที่มารับการรักษาโรคกระดูกพรุนในจังหวัดขอนแก่นและมหาสารคาม ซึ่งใช้จ่ายระหว่าง 733.90-2,720.90 บาท/ครั้ง (สุรศักดิ์ ไชยสงค์ และคณะ, 2556) แต่ต่ำกว่าค่าใช้จ่ายในแผนกผู้ป่วยนอกของผู้ป่วยเบาหวานที่โรงพยาบาลลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร ซึ่งใช้จ่ายระหว่าง 2,292.57-3,047.25 บาท/ครั้ง (อรสา ตั้งสายพันธ์ และคณะ, 2556) แต่การศึกษาทั้งสองนี้ไม่ได้แสดงรายละเอียดของค่าใช้จ่ายทางตรง ในขณะที่การศึกษานี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่มีรายได้ลดลงจำเป็นต้องจ่ายค่าใช้จ่ายทางตรงเมื่อมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลถึง 7 รายการ ได้แก่ ค่าเดินทางไป-กลับโรงพยาบาล ค่าจ้างคนรับจ้างพามาโรงพยาบาล ค่าจ้างคนดูแลครอบครัว/เด็กเล็กที่บ้าน ค่าอาหาร ค่าเครื่องแต่งตัวเพื่อมาโรงพยาบาล ค่าของฝากแพทย์และพยาบาล และค่าที่จอดรถ พนักงาน



รักษาความปลอดภัย และคนเข็นรถ จึงควรร่วมกันทำการศึกษาวิจัยและพัฒนาวิธีการลดหรือกำจัดค่าใช้จ่ายทั้งหมดนี้ เช่น การสร้างเสริมความแข็งแรงทางกายพร้อมกับความเข้มแข็งทางใจให้แก่ผู้สูงอายุ การจัดการบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลให้มีประสิทธิภาพ และการบริหารจัดการสาธารณสุขปึกที่เอื้อต่อผู้สูงอายุ เป็นต้น

นอกจากการเสียค่าใช้จ่ายทางตรง เมื่อมารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลทำให้กลุ่มตัวอย่างมีค่าใช้จ่ายทางอ้อม ทั้งค่าสูญเสียโอกาสจากการขาดรายได้ของผู้สูงอายุเฉลี่ย 77.25 ± 2.63 บาท/ครั้ง และญาติ 431.63 ± 87.01 บาท/ครั้ง โดยพบว่าลูกเป็นคนที่เสียโอกาสมากที่สุด ทั้งนี้เนื่องจากลูกเป็นผู้หารายได้หลักของครอบครัว เมื่อพาผู้ป่วยสูงอายุมาโรงพยาบาลจึงขาดรายได้ไป เมื่อพิจารณาตามมูลค่า พบว่าค่าสูญเสียโอกาสจากการขาดรายได้ในการศึกษารั้งนี้สูงกว่าค่าสูญเสียโอกาสของผู้ป่วยสูงอายุโรคเบาหวานและญาติที่มารับบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลลาดกระบังกรุงเทพมหานคร ซึ่งพบว่ามีค่าระหว่าง 93.84-120.20 บาท/ครั้ง (อรสา ตั้งสายัณห์ และคณะ, 2556) แต่ต่ำกว่าค่าสูญเสียโอกาสของผู้ป่วยสูงอายุและญาติที่มารับการรักษาโรคกระดูกพรุนในจังหวัดขอนแก่นและมหาสารคาม ซึ่งคำนวณได้ถึง 339.4-1,412.0 บาท/ครั้ง (สุรศักดิ์ ไชยสงค์ และคณะ, 2556) ทั้งนี้เนื่องจากผู้พาผู้ป่วยสูงอายุโรงพยาบาลแต่ละคนมีรายได้แตกต่างกัน อย่างไรก็ตามสร้างสาธารณสุขปึกที่เอื้อต่อผู้สูงอายุ คาดว่าจะเป็นหนทางหนึ่งที่จะช่วยทำให้ครอบครัวมั่นใจว่าผู้สูงอายุจะสามารถเดินทางไปโรงพยาบาลได้อย่างปลอดภัย อาจสามารถลดค่าสูญเสียโอกาสจากการขาดรายได้ในอนาคต นอกจากนี้การที่บุตรคือผู้ที่เสียโอกาสมากที่สุดจะทำให้ครอบครัวเกิดปัญหาตามมาได้มากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

ด้านนโยบาย ควรเสริมสร้างความแข็งแรงด้านร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุในการดูแลตนเองและสร้างสาธารณสุขปึกที่เอื้อต่อผู้สูงอายุโดยเฉพาะด้านการเดินทาง ได้แก่ บริการรถสาธารณะที่เหมาะสมกับสภาพของผู้สูงอายุ การสร้างให้เส้นทางระหว่างบ้านและโรงพยาบาลสะดวกและปลอดภัย เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถเดินทางมาโรงพยาบาลได้ด้วยตนเอง

ด้านการบริการทางสุขภาพ พยาบาลและผู้ให้บริการทางสุขภาพซึ่งทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุควรเพิ่มประสิทธิภาพในการดูแลผู้สูงอายุ โดยการเน้นความสำคัญของการมาตรวจตามนัดให้ผู้สูงอายุและครอบครัวเข้าใจและปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง จัดบริการที่แผนกผู้ป่วยนอกของโรงพยาบาลให้มีประสิทธิภาพ เพื่อลดเวลาในโรงพยาบาลของผู้สูงอายุลง มีการประเมินความเสี่ยงด้านกายจิตใจและเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ เพื่อการช่วยเหลือที่เหมาะสมอย่างเป็นองค์รวม และการทำหน้าที่ให้บริการผู้สูงอายุอย่างเต็มใจโดยไม่หวังของฝากหรือสิ่งตอบแทนต่าง ๆ จากผู้สูงอายุ

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบที่สำคัญ คือ ผู้ป่วยสูงอายุที่มารับบริการที่โรงพยาบาลมีค่าใช้จ่ายที่รัฐบาลไม่สนับสนุนมากมาย จึงควรทำการศึกษาวิจัยและพัฒนาวิธีการลดค่าใช้จ่ายของผู้ป่วยสูงอายุที่มารับบริการที่โรงพยาบาลให้เป็นรูปธรรมและสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง



เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2558). *เอกสารหลักและมติสมัชชาผู้สูงอายุ ระดับชาติ ปี พ.ศ. 2558*. กรุงเทพฯ: คณะอนุกรรมการจัดสมัชชาผู้สูงอายุระดับชาติ.
- กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2561). *ยุทธศาสตร์กรมกิจการผู้สูงอายุ 20 ปี ประจำปี พ.ศ. 2561-2580*. กรุงเทพฯ: สามลดา.
- กรุงเทพมหานครและวิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2557). *แผนพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร ระยะที่ 1 พ.ศ. 2557-60*. กรุงเทพฯ: ธนเชษฐ์.
- เกรียงศักดิ์ ธรรมอภิพล, จุฑาธิป ศีลบุตร, จิราพร ชมพิกุล, กวินรัตน์ สุทธิสุนทร, และสมชาย วิริภมย์กุล. (2559). ปัจจัยที่ ส่งผลต่อความยากลำบากของครอบครัวผู้สูงอายุไทย. *วารสารสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข*, 10(4), 414-426.
- ชไมพร กาญจนกิจสกุล. (2559). กระบวนการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการเกื้อหนุนด้านการใช้จ่ายของผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรัง. *วารสารวิชาการสาธารณสุข*, 25(2), 192-203.
- ทีนุชา ทันวงศ์, นิตยา เพ็ญศิริภา, และพรทิพย์ กิระพงษ์. (2559). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการมารับบริการรักษาพยาบาลของผู้ป่วยโรคเรื้อรังในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เครือข่ายสุขภาพอำเภอเขาย้อย จังหวัด เพชรบุรี. *วารสารความปลอดภัยและสุขภาพ*, 9(31), 23-36.
- ธนากรโลก. (2559). *ปิดช่องว่างการเข้าถึงบริการทางสุขภาพของผู้สูงอายุ: ความเป็นธรรมทางสุขภาพและความครอบคลุมทางสังคมในประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักงานภูมิภาคเอเชีย.
- นิลภา จิระรัตนวรรณ และชนิษฐา นันทบุตร. (2555). ปัจจัยเชื่อมโยงสุขภาวะของผู้สูงอายุในชุมชนชนบท. *วารสารคณะพลศึกษา*, 15(ฉบับพิเศษ), 179-188.
- ประลักษ์ โอภาสนันท์, วิยะดา รัตนสุวรรณ และสุนีย์ ปัญญาวงศ์. (2560). การพัฒนาระบบบริการสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในชุมชน. *วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ*, 35(2), 177-187.
- มนสิการ กาญจนะจิตรา. (2561). ผู้สูงอายุและความยากจน. *วารสารประชากรและการพัฒนา*, 38(4), 9.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.). (2565). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2564*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วรวรรณ ชาญด้วยวิทย์, และ พลิชฐ์ พังนา. (2562). สถานการณ์การใช้บริการสุขภาพ: ความแตกต่างระหว่างเพศอายุ และพื้นที่. *สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย (ทีดีอาร์ไอ)*. สืบค้นเมื่อ 10 มีนาคม 2564, จาก <https://tdri.or.th/2019/01/>
- วิน เตชะเคหะกิจ. (2559). การวิเคราะห์ต้นทุนผลลัพธ์ในการรักษาโรคความดันโลหิตสูงที่แผนกผู้ป่วยนอก เปรียบเทียบระหว่างกองทุนประกันสุขภาพของรัฐ. *วารสารวิชาการสาธารณสุข*, 25(2), 284-295.
- วิพรรณ ประจวบเหมาะ และคณะ (2556). *รายงานการศึกษาโครงการติดตามและประเมินผลการดำเนินงานตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) ระยะที่ 2 (พ.ศ. 2550-2554)*. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิโรจน์ เจษฎาลักษณ์, และเกศปกรณ แสงเงิน. (2561). แนวทางการพัฒนาบริการขนส่งสำหรับผู้สูงอายุในเขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร. *Veridian E-Journal, Silpakorn University*, 11(1), 3032-3047.



- ศิริพร งามขำ, นวรัตน์ สุวรรณผ่อง, มธุรส ทิพยมงคลกุล, และจารุวรรณ หมั่นมี. (2561). การเข้าถึงบริการสุขภาพของผู้สูงอายุเขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร. *วารสารเกื้อการุณย์*, 25(2), 91-104.
- สุนิสา ยุคะลัง, และประสพสุข ศรีแสนปาง. (2560). การพัฒนาบริการสุขภาพที่เอื้ออาทรต่อผู้สูงอายุในหน่วยงานผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลโพธิทอง. *วารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ*, 35(3), 196-203.
- สุรศักดิ์ ไชยสงค์ และคณะ. (2556). ต้นทุนของผู้ป่วยในการรักษาโรคกระดูกพรุนในหญิงวัยหมดประจำเดือน. *การประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานระดับชาติ ครั้งที่ 5 คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม*. 90-94.
- เสาวรส มีกุล, เวหา เกษมสุข, รักชนก คชไกร, และสมชาย ปฐมศิริ. (2561). การศึกษารูปแบบการให้บริการสุขภาพ เคลื่อนที่สำหรับผู้สูงอายุและผู้ป่วยโรคเรื้อรัง. *วารสารพยาบาลทหารบก*, 19(ฉบับพิเศษ), 62-69.
- อรสา ตั้งสายัณห์, เพ็ญพักตร์ อุทิศ, สุนธรา คงศีล, และสุขุม เจียมตน. (2556). การวิเคราะห์ต้นทุน-ประสิทธิผล การควบคุมระดับน้ำตาลของผู้ป่วยเบาหวานอย่างได้ผล ปีงบประมาณ 2553 โรงพยาบาลลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร สำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร. *วารสารเกื้อการุณย์*, 20(1), 72-85.
- Alex, M., Audrey, K., Liz, H., & Mollyann, B. (2022). Americans' Challenges with Health Care Costs. Americans' Challenges with Health Care Costs. Retrieved April 26, 2022, from <https://www.kff.org/health-costs/issue-brief/americans-challenges-with-health-care-costs/>
- Jacobson, G., Cicchiello, A., Shah, A., Doty, M.M., & Williams II, R.D. (2021). When Costs Are a Barrier to Getting Health Care: Reports from Older Adults in the United States and Other High-Income Countries. Retrieved April 26, 2021, from <https://www.commonwealthfund.org/publications/surveys/2021/oct/when-costs-are-barrier-getting-health-care-older-adults-survey>
- Meram, A., April, C.R., & Tin, T.S. (2019). Determinants of household catastrophic health expenditure: A systematic review. *The Malaysian Journal of Medical Sciences*, 26, 15-43.
- Robin, O., Michelle, M.D., Donald, M., Dana, O.S. & Arnav, S. (2017). Older Americans Were Sicker and Faced More Financial Barriers to Health Care Than Counterparts in Other Countries. *Health Affairs*, 36(12), 2039-2216.

โปรแกรมการเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวก
สำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี
Development program for Spirituality as a teacher by Positive Psychology
of Preservice teachers, Dhonburi Rajabhat University

วาสิณี จิรสิริ

Wasinee Jirasiri

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

Faculty of Education, Dhonburi Rajabhat University, Thailand

E-mail: wasinee.j@dru.ac.th

Retrieved September 14, 2022; Revised October 31, 2022; Accepted November 2, 2022

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – experiment research) เพื่อศึกษาระดับจิตวิญญาณความเป็นครู และการสร้างโปรแกรมเพื่อพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวกสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาชั้นปีที่ 4 คณะครุศาสตร์ ที่ได้มาจากการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) และการสุ่มกลุ่มจำแนกกลุ่ม (Random assignment) โดยแบ่งการวิจัยออกเป็น 2 ระยะ ได้แก่ ระยะที่ 1 เป็นการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับจิตวิญญาณความเป็นครู เพื่อนำมาสร้างเป็นแบบสอบถามจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครู และนำข้อมูลที่ได้มาสร้างโปรแกรมเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวก ด้วยหลักการ PERMA Model การวิจัยระยะที่ 2 การนำโปรแกรมเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูมาใช้กับกลุ่มตัวอย่าง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) และทำการทดสอบความแตกต่างของจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครู ระหว่างก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สถิติทดสอบ t-test

ผลการวิจัยพบว่าระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีอยู่ในระดับสูงมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 18.67 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 18.60 และหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฯ กลุ่มตัวอย่างมีระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูคณะครุศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t\text{-test}=3.102$)

คำสำคัญ: โปรแกรมการเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครู; จิตวิญญาณความเป็นครู; จิตวิทยาเชิงบวก; นักศึกษาวิชาชีพครู



Abstract

The objectives of this quasi-experiment research were to study the spirituality level of teachers and to develop a teacher spirituality development program through positive psychology for preservice teachers at Dhonburi Rajabhat University. The sample was fourth-year preservice teachers, Faculty of Education, obtained by purposive sampling and then randomly assigned to be divided into an experimental group and a control group. For the methodology, this research was divided into 2 phases: Phase 1 was a study of related documents and various research related to the spirituality of teachers to develop a questionnaire on the spirituality of teachers of preservice teachers. Later, data obtained were used to develop the teacher spirituality development program through positive psychology (PERMA Model). Phase 2 was to apply the program to the development of the teacher spirituality in the sample group. The instrument used in the first phase was the questionnaire on the spirituality of teachers. The instrument used in the second phase was the teacher spirituality development program through positive psychology. Data were analyzed using statistics to find the mean and standard deviation as well as a t-test to test the differences in the spirituality of teachers of the preservice teachers between the pre-experimental period and post-experimental period.

The major findings preservice teachers at the Faculty of Education, Dhonburi Rajabhat University had a very high level of spirituality of teachers (Mean = 18.67 and S.D. = 18.60). After participating in the developed teacher spirituality development program through positive psychology, it was found that the spirituality of teachers of the sample was higher than before with a statistical significance level of .05 (t-test=3.102)

Keywords: Development program for spirituality as a teacher; Spirituality; Positive psychology; Preservice teacher

บทนำ

ปัจจุบันปัญหาทางการศึกษาเป็นปัญหาที่เป็นปัจจัยหลักของการพัฒนาประเทศ โดยเฉพาะในเรื่องของผู้สอน คุณภาพของครูเป็นสิ่งสำคัญของการปฏิรูปการศึกษาให้ประสบความสำเร็จ หากครูมีความรัก เสียสละ ศรัทธาในวิชาชีพของตนเองแล้วนั้น ก็จะทำให้คุณภาพของการสอนเป็นไปด้วยดีเช่นกัน เด็กนักเรียนก็จะเป็นบุคคลที่ได้รับการพัฒนาได้เต็มตามศักยภาพ เต็มโตสมวัย ส่งเสริม สนับสนุนในทิศทางที่ควรจะได้รับ หากแต่ในปัจจุบันนี้มีคนจำนวนหนึ่งที่เข้ามาสู่กระบวนการผลิตครูด้วยความไม่เต็มใจ จนถึงกระบวนการปฏิบัติการในการเป็นครู ไม่มีความรัก ความศรัทธาในความเป็นครูอย่างแท้จริง อาจเรียกได้ว่าเป็นปัญหาในการขาดจิตวิญญาณครูนั่นเอง (สำนักงานเลขาธิการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์แห่งชาติ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2562) จากยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) สอดคล้องกับแผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560-2579 ยุทธศาสตร์ที่ 3 การพัฒนาศักยภาพคนทุกช่วงวัยและการสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ ได้กำหนดให้



มีการปรับปรุงระบบการผลิตและพัฒนาครูอาจารย์และบุคลากรทางการศึกษาในทุกกระดับและประเภทการศึกษา เพื่อให้ได้ครุดี มีความรู้ทักษะ และความสามารถในการจัดการเรียนการสอน และมีจิตวิญญาณของความเป็นครู สามารถพัฒนาศักยภาพของผู้เรียน

ครูที่มีจิตวิญญาณจะไม่มีความประหลาดที่เสื่อมเสีย และนำมาซึ่งการไม่มีคุณภาพทางการศึกษาของลูกศิษย์ ซึ่ง Pajak and Blaise (1989, อ้างถึงใน ภาวัต ตั้งเพชรเดโช, 2556) กล่าวว่า จิตวิญญาณครูจะทำให้ครูประกอบอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ และครูที่มีจิตวิญญาณมักมีความเป็นมิตร ดูแลเอาใจใส่ เข้าใจ ยอมรับ และอดทนต่อนักเรียนของตน ประกอบกับอาชีพครูถือว่าเป็นอาชีพที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม และมีส่วนแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ของสังคมได้ ผลักดันให้บุคลากรในวิชาชีพครูสามารถพัฒนามิติทางจิตวิญญาณให้เป็นบุคคลที่สมบูรณ์พร้อมในการช่วยเหลือผู้อื่นได้ หรืออาจกล่าวได้ว่า จิตวิญญาณในบริบทงานด้านการศึกษา คือ จิตวิญญาณของความเป็นครูนั่นเอง จากการวิจัยเรื่อง ประสบการณ์ของการเป็นครูผู้มีจิตวิญญาณความเป็นครู: การศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา (ธรรมนันท์กา แจ่มสว่าง, 2554) พบว่า ช่วงการเป็นครูผู้มีจิตวิญญาณความเป็นครู คือ การเกิดสภาวะทางจิตและพฤติกรรมของการเป็นครูผู้มีจิตวิญญาณความเป็นครูขึ้นภายในตัวบุคคล แสดงให้เห็นถึงความหมายของการเป็นครูผู้มีจิตวิญญาณความเป็นครูซึ่งประกอบด้วยการที่บุคคลมีความตระหนักรู้ในความเป็นครู ปฏิบัติตนอยู่บนวิถีแห่งความเป็นครู มีเป้าหมายในการทำงานเพื่อเด็ก และการปฏิบัติต่อเด็กด้วยความรักและความเมตตา บทบาทของครูได้รับการยอมรับว่ามีความสำคัญอย่างยิ่ง เห็นได้จากการกำหนดบทบาท หน้าที่ และความประพฤติปฏิบัติตนของผู้ที่ประกอบวิชาชีพครู ให้สอดคล้องกับจรรยาบรรณวิชาชีพครูตามข้อบังคับคุรุสภาว่าด้วยแบบแผนพฤติกรรมตามจรรยาบรรณของวิชาชีพ พ.ศ. 2550 (สำนักงานเลขาธิการคุรุสภา, 2554) และสำหรับผู้ที่จะปฏิบัติหน้าที่ครูรวมถึงนักศึกษาวิชาชีพครู สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษากระทรวงศึกษาธิการได้กำหนดเป็นกรอบนโยบายในการขับเคลื่อนการปฏิรูปการศึกษาในทศวรรษที่สอง (พ.ศ. 2554 - 2561) ว่าด้วยกระบวนการผลิตและพัฒนาครูให้มีคุณภาพและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น โดยมุ่งเน้นให้มีการคัดสรรผู้ที่ปฏิบัติหน้าที่ครูให้มีคุณภาพมากขึ้น ให้คัดกรองผู้มีจิตวิญญาณครู เป็นคนดี คนเก่ง อยากเป็นครู เพื่อให้สอดคล้องกับกรอบการพัฒนาและปฏิรูปการศึกษา หน่วยงานผลิตครูจึงให้ความสำคัญต่อการคัดเลือกและพัฒนาคุณภาพของครูยุคใหม่ โดยผ่านกระบวนการบ่มเพาะตามหลักสูตรการผลิตบัณฑิตครู โดยให้นักศึกษาวิชาชีพครูได้มีโอกาสในการเรียนรู้ประสบการณ์และพัฒนาความเป็นครูจากสถาบันการศึกษาและสถานศึกษาเพื่อปลูกฝังความตระหนักและเห็นคุณค่าของวิชาชีพครู อันจะนำไปสู่การเป็นครูที่มีทั้งความรู้และมีจิตวิญญาณความเป็นครู ที่ผ่านมาการปฏิบัติหน้าที่ครูของผู้ประกอบวิชาชีพครูยังประสบกับปัญหา นอกจากนี้รุ่งนภา จิตโรจนรักษ์ (2558) จากสำนักงานส่งเสริมสังคมแห่งการเรียนรู้และคุณภาพเยาวชน ได้สำรวจความคิดเห็นครูสอนดีจำนวน 210 คน โดยกลุ่มตัวอย่างกระจายใน 4 ภูมิภาคของประเทศ เพื่อสอบถามถึงปัจจัยที่เป็นอุปสรรคของการทำหน้าที่ครูและแนวทางการส่งเสริมครูให้สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งพบว่าปัญหาสำคัญที่กลายเป็นอุปสรรคของการทำหน้าที่ครู ข้อหนึ่งคือ ครูรุ่นใหม่ขาดจิตวิญญาณ ขณะที่ครูรุ่นเก่าไม่ปรับตัว จำนวน 16.49% นอกจากงานวิจัยดังกล่าวแล้ว คุณภาพของการผลิตบัณฑิตต้องผลิตบัณฑิตให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้ใช้บัณฑิต สังคมและประเทศชาติก็มีความสำคัญซึ่งมีองค์ประกอบ ได้แก่ หลักสูตรกระบวนการเรียนการสอน ครูผู้สอน กิจกรรมนอกหลักสูตร สิ่งแวดล้อมและบรรยากาศทั้งภายในและภายนอกมหาวิทยาลัย และสิ่งสนับสนุนวิชาการด้านอื่น ๆ เพราะการผลิตบัณฑิตให้เป็นครูนั้น บัณฑิตจะต้องเป็นครูมืออาชีพ เมื่ออาชีพในการสอนนักเรียนเกี่ยวกับวิชาความรู้ หลักการคิดการอ่าน



รวมถึงการปฏิบัติและแนวทางในการทำงาน โดยวิธีในการสอนจะแตกต่างกันออกไปโดยคำนึงถึงพื้นฐานความรู้ความสามารถและเป้าหมายของนักเรียนแต่ละคนปัจจุบันบุคคลที่จะทำอาชีพนี้จะต้องได้ประกอบวิชาชีพครูด้วย ดังนั้นการที่สถาบันทางการศึกษาที่ผลิตบัณฑิตทางการศึกษาจะต้องคำนึงถึงพันธกิจที่สำคัญที่สุดของสถาบันอุดมศึกษาคือการผลิตบัณฑิตให้ผู้เรียนมีความรู้ในวิชาการและวิชาชีพมีคุณลักษณะตามหลักสูตรที่กำหนด เมื่อสถาบันการศึกษาต้องดำเนินงานตามพันธกิจ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีเป็นสถาบันอุดมศึกษาที่ได้รับการจัดตั้งขึ้นตามพระราชบัญญัติมหาวิทยาลัยราชภัฏ พ.ศ. 2547 โดยมีเอกลักษณ์ที่สำคัญของมหาวิทยาลัย คือ การผลิตและพัฒนาครู บุคลากรทางการศึกษา (มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี, 2565) ในส่วนของคณะครุศาสตร์ มีการจัดการเรียนการสอนที่เน้นในการผลิตครูโดยมีปรัชญาของคณะครุศาสตร์คือ ผลิตครูดี รอบรู้ในศาสตร์ ภูมิใจรักในความเป็นครู และวิสัยทัศน์ คือ การเป็นองค์กรในการผลิตครูให้มีความเป็นครูมืออาชีพ และพัฒนาวิชาชีพทางการศึกษา เพื่อ ให้มีคุณภาพพระดับสากล (คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี, 2565) ทั้งนี้ในการพัฒนาจิตวิญญาณของความเป็นครูควรต้องคำนึงถึงความต้องการและความคาดหวังที่มีต่อการทำงานของตนให้ประสบผลสำเร็จ โดยจะมีแนวทางและวิธีการในการสร้างความสำเร็จในหน้าที่การงานที่แตกต่างกันไป จากการสอนนักศึกษาหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต พบว่า การจัดการเรียนการสอนของนักศึกษาในปัจจุบันยังไม่แสดงให้เห็นถึงความตระหนักในการเรียนการสอนมากนัก โดยเฉพาะความรู้ความเข้าใจในศาสตร์ของความเป็นครู บุคลิกภาพของครู รวมไปถึงเทคนิคการสอน ประกอบกับผลจากการนิเทศนักศึกษาที่ฝึกสอนในสถานศึกษาต่าง ๆ พบว่าครูที่เลี้ยงและผู้ใช้บัณฑิตได้ให้ข้อเสนอแนะในการพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูให้กับนักศึกษาในด้านบุคลิกภาพและเทคนิคการสอนที่หลากหลาย (คณาจารย์คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี, การสัมภาษณ์, 5 สิงหาคม 2563)

จิตวิทยาเชิงบวกเป็นแนวคิดที่มองว่า บุคคลมีจุดแข็ง มีเป้าหมายในชีวิต มองคนอื่นดี อยากทำความดี และพัฒนาตนเองจากไม่ดีไปสู่ดี รู้จักตระหนักในตนเองมากขึ้น มีเป้าหมายในตนเองที่ชัดเจน จิตวิทยาเชิงบวกเน้นการนำจุดแข็งของมนุษย์เป็นจุดศูนย์กลาง ปรับวิธีการคิดให้เป็นบวก ศาสตราจารย์มาร์ติน เซลิเกแมน (Martin Seligman) ได้พัฒนาแนวคิด P.E.R.M.A. ที่เป็นแนวคิดในการพัฒนาความสุข (Happiness) และสภาวะ (Well-being) สามารถสรุปได้ดังนี้ Positive Emotion: P สภาวะของอารมณ์ที่ดี Engagement: E ความผูกพันในการทำกิจกรรม Relationships : R ความสัมพันธ์ที่ดี Meaning: M การรู้สึกว่ามีชีวิตมีความหมาย และ Accomplishment: A คือการบรรลุถึงเป้าหมาย (Martin E.P. Seligman, 2018)

ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการศึกษาและพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูให้เกิดขึ้นในกลุ่มอาชีพครู ซึ่งนักศึกษาวิชาชีพครูนั้นในอนาคตก็จัดว่าเป็นบุคลากรทางการศึกษาที่สำคัญยิ่ง และจะเป็นผู้ที่มิบทบาทสำคัญต่อการจัดการเรียนการสอนให้กับเด็กในประเทศต่อไป บุคคลที่จะเข้ามาเรียนครูนั้นควรคัดเลือกคนที่มีความรัก และศรัทธาในอาชีพครู มีความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะเรียนครูตั้งแต่เริ่ม ในขณะเดียวกันก็ควรมีการปลูกฝังความคิดความเชื่อ เกี่ยวกับวิชาชีพครูในเชิงบวกอย่างต่อเนื่อง เพราะจะเป็นพื้นฐานในการพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูได้นั่นเอง

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครู คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีเพื่อศึกษา



2. เพื่อสร้างโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยวิธีจิตวิทยาเชิงบวกสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครูเพื่อศึกษา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi – experiment research) ประกอบด้วยการศึกษา 2 ระยะ ผู้วิจัยขอเสนอการดำเนินการวิจัยโดยแบ่งตามการศึกษาในแต่ละระยะตามขั้นตอน ดังนี้

1. การวิจัยระยะที่ 1

การศึกษาเอกสาร และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับจิตวิญญาณความเป็นครูเพื่อนำมาสร้างเป็นแบบสอบถามจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครู และนำข้อมูลจริงที่ได้มาสร้างโปรแกรมเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวก

1.1 ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยในระยะที่ 1 ผู้วิจัยศึกษาความหมาย และองค์ประกอบของจิตวิญญาณความเป็นครูเพื่อสร้างแบบสอบถามจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครู

1.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยระยะที่ 1 คือ แบบสอบถามจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครู

การสร้างแบบสอบถามจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครู เป็นการประเมินสภาพจริงของจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครู ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเองจากการสังเคราะห์งานวิจัย และเอกสารที่เกี่ยวข้อง มีจำนวนทั้งสิ้น 3 องค์ประกอบ ได้แก่

1.2.1 การปฏิบัติตนตามหน้าที่ครู หมายถึง การปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายอย่างเต็มความสามารถ มีการอบรมสั่งสอนทั้งด้านวิชาการ และคุณธรรม มีความรักในวิชาชีพ คำนึงถึงประโยชน์สูงสุดของลูกศิษย์ และการประพฤติปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี รวมถึงการให้ความรู้และเวลาด้วยความเต็มใจ โดยไม่หวังสิ่งตอบแทนหรือคำนึงถึงความสะดวกสบายของตนเองเป็นหลัก ความเสียสละในบุคคลที่มีจิตวิญญาณความเป็นครูสังเกตได้จาก การอุทิศเวลา การทุ่มเททำงานโดยไม่หวังผลตอบแทน

1.2.2 การปฏิบัติต่อศิษย์ หมายถึง การปฏิบัติกันอย่างเที่ยงธรรม ชอบด้วยเหตุผล ไม่ลำเอียง เข้าข้างฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ความยุติธรรมในบุคคลที่มีจิตวิญญาณความเป็นครูสังเกตได้จากการให้ความเสมอภาคต่อบุคคลโดยไม่คำนึงถึงอามิสสินจ้าง และความชอบพอส่วนตัว

1.2.3 ความเชื่อมั่นในศักยภาพมนุษย์ หมายถึง ความเชื่อมั่น ศรัทธาในความเป็นมนุษย์ เห็นว่ามนุษย์ทุกคนมีพื้นฐานการเป็นคนดี เข้าใจในความแตกต่างระหว่างบุคคล และเชื่อว่าทุกคนมีความสามารถในการพัฒนาตนเองได้

1.3 การวิเคราะห์และนำเสนอข้อมูล

1.3.1 การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยการแจกแจงความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)

1.3.2 การวิเคราะห์ระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครู โดยการหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.)



1.3.3 สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1.3.3.1 วิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC: Index of Item Objective Congruence)

1.3.3.2 การหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient)

2. การวิจัยระยะที่ 2

การสร้างและศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูมาสร้างโปรแกรม โดยอยู่ภายใต้แนวคิดหลัก คือทฤษฎีจิตวิทยาเชิงบวก คือ PERMA Model

2.1 ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาระดับจิตวิญญาณความเป็นครู และการสร้างโปรแกรมเพื่อพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวกสำหรับนักศึกษาคณะครุศาสตร์ ชั้นปีที่ 4 มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี โดยมีรูปแบบการทดลองแบบ Non-Equivalent control group, pre-test post-tests design (ศิริชัย กาญจนวาสี, 2540) ดังมีแบบแผนการวิจัยดังนี้

E-Group		O ₁ E	X	O ₂ E
C-Group		O ₁ C		O ₂ E
E-Group	แทน	กลุ่มทดลอง (Experimental group)		
C-Group	แทน	กลุ่มควบคุม (Control group)		
X	แทน	การจัดกระทำตามโปรแกรมทดลอง (Treatment)		
O ₁	แทน	การวัดผลก่อนการทดลอง (Pre-test Observation)		
O ₂	แทน	การวัดผลหลังการทดลอง (Post-tests Observation)		

2.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.2.1 ประชากร ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 4 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี จำนวน 315 คน

2.2.2 กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 4 สาขาวิชาสังคมศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี จำนวน 55 คน ที่ได้มาจากการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling)

2.2.3 ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย การวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยดำเนินการเฉพาะนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี ในรูปแบบออนไลน์โดยใช้ Platform ที่เหมาะสม ได้แก่ Google Meet, Line เป็นต้น

2.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวกสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครูในครั้งนี้ ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากข้อค้นพบที่ได้จากการวิจัยในระยะที่ 1 ซึ่งโปรแกรมการเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวกสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครูเป็นการวิจัยระยะที่ 2 ผู้วิจัยทำการสร้างและศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูมาสร้างโปรแกรม โดยอยู่ภายใต้แนวคิดหลัก คือทฤษฎีจิตวิทยาเชิงบวก คือ PERMA Model ของ Martin Seligman มีรายละเอียดเบื้องต้น ดังนี้



P.E.R.M.A. เป็นแนวคิดในการพัฒนาความสุข (Happiness) และสุขภาวะ (Well-being) โดย Martin Seligman มาเป็นกรอบแนวคิดหลักในการสร้างโปรแกรมการเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวกสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู (สุดารัตน์ ตันติวิวัฒน์, 2560, หน้า 278 – 290) โดยมีองค์ประกอบหลัก 5 องค์ประกอบ คือ

1. สภาวะของอารมณ์ที่ดี (Positive Emotion) เป็นความรู้สึกและอารมณ์ ที่มีผลดีต่อบุคคล เช่น ความสุข ความเพลิดเพลิน ความตื่นเต้น ความพอใจ ความภูมิใจ และความอัศจรรย์ใจ
2. ความผูกพันในการทำกิจกรรม (Engagement) เป็นความรู้สึกเพลิดเพลินกับการทำกิจกรรม จนกระทั่งลืมเวลา ที่กำลังผ่านไป โดยกิจกรรมต้องใช้ทักษะความสามารถที่มีความท้าทาย แต่ยังเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ ทำให้มีความปรารถนาที่แรงกล้าที่จะทำกิจกรรมนั้นให้บรรลุเป้าหมาย
3. ความสัมพันธ์ที่ดี (Relationships) เป็นความรู้สึกได้รับการยอมรับจากสังคมรอบข้าง ไม่ว่าจะเป็นเกี่ยวกับอาชีพการงาน ครอบครัว คู่ชีวิต และความสัมพันธ์แบบอื่น ๆ
4. การรู้สึกว่าชีวิตมีความหมาย (Meaning) เป็นการค้นหาความหมายของชีวิตและการเรียนรู้ว่ามีอะไรที่ยิ่งใหญ่กว่าตนเพื่อช่วยให้พยายามทำตามเป้าหมาย
5. การบรรลุถึงเป้าหมาย (Accomplishment) เป็นการสร้างความสำเร็จและความเชี่ยวชาญให้บรรลุถึงเป้าหมายความต้องการที่ตั้งไว้อย่างเป็นรูปธรรม โดยผ่านกิจกรรม ได้แก่ การอภิปราย การสร้างบรรยากาศเชิงบวก การสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างกัน เป็นต้น

โดยใช้กิจกรรมแทรกระหว่างการจัดการเรียนการสอนปกติ เพื่อเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวกสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู ในแต่ละองค์ประกอบ จำนวน 8 สัปดาห์

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยติดต่อประสานงานและขอความร่วมมือจากคณบดีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการทำวิจัย
2. ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยโดยการบูรณาการกับรายวิชาการฝึกปฏิบัติการวิชาชีพครูระหว่างเรียน 2 โดยทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง และกลุ่มทดลอง จากนั้นทำการชี้แจงการเข้าร่วมกลุ่มและขั้นตอนในการศึกษาวิจัย
3. ผู้วิจัยทำการวัดจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาด้วยการใช้แบบสอบถามจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูก่อนดำเนินการทดลองกับนักศึกษาในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
4. นักศึกษาในกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมโปรแกรมเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวกส่วนนักศึกษากลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วม
5. ภายหลังการสิ้นสุดการทดลอง ผู้วิจัยทำการวัดระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาอีกครั้งด้วยการใช้แบบสอบถามจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูกับนักศึกษาในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ย (Mean: $\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.) ของคะแนนจากแบบสอบถามจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครู ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง
2. ทำการทดสอบความแตกต่างของจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครู ระหว่างก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติทดสอบ t-test



ผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่าระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี จำนวน 28 คน อยู่ในระดับสูงมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 18.67 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 18.60

ผลการวิจัยพบว่าหลังการเข้าร่วมโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยวิธีจิตวิทยาเชิงบวกสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครูกลุ่มตัวอย่างมีระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยวิธีจิตวิทยาเชิงบวกสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู

การอภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่าระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครู คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี อยู่ในระดับสูงมาก สอดคล้องกับผลการศึกษาของสัจพพรน ทรพพสุ (2560) โดยผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีจิตวิญญาณความเป็นครูในภาพรวมและในแต่ละด้านอยู่ในระดับมาก อีกทั้งงานวิจัยของดวงใจ ชนะสิทธิ์ (2558) ที่ได้ทำการศึกษาการพัฒนาระบบการสอนด้านจิตพิสัยเพื่อพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม สามารถสรุปว่านักศึกษาหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 3 มีจิตวิญญาณความเป็นครูอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของว่าที่ร้อยตรีภาวัต ตั้งเพชรเดโช (2556) ได้ทำการวิจัยจิตวิญญาณความเป็นครูกับความก้าวหน้าในอาชีพที่พยากรณ์ความทุ่มเทในการทำงานของครู โดยพบว่า ในหัวข้อดังกล่าวอยู่ในระดับสูง จะเห็นได้ว่าภาพรวมระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูนั้นอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด อาจสืบเนื่องจากกระบวนการในการหล่อหลอม การผลิตบัณฑิตของคณะครุศาสตร์ในแต่ละมหาวิทยาลัยให้ความสำคัญกับการพัฒนาให้นักศึกษาครูมีจิตวิญญาณความเป็นครูตามมาตรฐานวิชาชีพครูด้านความรู้และสมรรถนะในด้านความเป็นครูในการปลูกฝังจิตวิญญาณความเป็นครู (สำนักงานเลขาธิการคุรุสภา, 2558) ประกอบกับจิตวิญญาณความเป็นครูโดยรวมนั้นมีทิศทางที่สอดคล้องกันกับความทุ่มเทในการทำงานของครู และจิตวิญญาณความเป็นครู ในด้านการเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูกศิษย์ ด้านความรักความเมตตาต่อศิษย์ ด้านความซื่อสัตย์และความก้าวหน้าในอาชีพ ด้านความก้าวหน้าในการพัฒนาตนเอง ด้านความก้าวหน้าในเงินเดือน ล้วนสามารถเป็นตัวทำนายความทุ่มเทในการทำงานของครูได้ถึงร้อยละ 52.60 (ภาวัต ตั้งเพชรเดโช, 2556)

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่าหลังการเข้าร่วมโปรแกรมเพื่อเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยวิธีจิตวิทยาเชิงบวกสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาวิชาชีพครูคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากงานวิจัยของสัจพพรน ทรพพสุ (2560, หน้า 1 - 10) ได้ทำการวิจัยเรื่องกลยุทธ์การพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูเพื่อส่งเสริมความเป็นครูวิชาชีพของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา พบว่าแนวทางการพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูควรเน้นการปลูกฝังจิตสำนึกความเป็นครูเป็นลำดับต้น เน้นการสร้างความรู้ผ่านการปฏิบัติที่สอดคล้องกับทักษะศตวรรษที่ 21 และความเป็นครูวิชาชีพที่มีการรู้ทันถึงการเปลี่ยนแปลงในองค์ความรู้ การติดตามความก้าวหน้าในวิชาชีพครูซึ่งมียุทธศาสตร์ในการพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูเพื่อส่งเสริมความเป็นครู



วิชาชีพประกอบด้วย 4 ยุทธศาสตร์หลัก และ 12 ยุทธศาสตร์รอง ส่วนดวงใจ ชนะสิทธิ์ (2558, หน้า 93 - 100) ทำการวิจัยเรื่องการพัฒนากระบวนการสอนด้านจิตพิสัยเพื่อพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม พบว่าระดับพฤติกรรมการเรียนการสอนด้านจิตพิสัยในการพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 3 ภาพรวมอยู่ในระดับมาก และคะแนนหลังจากการใช้กระบวนการสอนด้านจิตพิสัยเพื่อพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูสูงกว่าคะแนนก่อนเรียน ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะกระบวนการจัดการเรียนการสอนของคณะครุศาสตร์ มุ่งเน้นที่จะผลิตบัณฑิตวิชาชีพครู การจัดกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์สำหรับการเป็นครูและการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู คณะครุศาสตร์โรงเรียนเครือข่ายวิชาชีพครูและนักศึกษาครูได้ให้ความสำคัญและร่วมกันพัฒนานักศึกษาให้มีความรู้และสมรรถนะเป็นไปตามมาตรฐานวิชาชีพครูรวมทั้งตามบทบาทหน้าที่ภาระงานครู อีกทั้งสิ่งสำคัญคือครูต้นแบบที่นิสิตนักศึกษาสามารถนำไปเป็นตัวอย่างที่ดีได้ และจากผลการศึกษาโดยธรรมนันทิกา สว่างแจ้ง (2554, บทคัดย่อ) พบว่าขั้นตอนเพื่อนำไปสู่การเป็นครูผู้มีจิตวิญญาณความเป็นครู คือ ระยะที่เกิดการเปลี่ยนแปลงสภาวะทางจิตและพฤติกรรมจากการทำงานในอาชีพครู สอดคล้องกับงานวิจัยของ Palmer (2003, อ้างถึงใน ธรรมนันทิกา สว่างแจ้ง, 2554, หน้า 4) ที่พบว่าผลที่เกิดจากการที่ครูมีจิตวิญญาณความเป็นครูส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์อันดีระหว่างครูกับนักเรียน สร้างความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับเพื่อนร่วมงาน ภัฏญร เอี่ยมพญา และคณะ (2563, หน้า 9 - 11) กล่าวว่า เงื่อนไขที่สำคัญประการหนึ่ง คือ อาจารย์ผู้สอนในสถาบันผลิตครูที่เรียกว่าครูของครูจะต้องเป็นผู้ที่มีจิตวิญญาณแห่งความเป็นครูในระดับสูง เพราะจะเป็นแบบอย่างให้กับนักศึกษาครูด้วยการสร้างแบบอย่างที่สามารถแสดงถึงความเป็นผู้มีจิตวิญญาณครู เพื่อให้นักศึกษาครูได้ยึดเป็นแบบอย่าง ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านพฤติกรรมและเจตคติได้ ประสบการณ์ที่มีคุณค่าของครูที่มีจิตวิญญาณครูย่อมสร้างแรงบันดาลใจให้กับนักศึกษาครู เพื่อยึดเป็นแบบอย่างและพัฒนาตนเอง มีความมุ่งมั่นที่จะเป็นครูผู้มีจิตวิญญาณจะเห็นได้ว่าโปรแกรมการเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวกสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครูที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมาจากการศึกษาค้นคว้าองค์ประกอบของจิตวิญญาณความเป็นครูมาบูรณาการร่วมกับจิตวิทยาเชิงบวกจึงสามารถพัฒนาในประเด็นดังกล่าวได้เป็นอย่างดี

องค์ความรู้ใหม่

การวิจัยเรื่องโปรแกรมการเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยจิตวิทยาเชิงบวกสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีนั้น เป็นการบูรณาการขององค์ความรู้ในประเด็นการสร้างจิตวิญญาณสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู และองค์ความรู้ในประเด็นจิตวิทยาเชิงบวก ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาสร้างเป็นโปรแกรมในการพัฒนาจิตวิญญาณสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครูได้เป็นอย่างดี เนื่องจากจิตวิทยาเชิงบวกนั้นเป็นประเด็นที่ยังใหม่ และจำนวนคนทำวิจัยในเรื่องดังกล่าวยังมีไม่มากนัก องค์ความรู้ที่ได้จึงเป็นองค์ความรู้ที่จะนำไปพัฒนา ต่อยอดได้เป็นอย่างดี

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.1 อาจารย์ผู้สอนควรมีการสอดแทรกการสอนที่จะนำมาซึ่งการเกิดจิตวิญญาณความเป็นครูให้กับนักศึกษาผ่านการจัดการเรียนการสอน กิจกรรมต่าง ๆ ให้มากยิ่งขึ้น



1.2 ควรมีการส่งเสริมและสนับสนุนการเกิดจิตวิญญาณความเป็นครูให้กับนักศึกษา ส่งเสริมให้ผู้เรียนปฏิบัติตามแบบอย่างที่ดีในความเป็นครู มีการกำกับและติดตามอย่างต่อเนื่อง

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรทำการศึกษาเปรียบเทียบจิตวิญญาณความเป็นครู โดยจำแนกตามระดับชั้นปี สาขา และมหาวิทยาลัย เป็นต้น

2.2 จากผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมนี้สามารถเสริมสร้างจิตวิญญาณความเป็นครูด้วยวิธีจิตวิทยาเชิงบวกสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครูได้สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งอาจจะมีแนวคิด ทฤษฎีทางจิตวิทยาอื่น ๆ ที่ส่งผลต่อจิตวิญญาณความเป็นครู จึงควรมีการศึกษาเพิ่มเติมในประเด็นดังกล่าว เพื่อให้เกิดความหลากหลายและเป็นประโยชน์ต่อนักศึกษาวิชาชีพครูมากขึ้น

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยคำนึงถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นทั้งในระยะของการทดลองและในระยะเก็บรวบรวมข้อมูล จึงทำการพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย โดยโดยการแจ้งวัตถุประสงค์การวิจัย การสอบถามความสมัครใจและความพร้อมในการเข้าร่วมการวิจัยในทุกครั้ง และการชี้แจงสิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัยในการถอนตัวออกจากกระบวนการวิจัยได้ตลอดเวลา รวมทั้งการขอหนังสือรับรองจริยธรรมการทำการวิจัยในมนุษย์จากมหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี หมายเลขเอกสารรับรอง (COE NO.) 006/2564

เอกสารอ้างอิง

- กัญญกร เอี่ยมพญา และคณะ. (2563). การศึกษาเปรียบเทียบระดับจิตวิญญาณครูของครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาฉะเชิงเทรา เขต 1 กับจิตวิญญาณของครูดี. *วารสารวิจัยเพชรพระนคร สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 15(1), 1-14.
- คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี. (2565). *เกี่ยวกับคณะครุศาสตร์*. สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2565, จาก <https://edu.dru.ac.th/about-us.php>
- ดวงใจ ชนะสิทธิ์. (2558). การพัฒนากระบวนการสอนด้านจิตพิสัยเพื่อพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูของนักศึกษาหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม. *วารสารศิลปการศึกษาศาสตร์วิจัย*, 7(2), 93-107.
- ธรรมนันท์กา แจ้งสว่าง. (2554). *ประสบการณ์ของการเป็นครูผู้มีจิตวิญญาณความเป็นครู: การศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา* (ดุชนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ภาวัต ตั้งเพชรเดโช. (2556). *จิตวิญญาณความเป็นครูกับความก้าวหน้าในอาชีพที่พยากรณ์ความทุ่มเทในการทำงานของครู* (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ.
- มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี. (2565). *เอกลักษณ์ของมหาวิทยาลัย*. สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2565, จาก https://www.dru.ac.th/identity_student



- รุ่งนภา จิตโรจนรักษ์. (2558). ผลการสำรวจความเห็นครูสอนดี. สืบค้นเมื่อ 12 ธันวาคม 2561, จาก <http://korat.nfe.go.th/koratnews/?name=news1&file=readnews&id=591>
- ศิริชัย กาญจนวาสี. (2540). การวิจัยกึ่งทดลองทางพฤติกรรมศาสตร์: การออกแบบและการวิเคราะห์ข้อมูล. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สจีพรรณ ทรรพวสุ. (2560). กลยุทธ์การพัฒนาจิตวิญญาณความเป็นครูเพื่อส่งเสริมความเป็นครูวิชาชีพของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา. วารสารราชพฤกษ์, 15(1), 1-10.
- สำนักงานเลขาธิการคุรุสภา. (2554). การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาวิชาชีพและผู้ประกอบวิชาชีพทางการศึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมสวัสดิการและสวัสดิภาพครูและบุคลากรทางการศึกษา.
- สำนักงานเลขาธิการคุรุสภา. (2558). มาตรฐานวิชาชีพและจรรยาบรรณของวิชาชีพ. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมสวัสดิการและสวัสดิภาพครูและบุคลากรทางการศึกษา.
- สำนักงานเลขาธิการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์แห่งชาติ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2562). ยุทธศาสตร์ชาติ พ.ศ. 2561 – 2580. กรุงเทพฯ: สำนักงานเลขาธิการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์แห่งชาติ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- สุดาร์ตน์ ตันติวิวัฒน์. (2560). จิตวิทยาเชิงบวก: การพัฒนา การประยุกต์ และความท้าทาย. วารสารพฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 9(1), 278-290.
- Seligman, E.P. Martin. (2018). *The hope circuit: A Psychologist's Journey from Helplessness to Optimism*. New York: Public Affairs.
-

การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดการยืดหยุ่นทางความคิด
สำหรับนิสิตระดับปริญญาตรีฉบับภาษาไทย
Development and Validation of The Thai version of Cognitive Flexibility Scale for
Undergraduate Students

ศรัณยา รพีอากาศ¹, ดลดาว วงศ์ธีระธรณ์² และ สมพงษ์ ปันหูน³
Saranya Raphee-a-phakul¹, Doldao Wongtheerathorn² and Sompong Panhoon³

^{1,2,3}มหาวิทยาลัยบูรพา

^{1,2,3}Burapha University, Thailand

Email: ¹saranpikk@gmail.com; ²doldao@go.buu.ac.th; ³sompong11@gmail.com

Retrieved November 20, 2022; Revised December 26, 2022; Accepted December 27, 2022

บทคัดย่อ

การยืดหยุ่นทางความคิด เป็นความสามารถทางความคิดที่ช่วยให้บุคคลสร้างแนวทางที่มีความหลากหลายเมื่อต้องพบกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป และมีความพร้อมที่จะรับมือกับสิ่งใหม่ๆ ที่เกิดขึ้นได้อีก บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนามาตรวัดและตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรีฉบับภาษาไทย โดยบูรณาการมาจากมาตรวัด Cognitive Flexibility Scale ของ Martin และ Rubin (1995) กับมาตรวัด Cognitive Flexibility Inventory ของ Dennis และ Vander Wal (2010) ให้มีความสอดคล้องกับบริบทในสังคมไทยโดยเก็บข้อมูลในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี จำนวน 1,509 คนจากการสุ่มแบบซับซ้อน (Complex sampling) พบว่าผลการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาเท่ากับ .91 ผลการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง ได้แก่ 1) การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (EFA) ทำให้ได้มาตรวัดจำนวน 24 ข้อคำถาม มี 3 องค์ประกอบ คือ ทางเลือก การควบคุม และความสามารถในการสื่อสาร 2) การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (CFA) พบว่าโมเดลการวัดการยืดหยุ่นทางความคิดสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ($\chi^2 = 133.63$, $df = 160$, $\chi^2/df = 0.84$, $p = 0.94$, RMSEA = 0.00, RMR = 0.029) และผลการตรวจสอบความเที่ยงขององค์ประกอบย่อยและทั้งฉบับ มีค่าเท่ากับ .85 , .83 , .82 และ .89 ตามลำดับ มาตรวัดการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรีฉบับภาษาไทย จำนวน 24 ข้อ มีความตรงและความเที่ยงอยู่ในเกณฑ์ดีมีความน่าเชื่อถือในการนำไปใช้กับนิสิตระดับปริญญาตรีของไทยได้

คำสำคัญ: การพัฒนาและการตรวจสอบคุณภาพ; มาตรวัด; การยืดหยุ่นทางความคิด



Abstract

Cognitive flexibility is a cognitive ability that a person can take a variety of approaches to respond to any situation and be ready to face new events. This research aimed to develop and examine the psychometric properties of the cognitive flexibility scale for undergraduate students (Thai version). The scale integrated Martin and Rubin's Cognitive Flexibility Scale (1995) and Dennis and Vander Wal's Cognitive Flexibility Inventory (2010) was translated into Thai to be consistent with Thai society. A sample of 1,509 undergraduate students were collected by using a complex sampling method. The result found that 1) the content validity was .91, and the Exploratory Factor Analysis (EFA) revealed that there were 24 items with 3 components: Alternatives, Control, and Communication Competence, and 2) The Confirmatory Factor Analysis (CFA) indicated that the model of cognitive flexibility scale of undergraduate students was fit with the empirical data. ($\chi^2 = 133.63$, $df = 160$, $\chi^2/df = 0.84$, $p = 0.94$, $RMSEA = 0.00$, $RMR = 0.029$). The Reliability of each component and all were equal to .85, .83, .82, and .89, respectively. The analysis indicated that the Cognitive Flexibility Scale for Undergraduate Students was acceptable validity, good reliability, and reliable to apply to Thai undergraduate students.

Keywords: Development and validation; Scale; Cognitive flexibility

บทนำ

สถานการณ์โลกในปัจจุบันมีความพลิกผันอย่างฉับพลันมากมายหลายด้าน อาทิเช่น สังคม วัฒนธรรม สภาพเศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม สัมพันธภาพระหว่างประเทศ การพัฒนาทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี รวมถึงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค COVID-19 และยุคของความปกติใหม่ (New normal) ล้วนแล้วส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์เป็นอย่างมากที่จะต้องมีการปรับเปลี่ยนตนเองให้เข้ากับสถานการณ์ที่ผันแปรไปได้ โดยช่วงวัยที่ได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวเป็นอย่างมาก คือ วัยรุ่น ซึ่งเป็นช่วงวัยที่กำลังเปลี่ยนผ่านไปสู่ วัยผู้ใหญ่ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม โดยเฉพาะนิสิตระดับปริญญาตรีเป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญในชีวิต ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยนที่อยู่อาศัยเพื่อมาเรียน มาพบกับสังคมและสัมพันธภาพของเพื่อนใหม่ การใช้ชีวิตที่มีความอิสระในรั้วมหาวิทยาลัย มีการพึ่งพาตนเองมากขึ้นและในขณะเดียวกันก็มีสิ่งที่จะต้องรับผิดชอบในตนเองมากขึ้นตามมาด้วยเช่นกัน รวมถึงหน้าที่หลักอันสำคัญ คือ การเรียน โดยเฉพาะในยุคของ New normal ที่วิถีชีวิตถูกปรับเปลี่ยนไปจากเดิม มีการเว้นระยะห่างทางสังคม การตรวจวัดอุณหภูมิ การสวมหน้ากากอนามัย ลดการพบปะทางกายภาพ การใช้สื่อออนไลน์เพื่อการติดต่อสื่อสารและในการเรียน สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นวิถีชีวิตใหม่ที่เกิดขึ้น ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของนิสิต นักศึกษา (UNESCO, 2020) ทำให้เกิดเป็นความท้าทายกับนิสิตระดับปริญญาตรีว่าจะสามารถปรับตัวกับวิถีชีวิตใหม่ได้อย่างไร Beck (1967) กล่าวว่าสิ่งที่เป็ศูนย์กลางสำคัญในการที่บุคคลจะยอมรับและปรับเปลี่ยนการมองโลกได้นั้น คือ ความคิด ซึ่งเป็นตัวนำพาไปสู่ความรู้สึกและการกระทำ ดังนั้นนิสิตที่ไม่สามารถรับมือกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปได้นั้นมีที่มาจากความคิดที่เรียกว่า “การยึดติดทาง



ความคิด” (Cognitive rigidity) และในทางตรงกันข้ามหากนิสิตที่สามารถรับมือกับความท้าทายและการเปลี่ยนไปของสถานการณ์ด้วยความสามารถทางความคิดที่สร้างทางเลือกต่าง ๆ และปรับตัวได้อย่างเหมาะสมเพื่อให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่กำลังเผชิญอยู่ได้นั้นเรียกว่า “การยืดหยุ่นทางความคิด” (Cognitive flexibility) (Martin & Rubin, 1995; Dennis & Vander Wal, 2010; Ionescu, 2012; Gabrys et al., 2018; Demirtaş, 2020a)

การยืดหยุ่นทางความคิดเป็นความสามารถทางคิดที่ถูกกล่าวถึงเป็นอย่างมาก ซึ่งการยืดหยุ่นทางความคิดจัดเป็น 1 ใน 9 องค์ประกอบของทักษะการคิดเชิงบริหาร (Executive functions) และเป็น 1 ใน 10 ทักษะการทำงานที่จำเป็นจาก World Economic Forum ในปี 2020 (Top 10 skills of 2020) โดยมีแนวคิดที่สำคัญเช่นเดียวกันกล่าวคือ การยืดหยุ่นทางความคิด (Cognitive flexibility) เป็นการที่บุคคลตระหนักรู้ว่าในสถานการณ์ที่เผชิญอยู่นั้นมีทางเลือกอะไรบ้างที่เป็นไปได้ ซึ่งในสถานการณ์ต่าง ๆ นั้นบุคคลจะมีทางเลือกในรูปแบบของตนเองว่าควรทำอะไร จะค้นหาทางเลือกก่อนที่จะตัดสินใจว่าจะใช้วิธีการใด จึงเกิดการตระหนักก่อนการเลือกใช้แนวทางที่มีประสิทธิภาพให้เข้ากับสถานการณ์นั้น ผู้ที่มีการยืดหยุ่นทางความคิดสังเกตได้จากการมีพฤติกรรมแสดงออกอย่างเหมาะสมต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป มีความพร้อมที่จะปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์อยู่เสมอ (Martin & Rubin, 1995; Dennis & Vander Wal, 2010) โดยการยืดหยุ่นทางความคิดช่วยส่งเสริมให้นิสิตมีทักษะในการแก้ปัญหา การมีประสบการณ์ที่หลากหลายในชีวิต ความคิดสร้างสรรค์ ความสุข ความพึงพอใจในชีวิต การปรับตัวในมหาวิทยาลัย การมองโลกในแง่ดี การบรรลุผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สุขภาพจิต และการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Ritter et al., 2012; Moore, 2013; Çuhadaroglu, 2013; Asıcı & İkiz, 2015; Çikrikci, 2018; Demirtaş, 2020a; Toraman, Özdemir, Kosan & Orakci, 2020; Dimitras, 2020b) อีกทั้งช่วยลดระดับความวิตกกังวล ความทุกข์ทรมานทางจิตใจ การหลีกเลี่ยงเผชิญหน้ากับปัญหา ผลกระทบจากประสบการณ์ทางลบในชีวิต ความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล และความสมบูรณ์แบบ (Timorava & Salaests, 2011; Palm & Follette, 2011; Johnson, 2016; Kurt, & Gündüz, 2020; Çutuk, 2020) นิสิตที่ขาดการยืดหยุ่นทางความคิดจะได้รับผลกระทบในด้านการเรียน การติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคล ความกล้าแสดงออก การร่วมมือในการทำงาน ภาวะความเป็นผู้นำ การแก้ไขปัญหา การมีความคิดสร้างสรรค์ และทักษะการแก้ปัญหาระหว่างบุคคล (Kercood et al., 2017; Hanife, 2018) จากความสัมพันธ์ดังกล่าวในงานวิจัยแสดงให้เห็นว่าการยืดหยุ่นทางความคิดมีความสำคัญต่อการเรียนสัมพันธภาพ การดำเนินชีวิตในสังคม และสภาวะทางจิตใจของนิสิตระดับปริญญาตรีเป็นอย่างมากในการเปลี่ยนผ่านจากวัยรุ่นสู่ผู้ใหญ่ให้มีความสุขในทุกมิติของการดำเนินชีวิต

ในการศึกษาเพื่อประเมินการยืดหยุ่นทางความคิดในนิสิตระดับปริญญาตรี มีเครื่องมือที่ใช้ประเมินโดยถูกสร้างและพัฒนามาจากแนวคิดที่ได้รับการยอมรับและใช้ในการศึกษาอย่างแพร่หลายมีอยู่ 2 แนวคิด คือ 1) มาตรวัด Cognitive Flexibility Scales (CFS) พัฒนาโดย มาร์ตินและรูบิน (Martin & Rubin, 1995) มี 1 องค์ประกอบ คือ การมีความสามารถในการสื่อสาร (Communication competence) 2) มาตรวัด Cognitive Flexibility Inventory (CFI) พัฒนาโดย เดนนิสและวันเดอร์ วาล (Dennis & Vander Wal, 2010) มี 2 องค์ประกอบ คือ การควบคุม (Control) และทางเลือก (Alternatives) โดยทั้ง 2 มาตรวัดนี้ถูกนำมาใช้ในงานวิจัยทางจิตวิทยา มีการพัฒนาและแปลเป็นหลายภาษาทั่วโลก เช่น ภาษาตุรกี (Gülüm & Dağ, 2012) ภาษาญี่ปุ่น (Oshiro et al., 2016) ภาษาอิหร่าน (Shareh et al., 2014) ภาษาจีน (Wang et al., 2016) ภาษารัสเซีย (Kurginyan & Osavolyuk, 2018) ภาษาโคลัมเบีย (Navarro et al., 2022) เป็นต้น ซึ่งจากหลักฐานงานวิจัยทำให้ผู้วิจัยตั้ง



ข้อสังเกตว่าทั้ง 2 มาตรฐานวัดมีองค์ประกอบที่ต่างกัน แต่สามารถใช้ประเมินการยืดหยุ่นทางความคิดได้เช่นเดียวกัน โดยผู้วิจัยยังไม่พบว่ามีการพัฒนามาตรวัดด้วยการบูรณาการจากทั้ง 2 แนวคิดเข้าด้วยกัน รวมถึงการพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดที่สอดคล้องกับบริบทสังคมของไทยก็ยังไม่ปรากฏงานด้วยเช่นกัน จึงเป็นช่องทางที่น่าสนใจจะทำการศึกษาเพื่อให้ได้เครื่องมือสำหรับการประเมินที่มีความครอบคลุมทุกองค์ประกอบและเหมาะสมกับนิสิตระดับปริญญาตรีในไทย

การพัฒนาและการตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดเป็นอีกกระบวนการที่มีความสำคัญอย่างมาก เนื่องจากมาตรวัดคือเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อให้งานวิจัยมีความน่าเชื่อถือและเป็นที่ยอมรับของผู้ศึกษา หากเครื่องมือวิจัยมีการพัฒนาอย่างเป็นระบบและมีการตรวจสอบคุณภาพด้วยความตรง (Validity) และความเที่ยง (Reliability) จะทำให้ได้เครื่องมือที่มีคุณภาพ สามารถวัดได้จริงตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการ (โสเพ็ญ ชูฉนวน, 2559) ดังนั้นการพัฒนามาตรวัดอย่างเดียวยังไม่เพียงพอ จึงควรมีการตรวจสอบคุณภาพของมาตรวัดร่วมด้วย เพื่อให้ได้เครื่องมือที่มีคุณภาพและน่าเชื่อถือ อีกทั้งการยืดหยุ่นทางความคิดเป็นความสามารถทางความคิดที่สำคัญที่ช่วยให้นิสิตสามารถรับมือกับสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างสร้างสรรค์ รวมถึงช่วยเป็นภูมิคุ้มกันทางจิตใจที่ดีให้นิสิตได้ดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขตลอดช่วงเวลาของวัยแห่งการเปลี่ยนผ่านและช่วงเวลาของยุคปกติใหม่ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงศึกษาพัฒนามาตรวัดการยืดหยุ่นทางความคิดจากการบูรณาการแนวคิดของ Martin และ Rubin กับ Dennis และ Vander Wal พร้อมกับตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดด้วยความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) และความเที่ยง (Reliability) เพื่อให้ได้มาตรวัดการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ฉบับภาษาไทย ที่มีมาตรฐานตามเกณฑ์การยอมรับและสอดคล้องกับบริบททางวัฒนธรรมของสังคมไทย เพื่อการนำไปใช้ในการศึกษาและงานวิจัย การวางแผน การจัดโครงการ การจัดฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ การสร้างคู่มือ และการสร้างโปรแกรมการปรึกษาเพื่อพัฒนาการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรีให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อพัฒนามาตรวัดและตรวจสอบคุณภาพของมาตรวัดการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรีฉบับภาษาไทย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองด้านจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการพิจารณาการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา สำหรับโครงการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษาและระดับปริญญาตรี ชุดที่ 4 กลุ่มคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ (G-HU 088/2565) โดยมีรายละเอียดการดำเนินการวิจัยดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ นิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2564 ที่ศึกษาอยู่ในสถาบันอุดมศึกษาในกำกับของรัฐและสถาบันอุดมศึกษาของรัฐในพื้นที่ภาคตะวันออก จำนวน 13 แห่ง

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ นิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2564 ที่ศึกษาอยู่ในสถาบันอุดมศึกษาในกำกับของรัฐและสถาบันอุดมศึกษาของรัฐเขตพื้นที่ภาคตะวันออก จำนวน 5 แห่ง ซึ่งจำนวนกลุ่ม



ตัวอย่างตามแนวคิดของคอมเลย์และลี (Comrey & Lee, 1992) ที่แนะนำให้ใช้เพื่อการวิเคราะห์องค์ประกอบและเป็นจำนวนที่เหมาะสมในระดับดีมาก คือ จำนวน 500 ราย ประกอบกับคำนวณขนาดจำนวนกลุ่มตัวอย่างคิดขดเซยข้อมูลที่อาจขาดหายไป 20 เปอร์เซนต์ (Chow et al., 2003) ได้เป็นจำนวน 625 คน โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบซับซ้อน (Complex sampling) ดังนี้ ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยสุ่มมหาวิทยาลัยโดยการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ได้ 5 มหาวิทยาลัย และคำนวณจำนวนกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนประชากร ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยสุ่มด้วยวิธีการสุ่มแบบแบ่งกลุ่ม (Cluster sampling) ตาม 3 กลุ่มสาขาวิชา (กลุ่มสาขาวิชามนุษยศาสตร์-สังคมศาสตร์, กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ) ทั้ง 5 มหาวิทยาลัยและคำนวณจำนวนกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนประชากร ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยสุ่มคณะทั้ง 3 กลุ่มสาขาวิชาโดยการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) และคำนวณจำนวนกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนประชากรได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างเป็น 365, 198 และ 62 คน ตามลำดับทั้งในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (EFA) และองค์ประกอบเชิงยืนยัน (CFA) รวมเป็นจำนวน 1,250 คน

เครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ คือ มาตรการการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ฉบับภาษาไทย จำนวนข้อคำถาม 30 ข้อ โดยผู้วิจัยพัฒนามาจากการบูรณาการมาตรวัด 2 แนวคิด ได้แก่ 1) มาตรวัด Cognitive Flexibility Scale ของ Martin และ Rubin ที่มี 12 ข้อคำถาม ประกอบด้วย 1 องค์ประกอบ คือ ความสามารถในการสื่อสาร โดยให้ผู้ตอบประเมินตนเอง มีลักษณะการตอบเป็น Likert scale 6 ระดับ (1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งและ 6 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง) มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .77 (Martin & Rubin, 1995) 2) มาตรวัด Cognitive Flexibility Inventory ของ Dennis และ Vander Wal ที่มี 20 ข้อคำถาม และ 2 องค์ประกอบ คือ ทางเลือกและการควบคุม การตอบเป็นแบบผู้ตอบประเมินตนเองลักษณะการตอบเป็น Likert scale 7 ระดับ (1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง และ 7 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง) มีค่าความเที่ยงแบบทั้งฉบับและแยกตามองค์ประกอบ เท่ากับ .91, .91 และ .84 ตามลำดับ (Dennis & Vander Wal, 2010) โดยมีขั้นตอนการพัฒนามาตรวัดดังนี้ ผู้วิจัยทำการแปลเป็นภาษาไทยแบบข้ามวัฒนธรรมด้วยเทคนิคการแปลย้อนกลับ (Back translation) ตามรูปแบบของบรินลิน (Brislin, 1986) มีการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 9 คน ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยา 5 คน ผู้เชี่ยวชาญด้านภาษาต่างประเทศ 2 คน และผู้เชี่ยวชาญด้านการประเมินและวัดผล 2 คน พบว่ามีค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา (s-CVI) เท่ากับ .91 มีข้อคำถามที่ต้องปรับปรุงจำนวน 8 ข้อ จากข้อคำถามทั้งหมด 32 ข้อ ผู้วิจัยทำการปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญและอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อให้ได้ข้อคำถามที่มีความชัดเจนตรงกับแนวคิด จากนั้นผู้วิจัยทำการตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) แบบสอดคล้องภายในโดยนำมาตรวัดที่ได้รับการปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนิสิตระดับปริญญาตรีที่มีความคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 35 คน พบว่ามีข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนกน้อยกว่า .20 จำนวน 2 ข้อ จึงได้ข้อคำถามในขั้นตอนนี้จำนวน 30 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ทั้งฉบับมีค่าเท่ากับ .91

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างโดยมีการให้ข้อมูล รายละเอียด วัตถุประสงค์ สิทธิผู้เข้าร่วมวิจัย ใช้เวลาในการตอบมาตรวัดประมาณ 15-20 นาที และเนื่องด้วยสถานการณ์แพร่ระบาดของโรค COVID-19 ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบออนไลน์ด้วย Google form การตอบมาตรวัดของกลุ่มตัวอย่างเป็นไปในแบบไม่



ระบุตัวตนของผู้ตอบ มีขยายกรอบการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างเป็น 1,600 คน เพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูล และได้รับการตอบกลับมาเป็นจำนวน 1,509 คน คิดเป็นร้อยละ 94.31 หลังจากตอบมาครบแล้ว ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ของคำตอบในมาตรวัดเพื่อทำการนำข้อมูลที่ได้นำไปวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นตอนต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ด้วยการหาค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาทั้งฉบับ (S-CVI)

2. ตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) ด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS

3. ตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) ด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (Exploratory Factor Analysis: EFA) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS และการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis: CFA) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป LISREL ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นของข้อมูลพบว่า ข้อมูลมีการแจกแจงเข้าใกล้โค้งปกติ (Normal distribution) เมื่อพิจารณาจาก ค่า Bartlett's test of sphericity มีค่า Chi-square เท่ากับ 7637.81 มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = .000$) และค่า Kaiser-Meyer-Olkin measure of sampling adequacy (KMO) เท่ากับ .93 โดยที่ค่า KMO มีค่า .90 ขึ้นไป แสดงว่าข้อมูลชุดนี้มีความเหมาะสมระดับมากที่สุดสามารถนำไปใช้ในการวิเคราะห์องค์ประกอบได้

ผลการวิจัย

1. ผลการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ของมาตรวัดการยึดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี จำนวนข้อคำถาม 32 ข้อ โดยคำนวณค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาทั้งฉบับ (S-CVI) จากความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญจำนวน 9 คน ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยา 5 คน ผู้เชี่ยวชาญด้านภาษาต่างประเทศ 2 คน และผู้เชี่ยวชาญด้านการประเมินและวัดผล 2 คน มีค่าเท่ากับ .91 ผลคือผ่านเกณฑ์

2. ผลการตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) ด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) มาตรวัดเริ่มต้นที่มีข้อคำถามจำนวน 32 ข้อ เมื่อนำไปทดลองใช้ (Try out) พบว่ามีข้อคำถามที่ผ่านเกณฑ์การยอมรับจำนวน 30 ข้อ และเมื่อนำไปวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (EFA) มีข้อคำถามที่ผ่านการคัดเลือกจำนวน 24 ข้อ โดยเก็บข้อมูลจากจากนิสิตระดับปริญญาตรีที่มีความคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างแต่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง ($n=35$ และ 76 ตามลำดับ) มีค่าความเที่ยงของมาตรวัดทั้งฉบับและองค์ประกอบย่อย ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 สรุปค่าความเที่ยง (Reliability) ของมาตรวัดการยึดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี

องค์ประกอบ	จำนวน ข้อ คำถาม	ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's Alpha Coefficient)	ค่า CITC (Corrected Item Total Correlation)
มาตรวัดฉบับ 30 ข้อ ($n=35$)			
1.ทางเลือก (Alternatives)	13	.85	.29-.79
2.การควบคุม (Control)	7	.81	.36-.73



องค์ประกอบ	จำนวน ข้อ คำถาม	ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's Alpha Coefficient)	ค่า CITC (Corrected Item Total Correlation)
3.ความสามารถในการสื่อสาร (Communication competence)	10	.79	.19-.76
ทั้งฉบับ	30	.91	-
มาตรวัดฉบับ 24 ข้อ (n=76)			
1.ทางเลือก (Alternatives)	11	.85	.41-.68
2.การควบคุม (Control)	6	.83	.55-.69
3.ความสามารถในการสื่อสาร (Communication competence)	7	.82	.48-.69
ทั้งฉบับ	24	.89	-

จากตารางที่ 1 สามารถสรุปได้ว่ามาตรวัดการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี จำนวน 30 ข้อ มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับ .91 ในรายด้านของทั้ง 3 องค์ประกอบ คือ ทางเลือก การควบคุม และความสามารถในการสื่อสารมีค่าเท่ากับ .85, .81, .79 ตามลำดับ และเมื่อนำมาตรวัดดังกล่าวไปวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจได้ข้อคำถามจำนวน 24 ข้อ มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .89 ส่วนรายด้านทั้ง 3 องค์ประกอบ มีค่าเท่ากับ .85, .83 และ .82

3. ผลการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) มีดังนี้

3.1 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (EFA) เพื่อทำการจัดกลุ่มข้อคำถามของมาตรวัดและคัดเลือกข้อคำถาม เพื่อนำไปใช้ในการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างและคุณสมบัติด้านความเที่ยง ผู้วิจัยทำการกำหนดการสกัดองค์ประกอบด้วยวิธี Principal component analysis และใช้วิธีหมุนแกนแบบมุมแหลมด้วยวิธี Oblimin ได้ผลดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของมาตรวัดการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ฉบับภาษาไทย

ข้อคำถาม	องค์ประกอบ		
	1	2	3
13. เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ยากลำบากฉันจะพิจารณาหลายๆทางเลือกก่อนตัดสินใจว่าควรทำอะไร	.810		
12. การมองสถานการณ์ที่ยากลำบากจากหลากหลายมุมมองเป็นสิ่งที่สำคัญ	.798		
14. ฉันมักจะมองสถานการณ์จากมุมมองที่แตกต่างกัน	.708		
3. ฉันพิจารณาหลายๆทางเลือกก่อนที่จะตัดสินใจ	.693		
8. ฉันพยายามนึกถึงสิ่งต่าง ๆ จากมุมมองของผู้อื่น	.685		
5. ฉันชอบมองสถานการณ์ที่ยากลำบากจากหลายๆแง่มุมที่แตกต่างกันไป	.618		



ข้อคำถาม	องค์ประกอบ		
	1	2	3
20. ฉันพิจารณาทางเลือกหลายๆทางก่อนที่จะจัดการกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก	.614		
6. ฉันค้นหาข้อมูลเพิ่มเติมเท่าที่จะหาได้ ณ ตอนนั้น ก่อนที่จะระบุว่าพฤติกรรมที่เกิดขึ้นนั้นมาจากสาเหตุใด	.594		
16. ฉันพิจารณาถึงข้อเท็จจริงและข้อมูลที่มีอยู่ทั้งหมดก่อนที่จะระบุสาเหตุของพฤติกรรม	.582		
10. ฉันเป็นคนเอาใจเขามาใส่ใจเรา	.512		
29. ฉันเต็มใจที่จะรับฟังและพิจารณาทางเลือกเพื่อจัดการกับปัญหา	.491		
7.เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก ฉันรู้สึกเครียดจนไม่สามารถคิดหาวิธีการแก้ไขสถานการณ์นั้นได้		.826	
11. เมื่อฉันเผชิญกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก ฉันไม่รู้เลยว่าควรทำอะไร		.817	
4.เมื่อฉันเผชิญกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก ฉันรู้สึกเหมือนกับว่าฉันกำลังเสียการควบคุม		.772	
17.ฉันรู้สึกว่าคุณไม่มีกำลังพอที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ในสถานการณ์ที่ยากลำบากได้		.766	
9.ฉันพบว่ามันยุ่งยากในการมีวิธีการที่แตกต่างหลากหลายในการจัดการกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก		.695	
2.ฉันตัดสินใจได้ยากเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ยากลำบาก		.683	
26.ฉันสามารถปฏิบัติได้อย่างเหมาะสมไม่ว่าอยู่ในสถานการณ์ใดก็ตาม			.810
21.ฉันสามารถสื่อสารแนวคิดได้ในหลากหลายช่องทาง			.724
23.ฉันสามารถค้นหาวิธีการจัดการกับปัญหาที่ดูเหมือนว่ายากแก่การแก้ไขได้			.654
30.ฉันมีความมั่นใจที่จะลองหาพฤติกรรมที่แตกต่างไปจากเดิม			.653
27.การกระทำ ของฉันเกิดจากการตัดสินใจอย่างมีสติ			.623
25.ฉันตั้งใจที่จะหาหนทางต่าง ๆ ที่สร้างสรรค์ในการแก้ปัญหา			.565
28.ความเป็นไปได้ในหลากหลายแนวทางของพฤติกรรมที่ฉันสามารถทำได้ในสถานการณ์หนึ่งๆ			.557
Eigenvalues	6.87	3.71	5.83
% of Variance	32.58	14.04	5.81
Cumulative Variance %	32.58	46.62	52.43

จากตารางที่ 2 สามารถสรุปได้ว่า องค์ประกอบที่ 1 ประกอบด้วย 11 ข้อคำถาม มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .81-.49 องค์ประกอบที่ 2 ประกอบด้วย 6 ข้อคำถาม มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .83-.68 และ องค์ประกอบที่ 3 ประกอบด้วย 7 ข้อคำถาม มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง .81-.56 แต่ละองค์ประกอบมีค่าไอแกน (Eigen values) 6.87 3.71 และ 5.83 ตามลำดับ โดยที่ทั้ง 3 องค์ประกอบสามารถอธิบายความแปรปรวนของการยืดหยุ่นทางความคิดได้ร้อยละ 32.58 14.04 และ 5.81 ตามลำดับ และเมื่อรวมกัน



3 องค์ประกอบ สามารถอธิบายความแปรวนได้ร้อยละ 52.43 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจทำให้ได้ข้อคำถามจำนวน 24 ข้อ

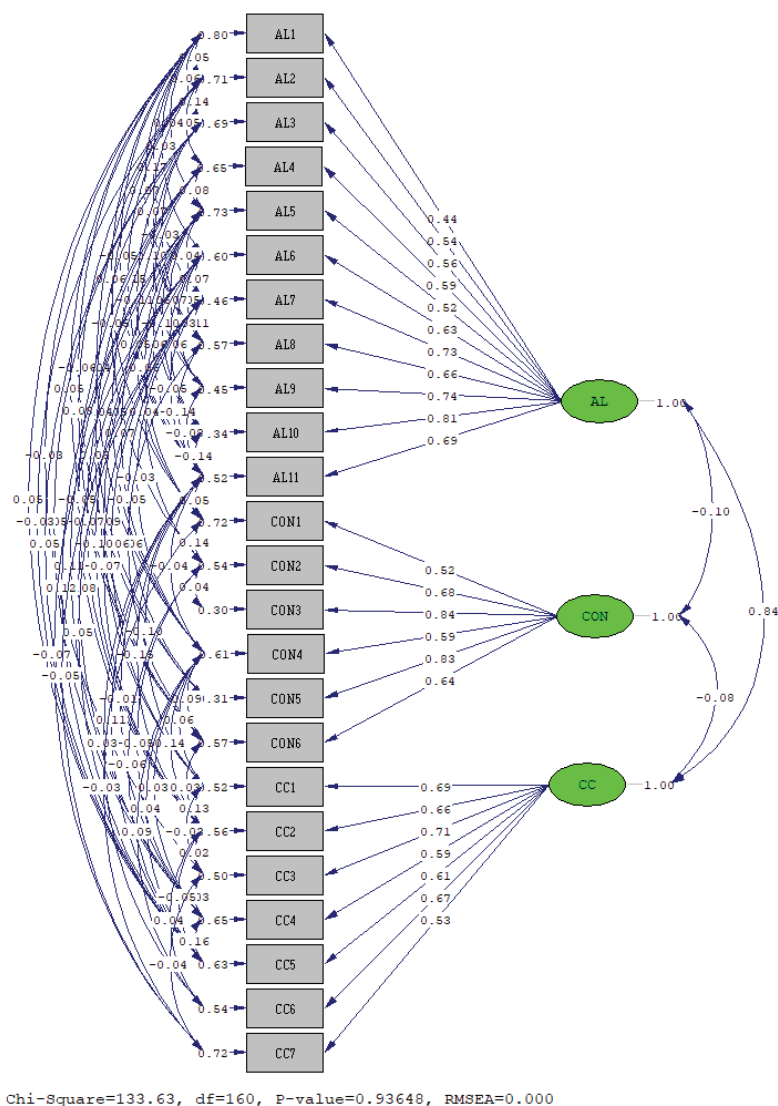
3.2 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (CFA) พบว่าค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (Factor loading) แสดงในตารางที่ 3 และ ภาพที่ 1

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดการยึดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี

องค์ประกอบ	b	SE	t	R ²
องค์ประกอบ : ทางเลือก (AL)				
Q1	0.44	0.04	11.91	0.19
Q2	0.54	0.04	15.24	0.29
Q3	0.56	0.04	15.81	0.31
Q4	0.59	0.03	17.17	0.35
Q5	0.52	0.04	13.90	0.27
Q6	0.63	0.04	17.56	0.40
Q7	0.73	0.03	22.40	0.54
Q8	0.66	0.03	19.29	0.43
Q9	0.74	0.03	22.59	0.55
Q10	0.81	0.03	25.50	0.66
Q11	0.69	0.04	18.39	0.48
องค์ประกอบ : การควบคุม (CON)				
Q12	0.52	0.04	14.60	0.28
Q13	0.68	0.04	19.24	0.46
Q14	0.84	0.03	26.13	0.70
Q15	0.59	0.03	17.60	0.37
Q16	0.83	0.0.	26.23	0.69
Q17	0.64	0.03	18.76	0.41
องค์ประกอบ : ความสามารถในการสื่อสาร (CC)				
Q18	0.69	0.03	19.73	0.48
Q19	0.66	0.04	17.97	0.44
Q20	0.71	0.04	19.94	0.50
Q21	0.59	0.04	16.51	0.35
Q22	0.61	0.04	17.22	0.37
Q23	0.67	0.03	19.79	0.46
Q24	0.53	0.04	14.60	0.28

$\chi^2 = 133.63$, $df = 160$, $p = 0.93648$, $\chi^2/df = 0.84$, $GFI = 0.99$, $CFI = 1.00$, $RMSEA = 0.000$, $RMR = 0.018$

* $p < .05$



ภาพที่ 1 โมเดลองค์ประกอบเชิงยืนยันของมาตรวัดการยึดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี

ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องของโมเดลองค์ประกอบเชิงยืนยันของการยึดหยุ่นทางความคิด พบว่ามีค่า Chi-Square เท่ากับ 133.33 ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (RMR) เท่ากับ 0.029 ค่าดัชนีรากที่สองของความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่า (RMSEA) เท่ากับ 0.000 และค่าดัชนีบ่งชี้ความเหมาะสมพอดีค่าอื่นๆทุกค่าผ่านเกณฑ์ สามารถแปลผลได้ว่าโมเดลการยึดหยุ่นทางความคิดมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ มี 3 องค์ประกอบ ดังนี้ องค์ประกอบที่ 1 ทางเลือก (Alternatives) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบ ตั้งแต่ 0.44-0.81 องค์ประกอบที่ 2 การควบคุม (Control) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบตั้งแต่ 0.52-0.84 องค์ประกอบที่ 3 ความสามารถในการสื่อสาร (Communication competence) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบตั้งแต่ 0.53-0.71 และทั้ง 3 องค์ประกอบสามารถอธิบายความแปรปรวนของมาตรวัดการยึดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรีได้ร้อยละ 19-70



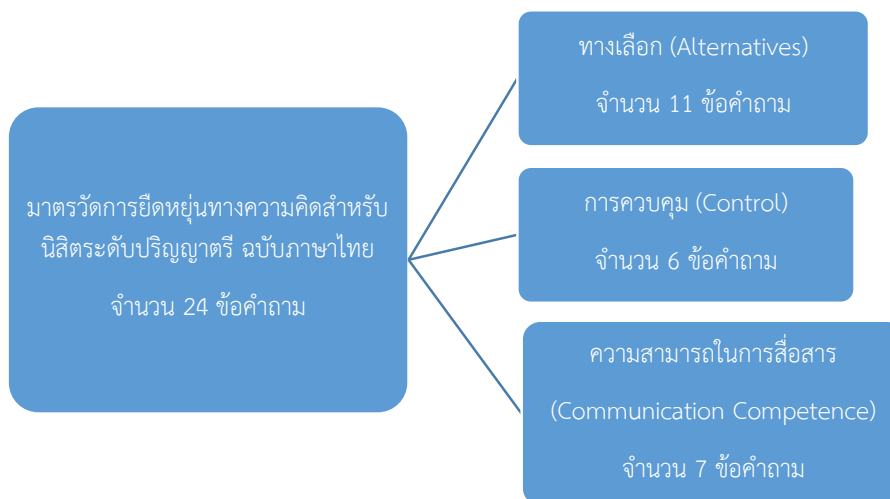
อภิปรายผล

จากการพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพมาตรวัดการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ฉบับภาษาไทย ได้มีการพัฒนามาตรวัดโดยบูรณาการมาจาก 2 แนวคิด คือ มาร์ตินและรูบิน (Martin & Rubin, 1995) กับ เดนนิสและวันเดอร์วาล (Dennis & Vander Wal, 2010) มีการแปลเป็นภาษาไทยและผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) จากผู้เชี่ยวชาญ 9 คน พบว่ามีค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหาทั้งฉบับ (S-CVI) เท่ากับ .91 ผลคือผ่านเกณฑ์ การตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) ด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (EFA) สามารถสกัดได้เป็น 3 องค์ประกอบและมีข้อคำถามจำนวน 24 ข้อ อธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ 52.43 ส่วนการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (CFA) ในทุกค่าดัชนีผ่านเกณฑ์การวัดความสอดคล้องทั้งหมด และการตรวจสอบความเที่ยง (Reliability) แบบสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ของมาตรวัดที่มีข้อคำถาม 24 ข้อ แบบทั้งฉบับ เท่ากับ 0.89 (และในรายด้านมีค่าเท่ากับ 0.85, 0.83 และ 0.82) จากผลการวิจัยดังกล่าวแสดงให้เห็นว่ามาตรวัดการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ฉบับภาษาไทย เป็นเครื่องมือที่มีคุณภาพตามเกณฑ์ทั้งด้านความตรงเชิงเนื้อหา ความตรงเชิงโครงสร้างและความเที่ยง สามารถใช้ประเมินการยืดหยุ่นทางความคิดในนิสิตระดับปริญญาตรีได้อย่างเหมาะสมกับบริบทของไทย เช่นเดียวกับนานาชาติประเทศที่ให้ความสนใจและพัฒนามาตรวัดการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรีให้เข้ากับบริบทและวัฒนธรรมของแต่ละประเทศ โดยมีการแปลเป็นภาษาต่าง ๆ เช่น ฉบับภาษาตุรกี (Gülüm & Dağ, 2012) ฉบับภาษาญี่ปุ่น (Oshiro et al., 2016) ฉบับภาษาอิหร่าน (Shareh et al., 2014) ฉบับภาษาจีน (Wang et al., 2016) ฉบับภาษารัสเซีย (Kurginyan & Osavolyuk, 2018) ฉบับภาษาโคลัมเบีย (Navarro et al., 2022) เป็นต้น แสดงให้เห็นว่าการยืดหยุ่นทางความคิดเป็นสิ่งที่สำคัญในการพัฒนานิสิตระดับปริญญาตรีได้มีทักษะทางความคิดในการรับมือกับสถานการณ์ปัญหาที่ต้องเผชิญอยู่ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้ดำเนินชีวิตอยู่ในรั้วมหาวิทยาลัยและพร้อมที่จะก้าวเข้าไปสู่วัยผู้ใหญ่ได้อย่างมีความสุขสอดคล้องกับงานวิจัยของ Al-Zoubi, (2020) ที่พบว่าการยืดหยุ่นทางความคิดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตของนิสิตระดับปริญญาตรี ทั้งในด้านสุขภาพ ด้านการดำเนินชีวิตในสังคมและครอบครัว ด้านการศึกษา ด้านอารมณ์ ด้านสุขภาพจิตและด้านการบริหารจัดการเวลา เช่นเดียวกับ Bilgin (2017) ที่พบว่าระดับการยืดหยุ่นทางความคิดที่เพิ่มขึ้นส่งผลต่อการเปิดใจตอบรับสิ่งใหม่ การควบคุมตนเอง ความสามารถในการปรับตัว และการบรรลุถึงศักยภาพแห่งตน จากความสัมพันธ์ดังกล่าวทำให้เห็นได้ว่าการยืดหยุ่นทางความคิดมีความสำคัญกับนิสิตระดับปริญญาตรีทั้งในส่วนที่เป็นปัจจัยภายในและภายนอกตัวบุคคล ดังนั้นการยืดหยุ่นทางความคิดจึงถือได้ว่าเป็นศูนย์กลางแห่งความเชื่อมโยงที่นำไปสู่การพัฒนาในตนเองให้เกิดเป็นทักษะทางความคิดที่เหมาะสมกับยุคแห่งความผันผวนและยุค New normal

องค์ความรู้ใหม่

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัยครั้งนี้ได้มาจากการบูรณาการองค์ประกอบการยืดหยุ่นทางความคิดตามแนวคิดทั้ง 2 คือ Martin & Rubin และ Dennis & Vander Wal พัฒนามาเป็นมาตรวัดการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ฉบับภาษาไทย มีจำนวน 24 ข้อคำถาม 3 องค์ประกอบ ดังนี้ 1) ทางเลือก (Alternatives)

11 ข้อ 2) การควบคุม (Control) 6 ข้อ 3) ความสามารถในการสื่อสาร (Communication competence) 7 ข้อ
ดังภาพที่ 2



ภาพที่ 2 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

สรุป

มาตรการจัดการยัดเยียดทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ฉบับภาษาไทย ที่ได้พัฒนาขึ้นมาในงานวิจัยนี้มีความตรงเชิงเนื้อหา ความตรงเชิงโครงสร้าง และความเที่ยงอยู่ในเกณฑ์ตามมาตรฐานการยอมรับ มีความสอดคล้องกับบริบทของไทยเหมาะสมกับการนำไปใช้ในการศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนาความสามารถในการยัดเยียดทางความคิดต่อไป

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

สิ่งที่ได้จากงานวิจัยนี้ คือ มาตรการการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ฉบับภาษาไทยที่มีความเหมาะสมกับบริบทและนิสิตระดับปริญญาตรีในไทย หน่วยงานและบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการดูแลและพัฒนา นิสิตระดับปริญญาตรี เช่น นักจิตวิทยาการศึกษา กองกิจการนิสิต สามารถนำไปใช้สำหรับการประเมินระดับการ ยืดหยุ่นทางความคิดและนำไปเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมหรือโครงการส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาองค์ประกอบ ด้านต่าง ๆ ของการยืดหยุ่นทางความคิด เพื่อให้ นิสิตสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม และสร้างสรรค์

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

สร้างรูปแบบในการพัฒนาการยืดหยุ่นทางความคิดสำหรับนิสิตระดับปริญญาตรีที่มีระดับคะแนนต่ำ เช่น การบริการรายบุคคล การปรึกษากลุ่ม กิจกรรมเพื่อพัฒนาผู้เรียน Application E-book เป็นต้น รวมถึงควรมีการเพิ่มคุณภาพของเครื่องมือในการวัดด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) เช่น การสัมภาษณ์กลุ่มย่อย



(Focus group) หรือ การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) เพื่อเป็นการต่อยอดการวิจัยให้เครื่องมือครอบคลุมกับการวัดการยืดหยุ่นทางความคิดในนิสิตระดับปริญญาตรีมากขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนจากคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ปีงบประมาณ 2565

เอกสารอ้างอิง

- โสเพ็ญ ชูนวล.(2559). การพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัยทางการพยาบาล. *วารสารการปฏิบัติการพยาบาลและการผดุงครรภ์ไทย*, 3(1), 64-78.
- Al-Zoubi, E. M. . (2020). Quality of Life and Its Relationship with Cognitive Flexibility among Higher Education Students. *Journal of Educational and Social Research*, 10(4), 156.
- Asıcı, E. & İkiz, F. (2015). A pathway to happiness: Cognitive flexibility. *Mehmet Akif Ersoy University Educacional Faculty Journal*, 1(35), 191-211.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. New York: Harper & Row.
- Bilgin, M. (2017). Relations to five factor personality model with cognitive flexibility in adolescents. *Electronic Journal of Social Sciences*, 16(62), 945-954.
- Brislin, R. W. (1986). *The wording and translation of research instruments*. In W. J. Lonner, & J. W. Berry (Eds.), *Field methods in cross-cultural research* (pp. 137-164). Beverly Hills, CA: Sage.
- Cañas, J. J., Quesada, F. J., Antoli, A., & Fajardo, I. (2003). Cognitive flexibility and adaptability to environmental changes in dynamic complex problem-solving tasks. *Ergonomics*, 46(5), 482-501.
- Chow, S.-C., Shao, J., & Wang, H. (2003). *Sample size calculations in clinical research* (2nd ed.). New York: Chapman & Hall/ CRC.
- Cikrnci, O. (2018). The predictive roles of cognitive flexibility and error-oriented motivation skills on life satisfaction. *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 9(31), 717-727.
- Comrey, A. L., & Lee, H. B. (1992). *A first course in factor analysis* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Çuhadaroglu, A. (2013). Predictors of Cognitive Flexibility. *Cumhuriyet International of Education*, 2(1), 86-101.
- Çutuk, Z. A. (2020). Relationship between multidimensional perfectionism and cognitive flexibility in university students. *Journal of Human Sciences*, 17(4), 1263-1274.



- Demirtaş, A. S. (2020a). Optimism and happiness in undergraduate students: Cognitive flexibility and adjustment to university life as mediators. *Anales de Psicologia/Annals of Psychology*, 36(2), 320-329.
- Demirtaş, A. S. (2020b). Cognitive Flexibility and Mental Well-Being in Turkish Adolescents: The Mediating Role of Academic, Social and Emotional Self-Efficacy. *Anales De Psicologia/Annals of Psychology*, 36(1), 111-121.
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The Cognitive Flexibility Inventory: Instrument Development and Estimates of Reliability and Validity. *Cognitive Therapy and Research*, 34, 241-253.
- Gabrys, R. L., Tabri, N., Anisman, H., & Matheson, K. (2018). *Cognitive control and flexibility in the context of stress and depressive symptoms: The cognitive control and flexibility questionnaire*. *Frontiers in Psychology*, 9(2219). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02219>
- Gülüm I. V., Dağ I. (2012). The Turkish adaptation, validity and reliability study of the repetitive thinking questionnaire and the cognitive flexibility inventory. *Anatolian J. Psychiatry*, 13, 216-223.
- Hanife, E. A. (2018). The relationship between pre-service teachers' cognitive flexibility and interpersonal problem solving skills. *Eurasian Journal of Educational Research*, 18(77), 105-128.
- Ionescu, T. (2012). Exploring the nature of cognitive flexibility. *New ideas in psychology*, 30(2), 190-200.
- Johnson, B. T. (2016). *The relationship between cognitive flexibility, coping, and symptomatology in psychotherapy* (Master's Thesis). Faculty of the Graduate School, Marquette University, Wisconsin.
- Kercood, S., Lineweaver, T. T., Frank, C. C., Fromm, E. D. (2017). Cognitive Flexibility and Its Relationship to Academic Achievement and Career Choice of College Students with and without Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *Journal of Postsecondary Education and Disability*, 30(4), 329-344.
- Kurginyan, S. S., & Osavolyuk, E. Y. (2018). Psychometric Properties of a Russian Version of the Cognitive Flexibility Inventory (CFI-R). *Frontiers in psychology*, 9(845), 1-9.
- Kurt, A. A., & Gündüz, B. (2020). The investigation of relationship between irrational relationship beliefs, cognitive flexibility and differentiation of self in young adults. *Cukurova University Faculty of Education Journal*, 49(1), 28-44.
- Martin M.M., Rubin RB (1995). A new measure of cognitive flexibility. *Psychological Reports* 76, 623-626.
- Moore, B. A. (2013). Propensity for experiencing flow: The roles of cognitive flexibility and mindfulness. *The Humanistic Psychologist*, 41, 319-332.
-



- Navarro, M. C., Quiroz Molinares, N., & Mebarak, M. (2022). Psychometric Study of the Cognitive Flexibility Inventory in a Colombian Sample. *International Journal of Psychological Research*, 15(1), 42-54.
- Oshiro, K., Nagaoka, S., & Shimizu, E. (2016). Development and validation of the Japanese version of cognitive flexibility scale. *BMC research notes*, 9(1), 1-8.
- Palm, K. M., & Follette, V. M. (2011). The roles of cognitive flexibility and experiential avoidance in explaining psychological distress in survivors of interpersonal victimization. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 33, 79-86.
- Ritter S.M., Damian, I.R., Simonton D.K., Van Baaren R., Strick, M., Derks J., Dijksterhuis A. (2012). Diversifying experiences enhance cognitive flexibility. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48(4), 961-964.
- Shareh, H., Farmani, A., & Soltani, E. (2014). Investigating the Reliability and Validity of the Cognitive Flexibility Inventory (CFI-I) among Iranian University Students. *Practice in Clinical Psychology*, 2, 43-50.
- Timarova, S., & Salaets, H. (2011). Learning styles, motivation and cognitive flexibility in interpreter training: Self-selection and aptitude. *Interpreting*, 13, 31-52.
- Toraman, Ç., Özdemir, H. F., Kosan, A. M. A., & Orakci, S. (2020). Relationships between cognitive flexibility, perceived quality of faculty life, learning approaches, and academic achievement. *International Journal of Instruction*, 13(1), 85-100.
- UNESCO. (30 Mar 2020). *4 Ways COVID-19 Could Change How We Educate Future Generations*. Retrieved October 30, 2022, from <https://www.weforum.org/agenda/2020/03/4-ways-covid-19-education-future-generations/>
- Wang, Y., Yang, Y., Xiao, W., Su, Q. (2016). Validity and reliability of the Chinese version of the cognitive flexibility inventory in college students. *Chinese Mental Health Journal*, 30, 58-62.
-



สำนักงานวารสารพุทธจิตวิทยา
ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ ชั้น M โซน A อาคารเรียนรวม
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ต.ลำไทร อ.วังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยา 13170