

วารสารจิตวิทยา

มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต



ปีที่ 10 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม – ธันวาคม 2563

JOURNAL OF PSYCHOLOGY KASEM BUNDIT UNIVERSITY

Volume 10 Number 2 July - December 2020

ISSN 2286-6663

- ANALYSIS OF THE PROMOTION MECHANISM AND INFLUENCING FACTORS OF CULTURAL CONSUMPTION
- การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์
- ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่มีผลต่อการกำกับตนเองและพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์
- ความสัมพันธ์ของคุณลักษณะภายในและคุณลักษณะภายนอกที่มีผลกระทบต่อการคงอยู่ในงาน โดยมีความพึงพอใจในงานเป็นตัวแปรส่งผ่าน
- การพัฒนาชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
- การบริหารจัดการชีวิตแนวเอสไอซี (SOC) ของนักศึกษา
- รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์
- รูปแบบการเรียน
- การจัดการเรียนรู้สำหรับภาวะพหุคูณพลัง
- การดูแลแบบประคับประคองเพื่อเพิ่มความสุขให้วัยรุ่นที่เป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลือง

KASEM BUNDIT UNIVERSITY

PSYCHOLOGY

วารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

เจ้าของ

มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

ที่ปรึกษา

1. ดร.วิมลภ สุวรรณดี
2. ดร.เสนีย์ สุวรรณดี
3. รองศาสตราจารย์ ดร.ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา

กองบรรณาธิการบริหาร

1. ศาสตราจารย์ ดร.เผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์
2. ศาสตราจารย์ศรียา นิยมธรรม
3. รองศาสตราจารย์ ดร.ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา
4. รองศาสตราจารย์ ดร.รัฐจวน คำชिरพิทักษ์
5. รองศาสตราจารย์ ดร.อรจรีย์ ณ ตะกั่วทุ่ง
6. รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์มณี
7. รองศาสตราจารย์ไพบุลย์ เทวรักษ์
8. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เจษฎา อังกาบสี

กองบรรณาธิการวิชาการ

- | | |
|---|------------------------------------|
| 1. ศาสตราจารย์ ดร.จรรยา สุวรรณทัต | มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 2. ศาสตราจารย์ ดร.เผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ | มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต |
| 3. ศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์ | จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 4. ศาสตราจารย์ศรียา นิยมธรรม | มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต |
| 5. รองศาสตราจารย์ ดร.ทัศนีย์ นนทะสร | มหาวิทยาลัยมหิดล |
| 6. รองศาสตราจารย์ ดร.นันทา สุริรักษา | สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ |
| 7. รองศาสตราจารย์ ดร.ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา | มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต |
| 8. รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต | จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 9. รองศาสตราจารย์ ดร.สิทธิโชค วรานุสันติกุล | มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ |
| 10. รองศาสตราจารย์ ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง | มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย |
| 11. รองศาสตราจารย์ ดร.วรรณุช แหยมแสง | มหาวิทยาลัยรามคำแหง |
| 12. รองศาสตราจารย์ ดร.รัฐจวน คำชिरพิทักษ์ | มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต |
| 13. รองศาสตราจารย์ ดร.อรพินทร์ ชูชม | มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 14. รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธุ์มณี | มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต |
| 15. รองศาสตราจารย์มุกดา ศรียงค์ | มหาวิทยาลัยรามคำแหง |
| 16. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เย็นใจ เลหาพนิช | มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต |
| 17. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วีระวัฒน์ ปันนิต้ามัย | สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ |

กองบรรณาธิการ

- | | |
|---|-------------------|
| 1. รองศาสตราจารย์ ดร.อรจรรย์ ณ ตะกั่วทุ่ง | บรรณาธิการ |
| 2. นางสาวรัศมีดารา ดารากร ณ อยู่ธยา | ผู้ช่วยบรรณาธิการ |
| 3. นางสาวจันทิมา ขณะรัตน์ | ผู้ช่วยบรรณาธิการ |

คณะกรรมการจัดทำวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

- | | |
|---|----------------------------|
| 1. รองศาสตราจารย์ไพบุลย์ เทวรักษ์ | ประธานกรรมการ |
| 2. รองศาสตราจารย์ ดร.อรจรรย์ ณ ตะกั่วทุ่ง | กรรมการ |
| 3. นางสาวรัศมีดารา ดารากร ณ อยู่ธยา | กรรมการและเลขานุการ |
| 4. นางสาวรุณรัตน์ ภู่ออก | กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ |

ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาบทความ

- | | |
|--|-------------------------------------|
| 1. ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ | มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต |
| 2. ศาสตราจารย์ ดร.อารี สันทรวี | นักวิชาการอิสระ |
| 3. ศาสตราจารย์ ดร.อรัญญา ต้อยคำภีร์ | จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 4. ศาสตราจารย์ศรียา นิยมธรรม | มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต |
| 5. รองศาสตราจารย์ ดร.คัคนางค์ มณีศรี | จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 6. รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร นัตรศุกกุล | มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต |
| 7. รองศาสตราจารย์ ดร.จุฑามาศ แหนจอง | มหาวิทยาลัยบูรพา |
| 8. รองศาสตราจารย์ ดร.ดารณี อุทัยรัตนกิจ | มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ |
| 9. รองศาสตราจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร | มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช |
| 10. รองศาสตราจารย์ ดร.นพพร แหยมแสง | มหาวิทยาลัยรามคำแหง |
| 11. รองศาสตราจารย์ ดร.นวลจันทร์ จุฑาภักดีกุล | มหาวิทยาลัยมหิดล |
| 12. รองศาสตราจารย์ ดร.ประสาร มาลากุล ณ อยู่ธยา | มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต |
| 13. รองศาสตราจารย์ ดร.ปรีชา วิหคโต | มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช |
| 14. รองศาสตราจารย์ ดร.พิศสมัย อรทัย | มหาวิทยาลัยมหิดล |
| 15. รองศาสตราจารย์ ดร.มุกดา ศรียงค์ | มหาวิทยาลัยรามคำแหง |
| 16. รองศาสตราจารย์ ดร.มณฑิรา จารูเพ็ง | มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 17. รองศาสตราจารย์ ดร.รัญจวน คำวชิรพิทักษ์ | มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต |
| 18. รองศาสตราจารย์ ดร.ลัดดาวรรณ ณ ระนอง | มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช |
| 19. รองศาสตราจารย์ ดร.วรรณุช แหยมแสง | มหาวิทยาลัยรามคำแหง |
| 20. รองศาสตราจารย์ ดร.สุกรี รอดโพธิ์ทอง | จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 21. รองศาสตราจารย์ ดร.สกล วรเจริญศรี | มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 22. รองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต | จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 23. รองศาสตราจารย์ ดร.สมสรบุญก์ วงษ์อยู่น้อย | มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 24. รองศาสตราจารย์ ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง | มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย |
| 25. รองศาสตราจารย์ ดร.สุรัฎมา รอดมณี | วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ |
| 26. รองศาสตราจารย์ ดร.อรพินทร์ ชูชม | มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |

27. รองศาสตราจารย์ ดร.อารี พันธมณี	มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
28. รองศาสตราจารย์ชูศรี วงศ์รัตน์	มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
29. รองศาสตราจารย์นิภา ศรีไพโรจน์	มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
30. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธนิดา จุลวนิชย์พงษ์	มหาวิทยาลัยบูรพา
31. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปนัดดา ธนเศรษฐกร	มหาวิทยาลัยมหิดล
32. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประศักดิ์ หอมสนิท	จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
33. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พาสนา จุลรัตน์	มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
34. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เรวดี วัฒนทกโกศล	จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
35. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศักดิ์นา บุญเปี่ยม	มหาวิทยาลัยบูรพา
36. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริพันธ์ ศรีวันยังค์	มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
37. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สันทนา วิจิตรเนาวรัตน์	มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม
38. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นพ.พนม เกตุมาน	มหาวิทยาลัยมหิดล

กำหนดวันออกวารสาร

ปีละ 2 ฉบับ - ฉบับที่ 1 เดือนมกราคม – มิถุนายน กำหนดออกวารสาร เดือนมิถุนายน
- ฉบับที่ 2 เดือนกรกฎาคม – ธันวาคม กำหนดออกวารสาร เดือนธันวาคม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนการศึกษาค้นคว้า สร้างสรรค์ผลงานทางวิชาการด้านจิตวิทยา ของคณาจารย์ นักวิชาการและนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา
2. เพื่อเผยแพร่ความรู้ ผลงานวิชาการและผลงานวิจัยทางจิตวิทยาสู่สาธารณชน
3. เพื่อเสริมสร้างเครือข่ายความร่วมมือทางวิชาการด้านจิตวิทยา ระหว่างสถาบันการศึกษา หน่วยงานทางวิชาการ หน่วยงานปฏิบัติการและนักวิชาการอิสระทางด้านจิตวิทยา

พิมพ์ที่

มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
เลขที่ 1761 ถนนพัฒนาการ แขวงสวนหลวง เขตสวนหลวง กรุงเทพฯ 10250
โทรศัพท์ 0-2320-2777 โทรสาร 0-2720-4677
ISSN 2286-6663

สำนักงาน

หลักสูตรสาขาวิชาจิตวิทยา ระดับบัณฑิตศึกษา (ชั้น 3 อาคารเกษมพัฒน์)
มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต วิทยาเขตพัฒนาการ
โทรศัพท์/โทรสาร 0-2320-2777 ต่อ 1134, 1163
e-mail: journal.psy.kbu@gmail.com
<http://journal.psy.kbu.ac.th>

ปีที่พิมพ์

2563

คำนิยม

วารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ได้เดินทางมาถึงฉบับครบรอบปีที่ 10 แล้ว นับเป็นประจักษ์พยานแห่งความมุ่งมั่นตั้งใจของคณะบรรณาธิการและผู้จัดทำที่ได้ร่วมแรงร่วมใจกันอย่างเข้มแข็งเพื่อมุ่งส่งเสริมให้ศาสตร์และวิชาชีพจิตวิทยาได้ขยายขอบข่ายของการศึกษาวิจัยและพัฒนาองค์ความรู้ในการวิเคราะห์ อธิบาย ทำนาย และเสริมสร้างความเป็นมนุษย์ที่แท้จริงให้พร้อมเผชิญกับสภาวะความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและหลากหลายที่เกิดขึ้นในสังคมปัจจุบัน

ในนามของหลักสูตรสาขาวิชาจิตวิทยา ระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ขอแสดงความชื่นชมและขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.อรจรรย์ ณ ตะกั่วทุ่ง รองศาสตราจารย์ไพบุลย์ เทวรักษ์ ผู้เป็นบรรณาธิการและประธานคณะกรรมการจัดทำวารสาร รวมทั้งท่านผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาบทความและท่านนักวิชาการผู้กรุณาส่งบทความที่มีคุณภาพ ขอเป็นกำลังใจให้ทุกท่านได้ผลานกำลังเป็นกัลยาณมิตรในด้านจิตวิทยาให้มนุษย์และสังคมได้มีพัฒนาการอย่างยั่งยืนต่อไป

ด้วยความมุ่งมั่นตั้งใจและใฝ่พัฒนา



(รองศาสตราจารย์ ดร.ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา)

รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ

ผู้อำนวยการหลักสูตรสาขาวิชาจิตวิทยา ระดับบัณฑิตศึกษา

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

บรรณาธิการแถลง

วารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ปีที่ 10 ฉบับที่ 2 เดือนกรกฎาคม – ธันวาคม 2563 ได้ตีพิมพ์เผยแพร่เป็นฉบับที่ 2 ของปี เป็นการนำเสนอบทความทางวิชาการและบทความวิจัยทางด้านจิตวิทยาของผู้ทรงคุณวุฒิ นักวิชาการ และนิสิตนักศึกษาที่ทำการศึกษาวิจัยด้านจิตวิทยาจากสถาบันต่าง ๆ ซึ่งบทความทุกฉบับได้รับการพิจารณาลั่นกรองจากผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านจิตวิทยา ด้านสถิติ และการวิจัย ทำให้เนื้อหาทุกคอลัมน์ของวารสารมีคุณภาพ เพื่อท่านผู้อ่านจะได้รับความรู้ทางวิชาการและสามารถนำไปเป็นประโยชน์ในการอ้างอิง และประยุกต์ใช้ในทางวิชาการได้

กองบรรณาธิการ ขอขอบคุณผู้เขียนบทความทุกท่านที่ส่งบทความมาให้พิจารณาตีพิมพ์ รวมทั้งผู้ทรงคุณวุฒิกลั่นกรองบทความที่กรุณาพิจารณาให้ข้อคิดเห็นในการปรับปรุงแก้ไขบทความให้มีความถูกต้องทันสมัยตามหลักเกณฑ์ และขอขอบคุณมหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิตที่ให้การสนับสนุนในการจัดทำวารสารจนสำเร็จลุล่วงด้วยดี ซึ่งกองบรรณาธิการหวังเป็นอย่างยิ่งว่าวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิตฉบับนี้จะเกิดประโยชน์ต่อท่านผู้อ่านในการนำไปประยุกต์ใช้และสร้างสรรค์ผลงานวิชาการทางจิตวิทยาต่อไป หากมีข้อผิดพลาดประการใด ขอน้อมรับไว้เพื่อการนำไปปรับปรุงแก้ไขต่อไป



(รองศาสตราจารย์ ดร.อรจรรย์ ณ ตะกั่วทุ่ง)

บรรณาธิการ

สารบัญ

	หน้า
ANALYSIS OF THE PROMOTION MECHANISM AND INFLUENCING FACTORS OF CULTURAL CONSUMPTION Chenicha Praphruetmon	1-19
การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ นัยนา ดอรมาน ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์	20-28
ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่มีผลต่อการกำกับตนเองและพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ ปภาวิน พันชมภู พิชชาดา ประสิทธิ์โชค	29-44
ความสัมพันธ์ของคุณลักษณะภายในและคุณลักษณะภายนอกที่มีผลกระทบต่อ การคงอยู่ในงาน โดยมีความพึงพอใจในงานเป็นตัวแปรส่งผ่าน เอกวิณ จุฑาพานิช พิชชาดา ประสิทธิ์โชค อัจศรา ประเสริฐสิน	45-57
การพัฒนาชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา เพื่อ เสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สุรดิษ สุวรรณลา สมพงษ์ จิตระดับ	58-75
การบริหารจัดการชีวิตแนวเอสไอซี (SOC) ของนักศึกษา ลินดา สุวรรณดี ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์	76-85

สารบัญ (ต่อ)

รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์ เนาวรัตน์ นาคสุข ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์	86-102
รูปแบบการเรียนรู้ เปศล ชอบผล จีราพร พระคุณอนันต์ กรพินธุ์ ฤทธิบุตร นิติบดี ศุขเจริญ	103-110
การจัดการเรียนรู้สำหรับภาวะพหุผล พรรณทิพา เวชรังษี อุระณี รัตนพิทักษ์ ยุพิน ยศศรี ชลนกุล คำนึ่ง นิติบดี ศุขเจริญ	111-121
การดูแลแบบประคับประคองเพื่อเพิ่มความสุขให้วัยรุ่นที่เป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลือง สุณีย์ ชื่นจันทร์ อัญชลี ประเสริฐ นารีรัตน์ อมรสุภรณ์ศาสตร์	122-131
คำแนะนำสำหรับผู้ส่งบทความวิชาการและบทความวิจัยเพื่อตีพิมพ์ในวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต	132-136

ANALYSIS OF THE PROMOTION MECHANISM AND INFLUENCING FACTORS OF CULTURAL CONSUMPTION

Received: Jun 25, 2020

Revised: Sep 29, 2020

Accepted: Oct 27, 2020

เจนิชา ประพฤษ์มณ^{1*}

Chenicha Praphruetmon^{1*}

¹มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ประเทศไทย

¹Shanghai Jiaotong University, China

*Corresponding Author, E-mail: chenicha.oli@gmail.com

Abstract

The establishment of a system for promoting cultural consumption not only represents the quality and effectiveness of growth in the cultural sphere, but also the level of people's lives and economic and social development. For a long time, the different steps taken by Thailand to encourage culture have not fully converted the cultural consumption capacity of residents into successful cultural consumption. The explanation is that there is inadequate knowledge of the factors affecting cultural consumption. Subjective factors such as consumer demand, motivation, actions, and objective factors such as policy, the environment for consumption, and cultural supply influence cultural consumption. The energy and consumption of customers are fulfilled. Under the combined impact of internal and external variables, degree is an intermediate element. Current cultural consumption shows a trend towards diversification of major consumer groups and consumer demand, an increase in the interaction between the consumer groups and the complexity of consumption motivation, consumer sophistication and rational consumption behavior. The secret to developing a framework for promoting cultural consumption lies in the optimization of the consumption environment and the release of demand for cultural consumption; the replenishment of consumer resources; the stimulation of motivation for cultural consumption; the improvement of supply levels; and the enhancement of satisfaction with cultural consumption.

Key words: Cultural Consumption, Introduction Factors, Promotion Mechanism

Introduction

In addition to their specific material consumption needs, cultural consumption is consumption created by residents fulfilling their spiritual needs. Changing the development mode includes accelerating structural reforms on the supply side, accelerating the cultivation of growth points for demand, and fostering cultural consumption. The Thai Government pointed out in 2012 that the expansion of cultural consumption should play an important role in the expansion of domestic demand, and that a long-term mechanism for the expansion of demand for cultural consumption should be created. OTOP aims to encourage and direct localities to explore advantageous opportunities for national cultural consumption, create pilot models, take measures such as issuing cultural benefit cards, holding seasons of consumption for cultural benefit, building public cultural facilities and platforms for cultural consumption, and identify incentives to promote performing arts and animation, entertainment, and cultural tourism (Denpaiboon & Amatasawatdee, 2012).

The National Statistical Office carried out the 2019 Household Socio-economic Survey from January to December 2019. The result of the 2019 survey showed that household nationwide earned an average 26,018 baht per month. During the 2019 survey, household nationwide spent on average 20,742 baht per month. Of this amount, 33.9 percent was mainly spent on food, beverages and tobacco (of which 0.6 percent was paid for alcoholic drinking), followed by expense on housing and household appliances (21.0%), on vehicles and transportation (17.3%), personal care/clothing/footwear (5.9%), communication (3.7%), education (1.5%), medical (1.3%), religious activities (1.0%) and recreation and entertainment (0.9%). An average monthly income per capita increased from 9,333 baht in 2017 to 9,450 baht in 2019. Households of the highest income group had an average monthly income per capita decreased from 26,755 baht to 25,894 baht, while households of the lowest income group experienced an increase in an average monthly income per capita rising from 2,628 baht in 2017 to 2,890 baht in 2019. (National statistical office ministry of digital economy and society, 2019). Cultural consumption typically accounts for 30 percent of the general consumption of residents, according to the experience of developing countries. At present, Thailand cultural consumption scale is just around 1/3 of that of developed countries, and the bulk of household consumption expenditure still accounts for food, clothes, housing and transport. It can be seen that Thailand's numerous cultural consumption promotion initiatives have not fully converted the capacity of cultural consumption by residents into successful cultural consumption. Therefore, the establishment of a framework for promoting cultural consumption will

not only help to accelerate the pace of supply-side structural change in the cultural sphere, but will also help direct the masses to develop a concept of balanced and upward cultural consumption and effectively stimulate the endogenous incentive of cultural consumption.

1. Main factors affecting cultural consumption.

It is widely accepted that spending on cultural consumption will rise if the disposable income of consumers increases. However, it is not inherently consumer income that is the key factor influencing cultural consumption. For others, psychological need for self-integrity acts as a motivator for luxury consumption. For example, income-constrained consumers (Banerjee & Duflo, 2007), and those with bruised self-esteem (Salter, Nascimento, Terrier, Taniguchi, Bernie, Miranda, & Mulhall. (2020).), may seek high status products to restore their self-worth. On the other hand, consumers with an interdependent self-concept (focusing on the opinions and reactions of others) seek luxury consumption based on social drivers in which consumers buy lavish items as a means of display to others, a concept known as conspicuous consumption. As such, people seek luxury products to signal important information to others such as self-identity level of wealth and prestige, a social identity, or conformity, to a certain social class (Escalas & Bettman, 2003; White & Dahl, 2007). This indicates that the key factors influencing cultural consumption are not confined to the income of consumers.

1.1 Influencing factors from the main body of cultural consumption.

The topic of cultural consumption is consumers. To understand cultural consumption, we must first accurately recognize the basic characteristics of consumers. Consumption motivation is defined as reason for an individual to purchase certain products or services in order to satisfy such person's own needs (Chandler & Vargo, 2011). Many scholars believe that consumers may shop for actual purchases, but there could be various intentions and motives inducing shopping (Tauber, 1972). Analyzed consumers visiting shops and classified consumption motivation into hedonic, leisure, and experiencing motivation (Delbridge & Edwards, 2013). Much research is being conducted into both consumer needs, as such needs become more varied, and consumer hedonic or emotional values, as such values are being regarded as important. Thorstein Veblen, the son of a Norwegian carpenter, must have lived a similar experience when he wrote his 1899 book *The Theory of the Leisure Class*. This is one of the Consumers are defined as people with "leisure assets", "leisure life" and "leisure needs". This implies that customers need to have spare assets and diversified lifestyle choices in addition to meeting survival needs, and lifestyle choices also rely on the

diversified needs of people. Cultural consumption needs that stimulate spiritual fulfillment, which is the main motivating force for consumers to use resources and choose lifestyles, is the main difference between cultural consumers and products for material consumption. If the desire for consumption is reinforced to a certain degree, it will create a powerful internal incentive for consumers, thus generating a motivation for consumption that encourages consumer behavior. In addition to cultural consumption needs, Consumer motivation is often influenced by resource factors, such as the economic conditions of consumers; time adequacy; and the degree of consumer content awareness (Novotná & Kunc, 2019). These are an important factor affecting the choices and course of consumer behavior. Consumption satisfaction is the outcome of customer behavior and consumers' subjective reflections on the experience of product or service consumption (Ahrholdt, Gudergan & Ringle, 2019). It is also a deciding factor in whether the action of consumption can be replicated by customers. High satisfaction will reinforce the behavior of consumption, shorten the decision-making time of consumption, generate repetitive consumption, and eventually shape consumption habits; otherwise, it will trigger consumers to have a disgusting and resistant attitude, weaken the behavior of consumption, and terminate those products' consumption.

The rule of conduct is from the point of view of consumers themselves: demand is the source of motivation, motivation is the cause of conduct, behavior enables demand to be met, but motivation is limited by the resources that consumers have, and consumer satisfaction determines the consistency of consumer behavior.

1.2 The motivation factors of cultural consumption from the external environment

Cultural consumption is much more influenced by the social environment than by the natural environment as compared with the consumption of other physical products. The cultural consumption by social environment is much more influenced than by the natural environment. In contrast with the consumption of other physical products, the culture consumption is much more influenced by social environment than by the natural environment. Market demand is especially influenced by social ties between people social ethos, social order, social security (Didenko, Romashkina, Skripnuk & Kulik, 2020). It specifies the structure of consumption to a certain extent; quantity; frequency; efficiency (Cong, 2019). Policy is a significant external force that influences the environment for cultural consumption. On the one side, it can have a direct impact on the creation and opening up of spaces for cultural consumption, establishing a social and cultural climate, a business environment, a legal environment, essentially resisting the blindness of the market itself, avoiding vicious competition and

standardizing and ordering the market for cultural consumption. On the other hand, through institutionalized interventions, it can provide consumers with the necessary cultural tools, increase the desire to consume culture, reduce consumer concerns, and further stimulate the incentive for cultural consumption. More specifically, policies help to providing strong support for cultural industry growth and guiding the direction and methods of cultural supply production. Because the experience of consumers' past cultural consumption will influence their future cultural consumption, not only does cultural supply decide the content and methods of cultural consumption, but its quality levels will directly affect the satisfaction of consumers, which is the sustainability of the conduct of cultural consumptions, Main driving factors.

Changes taking place in the macroeconomic environment under the influence of environmental factors bring serious changes in the market entities micro-environment shaping the structure of consumption by reinforcing it. The environmental factor becomes a tool of competition, forms barriers to enter the market, facilitates competitors ousting from the market. It also contributes to new consumer segments and niches forming and act the market player assortment policy. Factors of policy and system factors, the 'negative effect of savings growth' is commonly recognized in rural areas across the country, according to statistical data provided by the State from 2001 to 2008. Rural China's coverage and equality in public services and social welfare is very poor. "The demand is much greater, combined with the tremendous burden of inflation, which has a crowding impact on cultural consumption. Rural residents have "self-protection for future years

Politics is the deciding factor among them, from the viewpoint of external environmental effect factors of cultural consumption (Xie, Xie & Martínez-Climent, 2019; Bai, Nie & He, 2019). It also defines, in addition to the resources that can directly influence consumers, the creation of the atmosphere for cultural consumption and indirectly affects the demand for cultural consumption and to a certain degree, determines consumer satisfaction through the effect on cultural supply, which in turn affects the behavior of cultural consumption.

1.3 The Mechanism of Influence Factors of Cultural Consumption

Cultural consumption is affected not only by internal market factors, namely demand, motivation, and actions, but also by three external environmental, policy, and supply factors. While internal factors are linked to the characteristics of consumers' personalities, no individual can avoid the impact of external factors. The consumption climate directly impacts the market for cultural consumption. By manipulating consumer capital, policies stimulate motivation for consumption. By affecting customer

satisfaction, cultural supply enhances or weakens consumption behavior. Consumer capital and consumer satisfaction are intermediary variables among them.

(1) Cultural consumption environment directly affects cultural consumption demand.

People are used to subtly engaging with one another in a certain social setting. Cultural consumption is non-competitive and external, that is, at the same time and space, it should satisfy a certain number of consumers in order to complete common consumption. Consumers' emotions will infect each other in the process of co-consumption and reinforce their psychological feelings in the interaction (Wumei, Zeng guang & Xuhua, 2020). Moreover, cultural consumer is vulnerable to the effects of public figures, social trends and other social networking issues. In the cultural sector, the "fan" impact is particularly obvious. Many scholars believe. Hobbies are the primary impetus for the market for cultural consumption. The more active the consumption, the stronger the cultural consumption demand. Consumers are easily influenced by the memory of previous cultural consumption and demonstrate consumption addiction (Li, 2019). The passion and understanding of culture by consumers are the key explanation for hobbies, thus translating them into specific needs. The demand for consumers represents the unique cultural value system in which consumers are located. Throughout the process of integrating into a special community, individuals will gradually shape their cultural values which directly affect the cultural consumer demand of the individual (Latif, Pitafi, Malik, & Latif, 2019). The outcome of interaction in social group activities between individuals and social members. It will further impact the self-identification of consumers with regard to cultural consumption needs.

(2) Motivation for the reward consumption of policies impacting consumer capital.

Human needs are fulfilled by actions, but needs are not enough to motivate people to take actions, since resource limitations allow many human needs only exist in consciousness and cannot be met in practice. Motivation, compared with demand, is more likely to contribute to consumer actions. They can be turned into motivations and take subsequent acts only when human needs are triggered or enhanced under the action of external factors. Market resources are typically the external trigger of consumer incentives from demand to motivation, and the core resource is information; channels; funds. The product advertisements that merchants put on consumers, the pricing strategies they develop for the convenient services they offer, are all targeted at consumer resources. OTOP and cultural consumer events organized in different parts of Thailand are essentially performed in line with the method of publishing lists for the

promotion of cultural product, conducting product fairs, and introducing price concessions. While consumption addiction will make it easier for some cultural consumers to make consumption decisions, for most consumers, cultural product are not the everyday necessities of people and their elasticity coefficient is far higher than the consumption of materials. Only under the conditions of clarifying the nature of the product; the real way of purchasing it and the appropriate price range can consumers substantially increase cultural consumption. This is the shortcoming of capital that cannot be compensated for by customers. In order to enable consumers to understand the transition from demand to incentive, the role of cultural consumption policy lies in making up for the shortcomings of consumer capital.

(3) Cultural supply determines the satisfaction of consumers and limits the consistency of consumer behavior.

Production defines consumption and the material basis for consumption is given by production. The principle of consumption is that the supplier produces products and the availability of products is a significant variable affecting consumption; otherwise, no matter how high the demand and motivation of the customer, how many resources they have, successful consumption will not be realized without purchasing products. The law of supply and demand in economics stresses the inevitability of a reciprocal constraint between supply and demand for products and adjustments in prices, while the law of supply and demand in the cultural field focuses mainly on the content and quality of supply and demand. It is not the commodity that can really fulfill the demand of the cultural consumer, but the quality of the product; not the quantity of supply that can stimulate the continued consumption of the cultural consumer (Wang, 2019). The Thai media announced the revenue rating of 46 Thai films released from January 1 to December 31, 2019 in Thailand. Among these, only 2 movies had more than 100 million baht at the box office, and 18 movies had less than 1 million baht at the box office. These 46 Thai movies totaled 693 million baht at the box office, and the movie was watched by 5.08 million viewers. However, the box office of "Avengers: Endgame (2019)" alone crossed 617 million among the films released in Thailand in 2019. Baht, which is almost the year-round box office profits of 46 Thai movies, makes people think about the Thai movie market. There are quality differences between cultural products and customer satisfaction is the direct manifestation of quality differences, making the advantages of cultural products extremely different (Zhao, Ban & Chen, 2020). Consumer satisfaction, influenced by the consistency of the supply of Cultural products, influences consumer behavioral orientation.

2. The evolution trend of cultural consumption.

Continuous changes in human production and lifestyles have been triggered by the changes of time as well as human concepts, understanding, and skills, and the consumption habits of consumers have also changed accordingly. The evolution of the cultural industry has gained a lot of attention in recent years. It has become increasingly abundant in the material and types of cultural items. Ongoing improvements have also been seen by customer groups together with their desires, motives and attitudes.

2.1 Iteration of major consumer groups and diversification of consumer demand.

There is a particular user group for each long-term consumer product, and consumer groups often have the characteristics of constant iteration. It was determined that the urban Thai consumer focus on finding the right product – one that possesses the right set of product attributes to satisfy their unique needs and desires. Moreover, the higher their purchasing power, the greater their willingness to pay for these specific attributes. Also, Thai consumers are a trendy crowd, especially when it comes to consumer electronics and appliances categories. Thai consumers also place a great deal of importance on brand names, with e-commerce purchasing increasing swiftly across all brands (Bharadwaj, Chaudhary, Kittikachorn & Rastogi, 2017). In Southeast Asia, Thailand has also become a pioneer in e-commerce potential, currently rising at an annual rate of 33.5 percent (Electronic Transactions Development Agency, 2016) due to its high social media penetration figures (58 percent), mobile technologies (149 percent), and the Internet (54 percent) (Deloitte, 2016). From these figures, Thai Generation-Y customers (Thais born between 1981 and 2000) are among the world's most linked consumers (Pumim, Srinuan & Panjakajornsak, 2017) which stated that a new social media model is driving e-commerce in Thailand, with 40% of the purchases digitally influenced. Furthermore, Thai consumers report conducting up to 60% of their online research using websites and apps such as Messenger, Instagram, Line, Kaidee, and Facebook. One improvement in this year's survey is very prominent in all our findings of Chinese consumers in the past ten years.

In all the findings of Thai consumers over the past ten years, there has been a slight shift. In this year's survey, it is very important that Thai customers no longer exist as a single group, but have developed a distinct diversity. The young generation represented by the post-90s and post-00s has grown rapidly and has started to become the new generation's primary customer groups. In the area of cultural consumption, there are currently the most active user groups in the post-90s and

post-00s. Key audience in movie theaters; celebrity concert fans; online game players; recorded audio and video website users and entertainment venue consumption data This is thoroughly illustrated.

Even though they are not the key force in the development of social wealth, the post-90s and post-00s who have grown up with the Internet have become the main user community in the unique social context, their consumption concepts are more accessible, and the demand for entertainment content is more complex Personalization, more willing to embrace new things; new consumption habits, more diversified cons. The new big cultural consumer groups have basically realized the change from fulfilling "basic needs" to "Individual Demand" compared to the previous generation of consumer groups, from "buying cheap" to "buying high-quality" and from buying "public" to "buying" niche, the evolution from buying products" to buying products + services," from "owning" products to "sharing" products.

2.2 Upgrade of consumer group interaction and complication of consumption motivation.

In all walks of life, the growth of the Internet and new technologies has encouraged creativity and changed the way of people communication. Cell phones have become the most important way for people to communicate with the outside world, as far as individual customers are concerned. On the mobile terminal, the process of consumption, interaction with other customers and brands can all be done, which enables interaction in the entire customer decision-making process. Consumers of mobile terminals depend more on short-term high-frequency interactions to increase the frequency of user interactions, but also shorten the length of each interaction. On the Internet, consumers exchange data, get the support of a large number of volunteers, and exchange product experiences with each other. Merchants often seek to create close relations with customers to better understand consumer desires, acquire new product development ideas, and enhance the efficiency of new product development (Yiu, Ngai & Lei, 2020). The short-lived, high-frequency, and rapid "momentary interaction" between customer groups makes it more complicated to turn consumers from demand to motivation to improvisation and speed, as well as to improve consumer motivation.

Every week, 45% of people worldwide post images or videos on social media, according to the world's authoritative market research company, Euromonitor International. Influencers, opinion leaders, self-media, groups, and live broadcast culture have an growing effect on the Internet environment, and the number of customers seeking productivity is increasing. Approximately 53.7% of respondents in China are able

to spend money on products or services that can save time. According to Euromonitor International report, every week 45 percent of individuals post images or videos on social media. Approximately 53.7 percent of Chinese respondents are increasingly willing to spend money on products or services that can save time. The social impact of influencers, opinion leaders, self-media, groups, and live broadcasts in the Internet environment are growing as well as the number of customers seeking quality. Digital technology enhancement and advancement enable customers to make more proficient use of technology. The behavior of consumers is no longer limited by time and space. Consumption has grown from a shopping activity to the everyday activities of people, which has enabled consumption scenarios and consumption behavior to grow “Daily”. The time or place where consumption is unlikely to occur before, such as watching a web drama or inter-class break, or on transportation, can enable consumers to complete consumption and remote interaction or experience through mobile terminals. For cultural consumption, this is particularly valid. People are becoming less and less able to “wait” and are expecting to get instant satisfaction and more convenient services for consumption. This will ultimately have a deep and enduring effect on the production of motivation for cultural consumption.

2.3 Increased consumer maturity and rationalization of consumer behavior.

The rapid growth of the Internet has changed the way people obtain information from newspapers, TV and radio to computers, cell phones and other smart devices, and the way people obtain information has moved from text and photographs to video and live broadcasting. The continuous upgrading of content consumption habits and desires of citizens has been witnessed and encouraged by the vigorous growth of various content carriers. Consumers who have grown up in the Internet era have more data processing and mining expertise and a wider view. They no longer trust company ads or consult so-called experts, and for more learning opportunities, they rely more on the Internet and urgent texting. When making purchase decisions, they will trust their choices and judgments more, will be more “self-centered” and make consumer decisions more rationally. The evolution from “mass consumption period” to “quality consumption period” to “rational consumption period” has been experienced by developed countries. As the market environment has changed and living standards have improved, the maturity of Thai consumers has improved significantly and the behavior of consumers has become more rational. The rationalization of consumer behavior is reflected in the fact that more and more consumers have gained brand knowledge and gradually developed customized brand preferences during the consumption phase in

the light of increasingly diversified information media. This is because consumers pay more attention to the style and quality of life, so they pay more attention to the soft demand and cost-effectiveness of products, and they do not stick to the previous definition of “cheap no good products”, but they are willing to pay more for high quality and pay more attention to the features of the products within a fair price range. Consumers are, in essence, increasingly reluctant to purchase low-quality products at low prices, but with equal prices and brand effects, they are more likely to purchase high-quality items. The industry regards this kind of increasingly “mature” efficiency as “a fair correction of consumption on the path of upgrading consumption”. In the field of cultural consumption as more apparent because low-quality cultural products have become less and less marketable, and the market rate of return for well-respected cultural products is growing.

3. Construct an effective cultural consumption promotion mechanism.

The consumption needs of people are constantly changing with the growth of the economy and society; consumption motives and consumption habits are also constantly changing, creating a promotion mechanism for cultural consumption. Therefore, the consumption climate needs to be optimized and customer capital replenished. Three aspects are proposed in this study; 1). Release Demand for cultural consumption 2). Stimulate inspiration for cultural consumption 3). Boost the enjoyment of cultural consumption.

3.1 Optimizing consumption environment and releasing the need for cultural consumption.

The government is the developer of the cultural industry's climate for growth and the coordinator of all stakeholders. The cultural system reform promoted by the Thai government not only relaxes the constraints on cultural resources, but also encourages the broad masses of social members to exert their cultural creativity, creating a pattern of prosperity and development of the cultural industry; a series of intellectual property measures protect the interests of cultural creative workers. The rights and interests of consumers are also guaranteed. Currently, the development of a framework for promoting cultural consumption requires the government to optimize the institutional climate by means of policy instruments, to create a benign interactive business environment for cultural suppliers and consumers, to increase the protection of consumer rights and to completely unleash the demand for cultural consumption.

Consumers have a higher standard focused on fulfilling their basic needs in the sense of the iterative cultural market groups and the diversification of consumer

demand; deeper levels; and a broader variety of needs are increasingly increasing. Especially in culture; tourism; recreation; fashion; personality; sports; health and other aspects. The criteria are growing, paying more attention to the acquisition of consumption scenes and the sense of experience, and preferring composite products and services that can fulfill multiple needs. In addition to the basic functions, in order to fulfill the needs of customer experience, the cultural supply corresponding to consumer demand must also provide good quality and precise scenic positioning. Traditional product styles, manufacturing concepts, business platforms, terminal marketing models have been difficult for the main cultural supply body to meet modern customer needs, and only to pursue new supplies through ongoing creativity and innovation. This inevitably raises the organizational risks and uncertainties of cultural supply, contributing to the replication of popular products and models by some cultural supply organizations in order to obtain rapid benefits, impacting the impetus of cultural innovation, and also inhibiting the fulfillment of customer demand and potential demand. Release, which is also at the core of the challenge of the new market for cultural customers in terms of balanced and sustainable growth. The effective way to change the status quo is for the government, from the perspective of protecting the rights and interests of cultural consumers, to optimize the consumption environment.

The United States, the European Union, Japan and other countries put great emphasis on the protection of consumers' rights and interests. Not only do they have more advanced consumer products requirements and a more complete system of consumer law and regulation, but they also, by a combination of judicial and administrative means, efficiently safeguard the legitimate rights and interests of consumers. While, owing to the particularity of cultural consumption, Thailand has enacted the 'Consumer Protection Act' in addition to protecting the legitimate rights and interests of consumers by means of basic laws, it is also important to formulate appropriate administrative regulations on cultural consumption in order to protect consumers in the field of cultural consumption. Special interests in order to optimize the environment for cultural consumption (Makbua, 2019). The government must optimize consumption, the people-oriented definition must be sincerely developed and applied and humanistic treatment and democratic engagement embodied. Firstly, of all, beginning with the reality of the needs of cultural consumption, to formulate the laws and regulations of cultural consumption and the policies of consumption to ensure that the basic rights of consumption of the large masses of people are fulfilled. Secondly, to formulate and strictly enforce the standards of cultural production and service, to crack down severely on the disturbance of the order of the cultural market and piracy, to

create and strengthen the system of supervision of the cultural market for credit, and to promote a healthy and stable consumer climate. Thirdly, create an efficient system for communicating the desires of cultural consumers to expand market monitoring and notification channels; enable consumers to report on counterfeiting and trafficking more conveniently; encourage price fraud; compulsory purchasing and selling; and unhealthy cultural operations; and conflicts over cultural consumption Interfere in time; deal with it in accordance with the law. Finally, do a good job of statistical monitoring of cultural consumption, set up a forum for the sharing of big data resources among relevant departments for cultural consumption, comprehensively analyze macro data and micro samples, and dynamically track changes in cultural consumption scale and structure to provide a reliable basis for decision-making research and formulation

3.2 Replenishing consumer capital and Stimulate inspiration for cultural consumption

The translation of future market demand into real consumer behavior needs to generate motivation for cultural consumption. Consumers need sufficient spare money to generate motivation for consumption; leisure time; tools such as accumulation of knowledge and cultural preferences. Keynes' absolute income theory and later relative income theory both emphasize the effect of income on consumption, that is, after income reaches a certain level, after the substitution effect is greater than the income effect, consumers will tend to spend more time on leisure (Bokana & Kabongo, 2018). There is no exception in the area of cultural consumption. When the income level of individuals exceeds a certain level, customers will have more time for cultural consumption. Furthermore, the cultural awareness and hobbies of consumers are significant factors in fostering the patterns of cultural consumption. From the perspective of the economic and social development process in Thailand, it is still necessary to foster the maturity and habit-building of consumers, which is one of the important reasons for limiting the growth of Thai cultural consumption. Therefore, Increasing the total income of residents, increasing leisure time and improving the cultural literacy of residents are all unavoidable choices to stimulate the motivation for cultural consumption and increase the level of cultural consumption, and these factors typically occur when adequate resources are available to consumers.

Many nations have implemented several policies and obtained good results in terms of replenishing consumer capital. In the 1930s, the United States adopted the 'Social Security Statute' to provide administrative funding for the successful operation of the social security system, to provide extensive living security for

citizens, to constantly raise the level of disposable income of residents, and to strictly regulate Cultural products and services. As well as the US government continues to increase the leisure time of residents to provide cultural consumption opportunities for residents. In the basic education of schools, the British government has developed a range of music, drama, dance and fine arts courses and has continued to promote cultural experience programs among community members to continually develop the cultural literacy and art appreciation capabilities of residents. Following the outbreak of the global financial crisis in 2008, the Japanese government expanded its spending in social security and supplemented consumer resources with a series of policy steps, such as reforming the wage structure, the welfare delivery system and the tax system, increasing jobs and total incomes, increasing leisure time, etc. Based on some countries' experience in encouraging cultural consumption, the social security system is great, the motivation of people to consume will naturally be stimulated, and the level of consumption will also be dramatically improved.

Currently, Thailand is encouraging cultural consumption and needs to provide consumers with resource gaps that are actually inadequate and remove the fears of residents regarding cultural consumption. Firstly, deepen the reform of the income distribution system, strengthen the employee shareholding system and the technology shareholding system, enforce the residual income sharing system, provide institutional guarantees for the source of income for a single factor worker, promote residents' total income growth and improve the capacity of residents to consume culturally. Secondly, it decreases the time constraints of cultural consumption, strengthens the nature of the holiday structure for residents, increases the freely available time for families to spend their leisure and cultural consumption together and creates conditions for concentrated cultural consumption. Finally, cultivating the main body of cultural consumption, incorporating cultural and artistic education into the scheme of general education and continuing education, making it a compulsory course for multi-talent cultivation and popularizing education in the area of cultural consumption for the entire population. At the same time, the education and publicity of the idea of mass media cultural consumption should be reinforced in the form of an advanced concept; a rational structure; and a social movement towards cultural consumption in the right direction.

3.3 Improve supply levels and boost the enjoyment of cultural consumption.

The satisfaction of cultural consumers and the growth of consumption habits rely on the healthy development of the market for cultural consumption. The availability of cultural products and services is an actually significant factor affecting the development of the market for cultural consumption. Not only do the members of the ecosystem compete in the same market, but also in collaboration and symbiosis. By mutual dependency and collaboration, they sustain their existence and growth, thus promoting the whole cultural industry. Evolvement of habitats (Li, 2020). The main members of the ecosystem of the cultural industry are cultural users and cultural suppliers. The output of cultural suppliers is determined by the choice of cultural consumers, and cultural suppliers' behavior affects the choices of cultural consumers, the "fan economy" has become a brand new marketing paradigm in the cultural industry, creating an ecosystem in which the benefits of supply and demand are shared and checks and balances are shared, particularly in the context of the rapid rise of self-media. "Fans" reflect strong buying power and future consumption habits and loyal communities in self-marketing. Not only are they able to pay for the usage value of the commodity itself, they also pay more attention to the emotional premium of Cultural products and services, and they are to a large degree responsible for the Key to Victory for cultural suppliers.

Facing increasingly diversified and individualized demands for cultural consumption, the offering of higher quality through the quality revolution of Cultural products and services; marketable cultural supply in order to unlock the potential of cultural consumption is the pivotal key to fostering a sustainable growth of cultural consumption. Firstly, cultural supply must aim at the new demand for cultural consumption, mobilize market forces to increase efficient supply, promote the expansion and upgrading of consumption, in particular to respond to changes in consumption habits induced by the growth of the Internet, improve the conditions of cultural consumption, and create a public forum for the provision of information on the cultural market. Secondly, manufacturers need to subdivide customer segments on the basis of product attributes, obtain insights and actual consumer demand descriptions, tapping and stimulating future consumer demand, effectively locating target consumer groups and targeted product creation and marketing. An efficient supply can be generated by targeting market demand and converting consumer demand into consumer action (Lansing, Siegfried, Sunyaev & Benlian, 2019). Thirdly, cultural suppliers need to look for a carrier that is sufficient to

establish a distinctive fan brand, create a good channel of emotional contact with customers, develop loyal customer groups, create a unique customer experience for them and allow customer groups to project their feelings. Cultural provision has long-tail liquidity capabilities in terms of products and labels. Finally, the development of a virtuous cycle of the environment of the cultural industry, the promotion of the integration of cultural enterprises and cultural industries, the promotion of the integration of culture and different industries, and the fulfillment and creation of new demands by new supplies; new consumption would form a cultural supply with distinctive regional characteristics and brand impact.

Conclusion

Cultural consumption dominance is not in the hands of the government, but it relies on the behavioral choices of consumers. Consumption in the world is a manifestation of the self-identity of consumers. Through this approach, customers have a close link with the environment in which they live and gain a sense of identity. Cultural consumption is no longer confined to conventional cultural performances, book purchases, and movies with the evolution of cultural and economic forms brought on by "culture +" and "Internet +". Regardless of food, clothing, housing and transport, cultural consumption may constitute cultural consumption as long as it is a form of consumption with cultural content as the heart. Consumers are more passionate about high-quality Cultural products and convenient service methods, with the diversification of lifestyle preferences and the extensive use of the Internet, and have formed the habit of communicating customer experience through digital media. This makes the relationship between cultural suppliers and cultural customers no longer the opposite ends of supply and demand, but a benefit-sharing arrangement is formed by more frequent and diversified interactions. Some loyal cultural product consumers are not only participants in the production of content, but also promoters of product marketing. The cultural industry ecosystem has been collectively built by customers, manufacturers, states, associated organizations and individuals.

A systematic analysis of the driving factors of cultural consumption, based on the assumption of environmental optimization, and of the ecological definition of the cultural industry, based on the theory of multi-party harmonious coexistence and mutual promotion and collective prosperity, is more scientific in the face of changes in consumption habits and market systems. Long-term mechanism of promotion for cultural consumption.

References

- Ahrholdt, D. C., Gudergan, S. P. & Ringle, C. M. (2019). Enhancing loyalty: When improving consumer satisfaction and delight matters. *Journal of Business Research*, 94, 18-27.
- Bai, Y., Nie, R. & He, J. (2019). Study on the Development Strategy of Yunnan Sports Industry Based on SWOT-AHP Model. In 2019 International Conference on Social Science and Education (ICSSAE 2019)
- Banerjee, A.V., & Duflo, E. (2007). The Economic lives of the poor. *Journal of Economic Perspectives*, 21(1), 141-168.
- Berger, J. and Heath, C. (2007). Where consumers diverge from others: Identity signaling and product domains. *Journal of Consumer Research*, 34, 121 – 134.
- Bokana, K. G., & Kabongo, W. N. S. (2018). Modelling real private consumption expenditure in south Africa to test the absolute income hypothesis. *Journal of Economics and Behavioral Studies*, 10, 138-155.
- Chandler, J. D. & Vargo, S. L. (2011). Contextualization and value-in-context: how context frames exchange. *Marketing Theory*, 11, 35-49.
- Cong, D. (2019). Research on community distribution model based on structural equation model. IOP Conference Series: *Materials Science and Engineering*, 688033010. Doi: 10.1088/1757-899x/688/3/033010
- Delbridge, R. & Edwards, T. (2013). Inhabiting institutions: critical realist refinements to understanding institutional complexity and change. *Organization Studies*, 34, 927-947.
- Denpaiboon, C. & Amatasawatdee, K. (2012). Similarity and difference of one village one Product (OVOP) for rural development strategy in Japan and Thailand. *Japanese Studies Journal Special Issue: Regional Cooperation for Sustainable Future in Asia*, 10, 2-4. [in Thai]
- Electronic Transactions Development Agency. (2016). *Thailand internet user profile 2016*. Bangkok: Office of State Electronic Transactions Development Agency.
- Didenko, N. I., Romashkina, G. F., Skripnuk, D. F. & Kulik, S. V. (2020). Dynamics of trust in institutions, the legitimacy of the social order, and social open Innovation. *Journal of Open Innovation: Technology, Market, and Complexity*, 6, 111; <https://doi.org/10.3390/joitmc6040111>.
- Escalas, J. E., & Bettman, J. R. (2003). You are what they eat: the influence of reference groups on consumers' connections to brands. *Journal of Consumer Psychology*, 13, 339 – 348.
- Lansing, J., Siegfried, N., Sunyaev, A., & Benlian, A. (2019). Strategic signaling through cloud service certifications: Comparing the relative importance of certifications' assurances to companies and consumers. *The Journal of Strategic Information Systems*, 28, AMSTERDAM : ELSEVIER. ISSN 1873-1198.

- Latif, K., Pitafi, A. H., Malik, M. Y., & Latif, Z. (2019). Individual cultural values and consumer animosity: Chinese consumers' attitude toward American products. *Sage Open*, 9, <https://doi.org/10.1177/2158244019871056>.
- Li, C. (2020). Construction and perfection of internet brand ecosystem. In *Proceedings of the 2020 the 4th International Conference on Information System and Data Mining*, 123-127. <https://doi.org/10.1145/3404663.3406875>.
- Li, Y. (2019, May). Movie derivatives market development research. In *Proceedings 2019 5th International Conference on Humanities and Social Science Research (ICHSSR 2019)*. <https://doi.org/10.2991/ichssr-19.2019.95>
- Makbua, P. (2019). Establishment of one-stop service organization for consumer complaint in Thailand. *Thammasat Business Law Journal*, 9, 345-357.
- National Statistical Office, Ministry of Digital Economy and Society. (2019). *Summary of Important Results Explore the Use of Digital Technology and Household Communication B.E. 2560 (1st Quarter)*. Bangkok: Statistical Forecasting Division, National Statistical Office.
- Novotná, M. & Kunc, J. (2019). Experiences matter! luxury tourism consumption patterns and motivation of the Czech affluent society. *The Central European Journal of Regional Development and Tourism*, 11, 121-142.
- Pumim, A., Srinuan, C., & Panjakajornsak, V. (2017). Mobile phone customer loyalty in Thailand: A path analysis case study. *Asia-Pacific Social Science Review*. 16, 65-82.
- Salter, C., Nascimento, B., Terrier, J., Taniguchi, H., Bernie, H., Miranda, E. & Mulhall, J. (2020). 157 Defining the impact of peyronie's disease on psychosocial status in gay versus heterosexual men. *Andrology*. doi: 10.1111/andr.12899.
- Stathopoulou, A. & Balabanis, G. (2019). The effect of cultural value orientation on consumers' perceptions of luxury value and proclivity for luxury consumption. *Journal of Business Research*, 102, 298-312.
- Tauber, E. M. (1972). Marketing notes and communications. why do people shop? *Journal of Marketing*, 36, 46-59.
- Wang, X. (2019). Research on the design and development of festival cultural derivatives from the perspective of arts and crafts. In *Proceedings of the 3rd International Conference on Art Studies: Science, Experience, Education (ICASSEE 2019)*. 204-207.
- Wang, Y., N. & Fang, Y. (2010). A comparison on the factors influencing cultural consumption among china's rural areas. *Research on The Generalized Fictitious Economy*, 001(003), 79-90.
- White, K., & Dahl, D. (2007). Are all out-group & created equal? Consumer identity and dissociative in flounce. *Journal of Consumer Research*, 34, 525-536.

- Wumei, L. I. U., Zengguang, M. A. & Xuhua, W. E. I. (2020). A meta-analysis of the effect of crowding on consumers' emotional reactions and shopping-related behavioral reactions. *Acta Psychologica Sinica*, 52, 1237.
- Xie, X., Xie, X. & Martinez-Climent, C. (2019). Identifying the factors determining the entrepreneurial ecosystem of internet cultural industries in emerging economies. *International Entrepreneurship and Management Journal*, 15, 503-522.
- Yiu, H. L., Ngai, E. W. & Lei, C. F. (2020). Impact of service-dominant orientation on the innovation performance of technology firms: Roles of knowledge sharing and relationship learning. *Decision Sciences*, 51, <https://doi.org/10.1111/deci12408>
- Zhao, J., Lu, Y., Ban, H. & Chen, Y. (2020). E-commerce satisfaction based on synthetic evaluation theory and neural networks. *International Journal of Computational Science and Engineering*, 22, 394-403.

.....

การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์

AN EXPERIENTIAL LEARNING AND CRITICAL REFLECTION

Received: May 21, 2020

Revised: Aug 27, 2020

Accepted: Sep 30, 2020

นัยนา ดอรรมาน^{1*} ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา² ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์³
Naiyana Doramarn^{1*} Prasarn Malakul Na Ayudhaya² Pongpan Kirdpitak³

¹⁻³จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์, มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
¹⁻³Psychology for Developing Human Potentials, Kasem Bundit University

*Corresponding Author, E-mail: nana.nana.naiyana@gmail.com

บทคัดย่อ

รูปแบบการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ หมายถึง กรอบในการดำเนินงานเพื่อสร้างความรู้ ทักษะ และเจตคติด้วยการบูรณาการแนวคิดการเรียนรู้เชิงจิตวิทยา ได้แก่ แนวคิดที่หนึ่ง การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์ชีวิต รูปแบบมี 4 ขั้นตอนดำเนินการ คือ (1) การค้นหาปัญหา (2) การตั้งคำถาม (3) การตอบคำถาม และ (4) การนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ และแนวคิดที่สอง การสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ เป็นกระบวนการเรียนรู้สู่ความเปลี่ยนแปลง เปลี่ยนเจตคติ และความเชื่อที่มีผลต่อพฤติกรรม ซึ่งเกิดจากการคิดวิเคราะห์ เปรียบเทียบ ในการแก้ไขปัญหา รูปแบบมี 6 ขั้นตอนดำเนินการ คือ (1) การระบุเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น (2) การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน (3) การประเมินสถานการณ์ (4) การวิเคราะห์สถานการณ์ (5) การวางแผนเพื่อบริหารจัดการปัญหา และ (6) การปฏิบัติตามแผนและสรุป บทความทางวิชาการนี้ได้นำเสนอรูปแบบดังกล่าว เพื่อเป็นแนวทางเสริมสร้างพฤติกรรมและการสะท้อนคิดของบุคคลให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์แบบยั่งยืน

คำสำคัญ: รูปแบบ การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ การสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์

Abstract

An experiential learning and critical reflection is presented as an operational framework for building knowledge, skills, and attitudes through the integration of psychological learning concepts comprising concept 1: an experiential learning which is a process of learning from life experiences with 4 steps to be taken, namely 1) finding the problem, 2) asking questions, 3) answering the questions, and 4) application of knowledge; and concept 2: the critical reflection in terms of transformative learning processes, changing attitudes and beliefs affecting behavior which is caused by a comparative analysis of the problems. The model includes 6 steps to be taken: 1) situational description 2) experience sharing 3) situation assessment 4) situation analysis 5) planning and managing situation and 6) putting the plan into practice and concluding

results. This article presents the model for the purpose of further enhancing behavior and reflection of people to create desirable behavior in a sustainable way.

Key words: Model, Experiential learning, Critical Reflection

บทนำ

การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ เป็นการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ สำหรับการเรียนรู้เชิงประสบการณ์นั้น เป็นกระบวนการที่ผู้เรียนเป็นผู้คิดและลงมือกระทำเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเพื่อสร้างความรู้ใหม่ โดยเริ่มจากการรับรู้ปัญหา คิดหาแนวทางแก้ไข ปรับเปลี่ยนตนเองตามกระบวนการเรียนรู้ให้สามารถปฏิบัติในสถานการณ์ใหม่ ๆ (Dewey, 1997: 159-160) เป็นสร้างความรู้ ทักษะและเจตคติ โดยการนำประสบการณ์เดิม แล้วกระตุ้นให้สะท้อนความคิดเกี่ยวกับประสบการณ์นั้น ๆ ออกมาเพื่อเป็นความรู้ใหม่ ส่วนการแนวความคิดการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์นั้น เป็นกระบวนการในการสร้างความเข้าใจและให้เหตุผลต่อประสบการณ์เพื่อการเรียนรู้โดยใช้ความสามารถทางการวิเคราะห์ สังเคราะห์ การประเมินและตัดสินใจอย่างมีวิจารณญาณ ความเป็นตัวเอง และความสามารถในการเรียนรู้ (Hinett, 2002) ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ดังกล่าว เป็นการให้ความหมายใหม่ต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ เพื่อนำ ไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและเจตคติ ใหม่ ซึ่งในการพัฒนาบุคคลนั้นต้องใช้ทั้งการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ร่วมกันในการเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมและการสะท้อนคิดเพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่พึงประสงค์อย่างยั่งยืน

บทความนี้ประกอบด้วยแนวความคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ แนวความคิดการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ และรูปแบบการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ ซึ่งจะทำให้ได้รับทราบแนวคิดและวิธีดำเนินการของรูปแบบดังกล่าว ซึ่งสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการเสริมสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์

การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Experiential Learning)

ความหมายของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์

การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ เป็นกระบวนการที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยนำประสบการณ์เดิมที่มีอยู่เกิดการเรียนรู้เป็นเพื่อสร้างความรู้ขึ้นใหม่ โดยนักวิชาการได้ให้ความหมายไว้ดังนี้

Craig (1987: 498) ได้ให้ความหมายว่า การเรียนรู้จากประสบการณ์ หมายถึง ความรู้ ทักษะ หรือความสามารถที่ได้รับจากการสังเกตการได้รับการกระตุ้นหรือการมีส่วนร่วมในการปฏิบัติและดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ โดยเข้าไปร่วมด้วยความสมัครใจ ร่วมปฏิบัติ วิเคราะห์ ข้อมูลอย่างมีวิจารณญาณ และนำไปประยุกต์ใช้ เป็นการแสวงหาคำตอบและตอบคำถามได้ด้วยตนเอง

Evan (1994: 112) กล่าวถึงการเรียนรู้จากประสบการณ์ว่า หมายถึง ความรู้และทักษะที่ได้รับจากประสบการณ์การทำงาน จากการศึกษาที่ไม่เป็นทางการ ไม่ว่าจะเป็น การเรียนรู้จากประสบการณ์ การเรียนรู้จากหนังสือ จากการบรรยาย การทดลอง การเรียนรู้จากประสบการณ์จึงเป็นวิธีการเรียนรู้ที่หลากหลาย

Kolb (2005: 49) ได้ให้ความหมายว่า การเรียนรู้จากประสบการณ์ หมายถึง กระบวนการสร้างความรู้โดยการปรับเปลี่ยนประสบการณ์อย่างต่อเนื่อง จากการสังเกต การสะท้อนความคิด การสรุปความคิดรวบยอดนำไปสู่การนำไปปฏิบัติ

สมศักดิ์ ภูวิภาดาพรรณ (2544: 39- 40) กล่าวว่า การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ หมายถึง การเรียนรู้จากประสบการณ์หรือการเรียนรู้จากการได้ลงมือปฏิบัติจริง โดยที่ได้มีโอกาสรับประสบการณ์แล้วได้รับการกระตุ้นให้สะท้อนสิ่งต่าง ๆ ที่ได้จากประสบการณ์ออกมาเพื่อพัฒนาทักษะ เจตคติ หรือวิธีการคิดใหม่ ๆ

ทศนา เขมมณี (2545: 131) ให้ความหมายว่า การจัดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ หมายถึง การดำเนินการที่จะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ตามเป้าหมายโดยให้ได้รับประสบการณ์ที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ในเรื่องที่เรียนรู้ก่อน แล้วจึงให้ย้อนไปสังเกต ทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้นและนำสิ่งที่เกิดขึ้นมาคิดพิจารณาไตร่ตรองร่วมกันจนกระทั่งพนักงานสามารถสร้างความคิดรวบยอดหรือสมมติฐานต่าง ๆ ในเรื่องที่เรียนรู้ แล้วจึงนำความคิด หรือสมมติฐานเหล่านั้นไปทดลองหรือประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ใหม่ ๆ ต่อไป

ราณี รัชพงษ์ (2547: 42) กล่าวว่า การเรียนรู้จากประสบการณ์ คือกระบวนการสร้างความรู้ ทักษะ และเจตคติด้วยการนำเอาประสบการณ์เดิมมาบูรณาการเพื่อสร้างความรู้ใหม่ ๆ ขึ้น

กิ่งแก้ว อารีรักษณ์และคณะ (2549: 70) ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้จากประสบการณ์ว่าหมายถึง การเรียนรู้จากประสบการณ์หรือการลงมือด้วยการกระทำ โดยการดึงเอาประสบการณ์แล้วกระตุ้นให้สะท้อนความคิดเกี่ยวกับประสบการณ์นั้นออกมาเพื่อพัฒนาความคิดใหม่ เจตคติและทักษะใหม่ เพื่อนำไปสู่ความรู้ใหม่

จากความหมายของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ของนักวิชาการต่าง ๆ มีส่วนร่วมที่เหมือนกันเป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์เดิม เพื่อให้เกิดความรู้ ทักษะและเจตคติ เพื่อให้เกิดความรู้ใหม่ ส่วนที่แตกต่างกันคือ กระบวนการในการเรียนรู้ของแต่ละบุคคลเพื่อให้เกิดความรู้ใหม่

จึงสรุปได้ว่า การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ หมายถึง กระบวนการสร้างความรู้ ทักษะและเจตคติ โดยการดึงเอาประสบการณ์เดิม แล้วกระตุ้นให้สะท้อนความคิดเกี่ยวกับประสบการณ์นั้น ๆ ออกมาเพื่อเป็นความรู้ใหม่

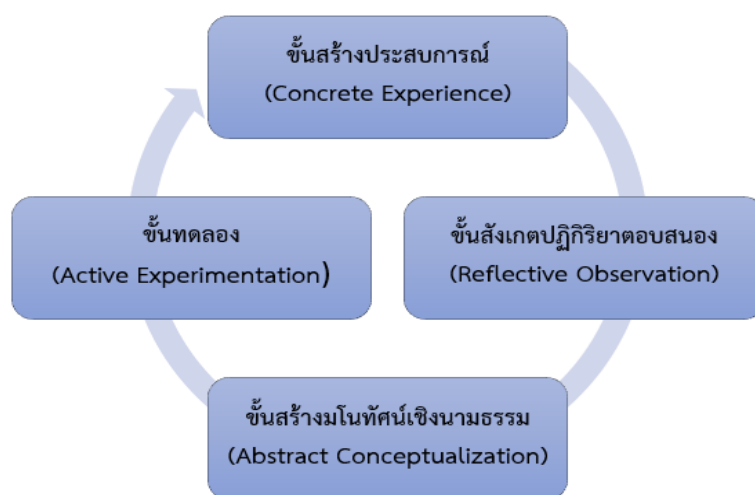
แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับกระบวนการและองค์ประกอบของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์

แนวคิดของ Dewey (2005: 34) กล่าวถึงรูปแบบการเรียนรู้จากประสบการณ์ว่าเป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการเจาะในเหตุผลและการบูรณาการระหว่างประสบการณ์กับความคิดรวบยอด การสังเกตและการปฏิบัติ ส่งผลให้เกิดความคิดและความคิดนั้นก่อให้เกิดแรงกระตุ้นในการเรียนรู้ต่อไป โดยที่ Dewey เชื่อว่าการเรียนรู้จะเกิดจากการปฏิบัติจริง การเรียนรู้จากประสบการณ์เกิดขึ้น เมื่อได้เข้าไปเกี่ยวข้องกับกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งแล้วสามารถมอย้อนกลับไปเพื่อประเมินผลและตัดสินใจอะไรที่มีประโยชน์หรือมีความสำคัญ กระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดของ Dewey ประกอบด้วยกระบวนการที่เป็นวงจรหมุนวนเป็นวงจรลูกโซ่ไปอย่างต่อเนื่อง 3 ขั้นตอน คือร่วมปฏิบัติจริง (Impulse) ซึ่งเป็นขั้นที่ทำให้ผู้เรียนเกิดแนวคิดหรือแรงบันดาลใจ ขั้นใคร่ครวญไตร่ตรอง (Observation) ที่ส่งผลให้เกิดการสรุปเป็นความรู้ (Knowledge) และขั้นวินิจฉัยเพื่อนำไปประยุกต์ใช้ (Judgment) เป็นขั้นที่นำขั้นการสังเกตหรือความรู้ที่สรุปได้มาใช้วินิจฉัยสถานการณ์ใหม่

แนวคิดของ Lewin (2005: 32) ได้ใช้มุมมองของ Dewey มาพัฒนารูปแบบการเข้าถึงการเรียนรู้ Lewin มีความคิดคล้ายกับ Deweyคือ มีความเชื่อว่าประสบการณ์จะนำไปสู่การเรียนรู้ที่มากขึ้น เราจะเข้าใจความหมายของประสบการณ์นั้น และสามารถนำไปใช้พัฒนาตนเองหรือกลุ่ม Lewin มีมุมมอง

เกี่ยวกับรูปแบบการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่สำคัญ 2 ประการ ได้แก่ ประการแรก คือ การเรียนรู้เป็นรูปธรรมของการนำประสบการณ์ที่เป็นนามธรรมมาใช้ในสถานการณ์เฉพาะหน้า ประสบการณ์ของบุคคลนับเป็นจุดเน้นของการเรียนรู้ที่มีความหมาย เพื่อนำไปสู่การความคิดรวบยอดที่เป็นนามธรรม ในขณะที่ส่วนที่เป็นรูปธรรมคือ การแบ่งปันรูปธรรมเชิงประจักษ์เพื่อการทดสอบความหมาย และความถูกต้องของความคิดสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นในกระบวนการเรียนรู้ ประการที่สอง คือ การเรียนรู้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการและการทดลองการฝึกอบรมที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของกระบวนการสะท้อนกลับ Lewin เน้นถึงความสำคัญของการกระตือรือร้น มีส่วนร่วมเพื่อเรียนรู้ทักษะและทัศนคติใหม่ ๆ ซึ่งจะทำให้รูปแบบพฤติกรรมมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น การเรียนรู้จะสัมฤทธิ์ผลมากที่สุดในกลุ่มที่มีปฏิสัมพันธ์กัน และสะท้อนออกมาเป็นประสบการณ์ร่วมกัน กระบวนการเรียนรู้ของ Lewin ประกอบด้วยวงจร 4 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรม (Concrete Experience) ขั้นการสังเกตและสะท้อนผลการสังเกต (Observation) ขั้นการก่อตัวของแนวคิดเชิงนามธรรมและหลักการทั่วไป (Forming abstract) และขั้นการทดสอบความหมายของแนวคิดในสถานการณ์ใหม่ๆ (Testing in new situation)

แนวคิดของ Kolb (2005: 21) ได้นำเสนอกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์ว่าประกอบด้วยขั้นตอนดังต่อไปนี้ คือ 1) ขั้นสร้างประสบการณ์ (Concrete Experience) เป็นขั้นที่คนได้รับประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรม 2) ขั้นสังเกตปฏิกริยาตอบสนอง (Reflective Observation) เป็นขั้นการเรียนรู้ที่ทำให้สามารถมองเห็นความแตกต่าง มุมมองอื่น ๆ ที่มีความสัมพันธ์กับสถานการณ์ขณะนั้น แล้วสะท้อนแนวคิดออกมาด้วยมุมมองที่หลากหลาย 3) ขั้นสร้างมโนทัศน์เชิงนามธรรม (Abstract Conceptualization) เป็นขั้นที่สรุปความรู้จากการสังเกตและการสะท้อนความคิด บูรณาการสิ่งต่าง ๆ ที่รับรู้เข้าเป็นทฤษฎีอย่างเป็นเหตุเป็นผล และ 4) ขั้นทดลอง (Active Experimentation) เป็นขั้นที่นำหลักการที่สรุปได้ไปประยุกต์ใช้กับสถานการณ์ใหม่



ภาพ 1 แสดงกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์ตามแนวคิดของ Lewin
ที่มา: “รูปแบบการจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์”, โดย พิมพันธ์ เตชะคุปต์, 2549, น. 70.

คุณลักษณะของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ตามแนวความคิดของ Kolb (2005: 25-38) มีหลักการต่าง ๆ ดังนี้ 1) เป็นกระบวนการไม่ใช่ผลลัพธ์ 2) เป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องที่มีรากฐานจากประสบการณ์ 3) เป็นกระบวนการแก้ไขข้อขัดแย้งระหว่างสิ่งที่อยู่ตรงข้ามกันของการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ 4) เป็นกระบวนการโดยรวมของการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ 5) การเรียนรู้เกี่ยวข้องกับการแลกเปลี่ยนกันระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม และ 6) เป็นกระบวนการของการสร้างความรู้

สรุปแนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการและองค์ประกอบของการเรียนรู้จากประสบการณ์ ตามแนวคิดของ Dewey (2005) คือ เป็นกระบวนการหาเหตุผลและบูรณาการระหว่างประสบการณ์กับความคิดรวบยอด การสังเกตและการปฏิบัติก่อให้เกิดการเรียนรู้ต่อไป มีกระบวนการคือ การร่วมปฏิบัติจริง การใคร่ครวญไตร่ตรอง ส่งผลให้เกิดความรู้และนำไปประยุกต์ใช้ แนวคิดของ Lewin (2005) เชื่อว่าประสบการณ์นำไปสู่การเรียนรู้ที่มากขึ้น มีมุมมองเกี่ยวกับประสบการณ์ที่สำคัญ 2 ประการคือ การเรียนรู้เป็นรูปธรรมของการนำประสบการณ์ที่เป็นนามธรรมมาใช้ ประสบการณ์ของคนเป็นการเรียนรู้ที่มีความหมายเพื่อนำไปสู่ความคิดรวบยอดที่เป็นนามธรรม และประการต่อมา คือ การเรียนรู้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการและการทดลองเป็นกระบวนการสะท้อนกลับของพฤติกรรม กระบวนการของ Lewin ประกอบด้วย ชั้นประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรม ชั้นการสังเกตและสะท้อนผลการสังเกต ชั้นการก่อตัวของแนวคิดเชิงนามธรรมและหลักการทั่วไป และชั้นการทดสอบความหมายของแนวคิดในสถานการณ์ใหม่ๆ และแนวคิดของ Kolb (2005) มีกระบวนการคือ ชั้นสร้างประสบการณ์ ชั้นสังเกตปฏิกิริยาตอบสนอง ชั้นมโนทัศน์เชิงนามธรรม และชั้นทดลอง

การสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ (Critical Reflection)

ความหมายและที่มาของการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์

การสะท้อน (Reflection) มีรากศัพท์มาจากภาษาละตินที่มีหน่วยคำว่า Re หมายถึง ย้อนกลับ และคำว่า Flection หมายถึง ผ่านมาแล้ว ความหมายโดยรวมคือ “การย้อนกลับไปทบทวนสิ่งที่ผ่านมาแล้ว” โดยสิ่งที่ย้อนกลับไปทบทวนนั้นควรให้ครอบคลุมทั้งความคิดและการปฏิบัติ เพื่อให้ได้วิธีการหรือแนวทางที่แตกต่างซึ่งดีกว่าเดิม จึงถือว่าเป็นการสะท้อนคิดที่มีประสิทธิภาพ (Postholm, 2008) ต่อมา Dewey เรียกวิธีนี้ว่า การคิดซ้ำซ้ำ (Consist) ทวนไปมาถึงสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และได้กำหนดแนวปฏิบัติจนได้รับการยอมรับว่าเป็นผู้เริ่มใช้คำว่า “การสะท้อนคิด (Reflective Thinking) หมายถึง การที่บุคคลมีความกระตือรือร้นอย่างจริงจังสม่ำเสมอไม่เปลี่ยนแปลง ในการพิจารณาอย่างรอบคอบต่อความเชื่อหรือความรู้ที่เป็นสมมุติฐานจนทำให้ได้ข้อสรุปตามที่ควรจะเป็น นอกจากการสะท้อนคิดที่เกิดจากการคิดเฉพาะตนแล้วยังต้องใช้ความสามารถเชิงปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นเพื่อเชื่อมโยงปัญหา อีกทั้งมีแนวทางปฏิบัติที่ซับซ้อนขึ้น (Schon, 1995) การสะท้อนคิดยังเป็นพฤติกรรมปฏิบัติของผู้ที่มีความสามารถทางการคิดด้านนี้ หรือเรียกว่า นักปฏิบัติการสะท้อนคิด (Reflective Practitioner)

การศึกษาประเด็นการสะท้อนคิด (Reflective thinking) ในประเทศไทยพบว่ามีการใช้คำนี้ในภาษาไทยสามคำคือ การคิดไตร่ตรอง การคิดสะท้อน และการสะท้อนคิด โดยเฉพาะที่มีการกล่าวถึงเรื่องนี้โดยตรง คือ วิจารณ์ พานิช (2558) ได้ให้ความหมายของ Critical Reflection คือ การสะท้อนคิดอย่างจริงจังเป็นแนวทางการเรียนรู้สู่ความเปลี่ยนแปลงภายในตนถึงขั้นเปลี่ยนเจตคติ หรือความเชื่อที่มีผลต่อพฤติกรรม (Mindset) รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงแนวทางการให้ความหมายใหม่ต่อสิ่งใด ๆ มีความมุ่งมั่น และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งจัดว่าเป็นการพัฒนาวุฒิภาวะทางการเรียนรู้ (Mature cognitive development) สอดคล้อง

กับ Mezirow (1991: 12) ว่าเป็นกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เดิมที่นำไปสู่การให้ความหมายใหม่ แยกความแตกต่างได้ชัดเจน และบูรณาการความเข้าใจจากประสบการณ์ของตน

สรุป การสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ หมายถึง กระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เดิม นำไปสู่การให้ความหมายใหม่ของสิ่งต่าง ๆ ให้ครอบคลุมมากยิ่งขึ้น เป็นการบูรณาการความเข้าใจจากประสบการณ์ เกิดจากการเรียนรู้ไปสู่การปฏิบัติ

แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์

การสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์มีรากฐานมาจากสาขาวิชาหลักทางวิชาการในด้านปรัชญา (The philosophical approach) มาจากแนวคิดของโสกราตีส เพลโต อริสโตเติล ที่มุ่งเน้นการคิดตามความเชื่อหรือสันนิษฐานของบุคคล เน้นความคิดที่มีคุณภาพและมาตรฐานที่เป็นการอธิบายคุณสมบัติและลักษณะของบุคคลมากกว่าพฤติกรรมหรือการกระทำ (Lewis & Smith, 1993; Thayer-Bacon, 2000) สำหรับด้านจิตวิทยา มีแนวคิดมาจากการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด (The cognitive psychology approach) คือมุ่งเน้นการคิดไปสู่การกระทำหรือพฤติกรรม รวมถึงทักษะหรือการดำเนินการ เช่น การวิเคราะห์ การตีความ การตั้งคำถาม เป็นต้น (Lewis & Smith, 1993) และด้านการศึกษา (Educational approach) มาจากแนวคิดของ Bloom (1956) ซึ่งเชื่อว่าการเรียนการสอนที่จะประสบความสำเร็จและจะมีประสิทธิภาพนั้น ผู้สอนจะต้องกำหนดจุดมุ่งหมายให้ชัดเจน และได้แบ่งประเภทของพฤติกรรมโดยอาศัยทฤษฎีการเรียนรู้และจิตวิทยาพื้นฐานว่า มนุษย์จะเกิดการเรียนรู้ใน 3 ด้าน คือ ด้านสติปัญญา ด้านร่างกาย และจิตใจ (Ennis, 1985; Sternberg, 1986)

ต่อมาการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ได้รับการอธิบายจากทฤษฎีการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง (Transformative learning) ซึ่งเป็นทฤษฎีที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่อยู่ภายในตนสามารถเปลี่ยนมุมมองและความหมายต่อโลกและชีวิต นักทฤษฎีคนแรก คือ Jack Mezirow กล่าวว่า การเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง คือการเรียนรู้ที่เปลี่ยนกรอบการอ้างอิง (Frame of reference) เดิมไปสู่กรอบการอ้างอิงที่ใหญ่ขึ้น กว้างและลึกซึ้ง สามารถแยกแยะความแตกต่างได้ สามารถสะท้อนและนำเสนอภาพความรู้ที่นึกคิดได้มากขึ้น และกรอบการอ้างอิงนี้สามารถรับกับการเปลี่ยนแปลงและถูกต้องได้มากขึ้น (Mezirow, 2003) เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ใช้ความคิดในการแก้ไขปัญหา วิเคราะห์ สังเคราะห์ ความรู้ในทุกระดับเพื่อสร้างการเรียนรู้ด้วยตนเอง นอกจากนี้ยังหมายถึงการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงกรอบความคิดที่มีปัญหาหรือยังไม่ลงตัวโดยทำให้ครอบคลุมมากขึ้น แยกแยะมากขึ้น ผ่านการใคร่ครวญไตร่ตรองมากขึ้น เปิดกว้างมากขึ้น และมีพื้นฐานทางอารมณ์ที่เอื้อต่อการเปลี่ยนแปลง กลไกของการเรียนรู้มี 4 ประเภท คือ 1) ทบทวนความรู้เดิม 2) เรียนรู้ความหมายใหม่ 3) เปลี่ยนแปลงความหมายเดิม และ 4) เปลี่ยนแปลงกรอบของการให้ความหมาย (วิจารณ์ พานิช, 2558: 31)

การสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ตามแนวคิดของ Gibbs (1988) มีองค์ประกอบ 6 ขั้นตอน คือ 1) การบรรยาย (Description) เป็นการบรรยายสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจากความรู้สึกที่กำลังเผชิญอยู่ กระตุ้นให้เกิดการสะท้อนคิด 2) ความรู้สึก (Feelings) เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน โดยการสะท้อนคิดจากความรู้สึกและการรับรู้ ว่าคิดอย่างไรหรือรู้สึกอย่างไรต่อสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น 3) การประเมิน (Evaluation) เป็นการประเมินวิเคราะห์ประสบการณ์ ว่ามีความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นว่าเป็นไปในทางลบหรือบวกอย่างไร ตนเองและบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องทำ

อย่างไรกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น มีการอ้างหลักการหรือที่ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง 4) การวิเคราะห์ (Analysis) เป็นการวิเคราะห์สถานการณ์หรือเหตุการณ์โดยภาพรวม โดยใช้ประสบการณ์เดิมมาช่วยในการมองว่าสถานการณ์ สิ่งที่เกิดขึ้นมีอุปสรรค และสิ่งที่จะช่วยให้สถานการณ์ดีขึ้น มีการอ้างอิงและเชื่อมโยงหลักการและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง 5) การสรุป (Conclusions) เป็นการสรุปความคิดเห็นรวบยอดจากการวิเคราะห์โดยใช้เหตุและผล ความรู้ ทักษะ หรือข้อคิด และวิธีแก้ไขปัญหา หรือวิธีป้องกันไม่ให้เกิดสถานการณ์ซ้ำขึ้นอีก และ 6) การวางแผนเพื่อนำไปใช้ (Action Plan) เป็นการวางแผนเพื่อนำไปใช้หากเกิดสถานการณ์ซ้ำ เป็นการบอกแผนการพัฒนาหรือปรับปรุงให้ดีขึ้น

Baxer Magolda (1992 อ้างถึงใน Lucas & Leng Tan, 2006) และ Kember (2008) และคณะ มีความเห็นที่สอดคล้องกันว่า การสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ มี 4 ระดับ คือ 1) ระดับปฏิบัติตามปกติ (Habitual action) 2) ระดับความเข้าใจ (Understanding) 3) ระดับการสะท้อนคิด (Reflection) และ 4) ระดับการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์อย่างมีวิจารณญาณ (Critical Reflection) ขึ้นอยู่กับโครงสร้างของปัญหาว่าซับซ้อนเพียงใด

จากข้อความรู้ที่ประมวลมาสรุปได้ ในปัจจุบันแนวคิดการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์มีที่มาจากทฤษฎีการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง ซึ่งผู้เรียนสามารถเปลี่ยนแปลงคุณลักษณะที่อยู่ภายในตนสามารถเปลี่ยนมุมมองและความหมายต่อโลกและชีวิต โดยมีกระบวนการ คือ การบรรยาย ความรู้สึก การประเมิน การวิเคราะห์ การสรุป และการวางแผนเพื่อนำไปใช้ และประกอบด้วย 4 ระดับ คือ ระดับปกติ ระดับความเข้าใจ ระดับการสะท้อนคิด และระดับการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์

รูปแบบการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์

จากการประมวลข้อความรู้จากวรรณกรรม ผู้เขียนได้นำแนวคิด หลักการและวิธีการของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์มาบูรณาการเป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่สามารถนำไปในการเสริมสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ดังนี้

หลักการ

รูปแบบการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ เป็นกรอบแนวคิดที่เป็นการบูรณาการแนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ โดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เรียนปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันด้วยการแลกเปลี่ยนประสบการณ์เดิมที่เป็นนามธรรมเกิดการเรียนรู้และให้ความหมายสิ่งต่าง ๆ ใหม่เพื่อให้เกิดการกระทำใหม่ที่เป็นรูปธรรม ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและเจตคติแบบถาวรและยั่งยืน เป็นการบูรณาการความเข้าใจจากประสบการณ์ เกิดจากการเรียนรู้ไปสู่การปฏิบัติ

วิธีดำเนินการ

จากรูปแบบการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นเริ่มต้น สร้างสัมพันธภาพ แจ้งวัตถุประสงค์ กฎระเบียบ การมีส่วนร่วม บทบาทของสมาชิกกลุ่ม และสร้างบรรยากาศเพื่อเตรียมความพร้อม

2. ขั้นตอนการ ซึ่งเป็นการการบูรณาการระหว่างการเรียนรู้เชิงประสบการณ์จะมีขั้นตอน คือ การค้นหาปัญหา การตั้งคำถาม การตอบคำถาม และการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ จะมีขั้นตอนในการดำเนินการ คือ การระบุเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน การประเมินสถานการณ์ การวิเคราะห์สถานการณ์ การวางแผนเพื่อบริหารจัดการปัญหา และการปฏิบัติตามแผนและสรุป

3. ขั้นสรุปและประเมินผล ร่วมกันสรุปสาระสำคัญที่ได้จากการเรียนรู้ เปิดโอกาสซักถาม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน อภิปรายร่วมกัน และรวบรวมแนวคิดสำคัญที่ได้จากการพูดคุย แลกเปลี่ยนเรียนรู้ และการสะท้อนคิดสรุป และให้ความเห็นเพื่อตรวจสอบความเข้าใจและสรุป เป็นหลักการ

บทสรุป

รูปแบบการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ เป็นกรอบแนวคิดที่เป็น การบูรณาการแนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ โดยมีหลักการเรียนรู้ ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ให้มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนด้วยกันแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่เป็น นามธรรม เกิดการเรียนรู้เพื่อให้เกิดการกระทำใหม่ที่เป็นรูปธรรม โดยผ่านการวิเคราะห์ สะท้อนคิด อย่างจริงจัง เกิดการเปลี่ยนแปลงจากภายในสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เกิดเป็นความรู้ ทักษะและ เจตคติใหม่ โดยผ่านขั้นตอนการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ คือ การค้นหาปัญหา การตั้งคำถาม การตอบ คำถาม และการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ และขั้นตอนการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์ คือ การระบุเกี่ยวกับ สถานการณ์ที่เกิดขึ้น การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน การประเมินสถานการณ์ การวิเคราะห์ สถานการณ์ การวางแผนเพื่อบริหารจัดการปัญหา และการปฏิบัติตามแผนและสรุป ซึ่งรูปแบบ ดังกล่าวสามารถนำมาใช้ในการเสริมสร้างสมรรถนะในการทำงานต่าง ๆ เช่น ด้านการให้บริการ ด้าน การขาย แต่ควรมีการศึกษาและปรับปรุงรูปแบบเพื่อให้เหมาะสมกับงานแต่ละด้าน เพื่อให้เกิดการ เรียนรู้และพฤติกรรมที่พึงประสงค์อย่างถาวรและยั่งยืน

เอกสารอ้างอิง

- กิ่งแก้ว อารีรักษณ์ และคณะ. (2549). *การจัดการเรียนรู้โดยใช้รูปแบบหลากหลาย: องค์กรความรู้จากการ วิจัยและพัฒนาเพื่อปฏิรูปการเรียนรู้ทั้งโรงเรียน*. กรุงเทพฯ: เกรท เอ็ดดูเคชั่น จำกัด.
- พิมพ์พันธ์ เดชะคุปต์. (2549). *รูปแบบการจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์*. ในการจัดการเรียนรู้แบบเน้น การจัดการเรียนรู้โดยใช้รูปแบบที่หลากหลาย: องค์กรความรู้จากการวิจัยและพัฒนาเพื่อปฏิรูปการ เรียนรู้ทั้งโรงเรียน. นนทบุรี: เกรท เอ็ดดูเคชั่น จำกัด.
- ทิตินา แหมมณี. (2545). *ศาสตร์การสอน*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ราณี รัชชะพงษ์. (2547). *"การเรียนรู้จากประสบการณ์"* ในสารานุกรมศึกษาศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ ในมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ. หน้า 42-49. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิจารณ์ พานิช. (2558). *เรียนรู้การเปลี่ยนแปลง Transformative Learning*. กรุงเทพฯ: บริษัท เอส อาร์ พรินติ้ง แมสโปรดักส์ จำกัด.

- สมศักดิ์ ภูวิภาดาวรรณ. (2544). *การยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางและการประเมินตามสภาพจริง*. เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์.
- Baxter Magolda, M. B. (1992). *Knowing and reasoning in college: Gender-related patterns in students intellectual development*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Bloom, B. (1956). *Taxonomy of Educational Objectives, Handbook: The Cognitive Domain*. New York : David Mckay.
- Bower, H., & Hilgard, E.R. (1981). *Theories of Learning*. 5th ed. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall
- Craig, R. (1987). *Training and development handbook a guide to human resource*. 3rd ed. New York: Mc Gray-Hill Companies.
- Dewey, J. (2005). *How we think: a restatement of the relation of reflective thinking and the educational process*. NY: D. C Heath.
- Dewey, J. (1997). *Experience and Education*. New York: Touchstone.
- Ennis, R.H. (1985). Critical thinking dispositions: Their nature and assess ability. *Informal Logic* 18 (2, 3): 165-182.
- Evan, N. (1994). *Experiential Learning for All*. New York: Cassell.
- Gibbs, G. (1988). *Learning by doing: a guide to teaching and learning methods*. London: Further Education.
- Kember, D., McKay, J., Sinclair, K., & Wong, F. K. Y. (2008). A four-category scheme for coding and assessing the level of reflection in written work. *Assessment & Evaluation in Higher Education*. 33(4), 369-379.
- Kolb, D. A. (2005), *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice-Hall, Inc., Englewood Cliffs, N.J., 38.
- Lewis, A., & Smith, D. (1993). Defining higher order thinking. *Theory into Practice*, 32(3), 131-137.
- Lucas, U., & Leng Tan, P. (2006). *Developing a reflective capacity: the role of personal epistemologies within undergraduate education*. The 14th Improving Student Learning Symposium, University of Bath, 4-6 September 2006.
- Mezirow, J. (1991). *Transformative dimensions of adult learning*. San Francisco, Josey-Bass.
- Mezirow, J. (2003). Transformative learning as discourse. *Journal of Transformative Education*, 1, 58-63.
- Postholm, M. B. (2008). Teachers developing practice: Reflection as key activity. *Teaching and Teacher Education*, 24, 1717-1728.
- Schon, D. (1995). *The Reflective practitioner*. Aldershot: Ashgate Publishing Ltd.
- Sternberg, R.J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135.
- Thayer-Bacon, B.J. (2000). *Transforming critical thinking: Thinking constructively*. New York, NY: Teachers College Press.
-

ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่มีผลต่อการกำกับตนเอง
และพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์
THE EFFECT OF AN INTEGRATED GROUP COUNSELING PROGRAM ON
SELF-REGULATION AND AGGRESSIVE BEHAVIOR OF CHILDREN AND
ADOLESCENTS IN WELFARE HOMES

Received: May 26, 2020

Revised: Aug 28, 2020

Accepted: Sep 30, 2020

ปภาวิน พันธ์ชมพู^{1*} พิษชาดา ประสิทธิ์โชค²
Paphawin Pueanchompoo^{1*} Pitchada Prasittichok²

¹⁻²จิตวิทยาประยุกต์, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
¹⁻²Applied Psychology, Srinakharinwirot University

* Corresponding Author, E-mail: thanawat_doe@hotmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่มีต่อการกำกับตนเองและพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นเด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ จำนวน 2 แห่งในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ที่มีอายุระหว่าง 14 – 18 ปี โดยวิธีเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์ที่กำหนด เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) แบบสำรวจพฤติกรรมความก้าวร้าว 2) แบบวัดความสามารถในการกำกับตนเอง และ 3) โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการจำนวน 12 ครั้ง ซึ่งผ่านการตรวจสอบความตรงเที่ยงตรงของเนื้อหา มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่แบบเป็นอิสระ (t-test for Independent samples)

ผลการวิจัยพบว่า เด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ภายหลังการเข้ารับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ มีคะแนนความสามารถในการกำกับตนเองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีคะแนนพฤติกรรมความก้าวร้าวต่ำกว่าระยะก่อนทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิจัยสรุปได้ว่า โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการสามารถเพิ่มการกำกับตนเองในเด็กและวัยรุ่นและสามารถลดพฤติกรรมความก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ได้ ดังนั้นโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ จึงสามารถนำไปปรับใช้กับองค์กรต่าง ๆ สถานรองรับเด็ก ภาครัฐและภาคเอกชน เพื่อให้เด็กและวัยรุ่นในความอุปการะเป็นผู้มีการกำกับตนเองที่ดี และลดพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเอง

คำสำคัญ: โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ, การกำกับตนเอง, พฤติกรรมก้าวร้าว,
เด็กและวัยรุ่น, สถานสงเคราะห์

Abstract

This research is a quasi-experimental study. The purpose was to study the effect of an integrated group counseling program. The selected sample groups for this research were 86 children and adolescents from two welfare homes in Bangkok and Vicinity, age between 14 - 18 years. The tools used in consisted of 1) the questionnaire ability aggressive behavior questionnaire, 2) self-regulation ability assessment, and 3) an integrated group counseling program (12 sessions) with IOC between 66-1.00. The data was analyzed by percentage, mean, standard deviation, and independent t-test.

The result showed that the children and adolescents in welfare homes after participated in the integrated group counseling program had higher self-regulation scored and lower aggression scored than before participating at the level of significance of 01.

It could be concluded that the program can increase self - regulation and reduce aggressive of behavior and adolescents. This program should, therefore, be implemented in various organizations, such as children's support center for Public organization for children and youths.

Key words: Integrated Group Counseling Program, Self - Regulation, Aggressive Behavior, Children and Adolescents, Welfare Homes

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ผลสำรวจของกรมสุขภาพจิตในปี 2559 ในกลุ่มเด็กและเยาวชนอายุ 13-17 ปี ประมาณ 4 ล้านกว่าคน พบว่า ร้อยละ 3.8 หรือประมาณ 1.5 แสนคนส่วนใหญ่เป็นชาย สาเหตุที่ทำให้เด็กก้าวร้าวมีหลายปัจจัย แต่ปัจจัยที่เป็นสาเหตุสำคัญที่สุดก็คือครอบครัวและการเลี้ยงดู (บุญเรือง ไตรเรืองวรวัฒน์, 2561) และในสภาพสังคมปัจจุบัน ประเทศที่กำลังพัฒนามักประสบกับปัญหาในหลาย ๆ ด้าน ทั้งการแข่งขันกันทางเศรษฐกิจ สภาวะเร่งรีบอยู่ตลอดเวลา ความเครียดและทัศนคติของคนที่เปลี่ยนไป โดยที่ปัญหาต่าง ๆ มักมีจุดเริ่มต้นมาจากจุดเล็ก ๆ คือ ครอบครัวการเลี้ยงดูที่พ่อและแม่ไม่มีเวลาเลี้ยงดูลูกของตน ขาดการอบรมสั่งสอนอย่างเต็มที่ ทำให้เยาวชนของชาติในปัจจุบันขาดการดูแลเอาใจใส่เท่าที่ควรจะเป็น จึงเป็นเหตุให้เยาวชนเกิดปัญหาหลาย ๆ ประการ (ลักษณะ พงษ์ภุมมา, 2561) ปัญหาใหญ่เกิดจากการตั้งครมร์ โดยไม่พร้อมจึงทำให้เด็กที่ถูกทอดทิ้ง เร่ร่อน ขอดทาน รวมไปถึงเด็กกำพร้าและครอบครัวยากจน ต้องเข้ารับการดูแล อุปการะในสถานรองรับเด็กของกรมกิจการเด็กและเยาวชน (กรมกิจการเด็กและเยาวชน, 2561) จากข้อมูลกรมกิจการเด็กและเยาวชน กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ พบว่า ข้อมูลสถิติการให้บริการในสถานรองรับเด็ก 30 แห่งทั่วประเทศ (สำรวจตั้งแต่ 1 มกราคม - 30 มิถุนายน 2559) มีจำนวน รวม 6,045 คน โดยมีสาเหตุที่เด็กต้องเข้ารับการอุปการะในสถานรองรับเด็ก กรณีเด็กมีปัญหาด้านความประพฤติ เช่น เกเร มีพฤติกรรมก้าวร้าว หนีออกจากบ้าน ลักขโมย เป็นต้น จำนวน 737 คน (คิดเป็นร้อยละ 12.19) และเด็กที่ถูกกระทำความรุนแรงจำนวน 776 คน (คิดเป็นร้อยละ 12.83) และจากข้อมูลสถิติการให้บริการในสถานรองรับเด็ก 30 แห่งทั่วประเทศ (สำรวจตั้งแต่ มกราคม - ธันวาคม 2560) รวม 6,280 คน โดยมีสาเหตุที่เด็กต้องเข้ารับการ

อุปการะในสถานรองรับเด็กที่มีปัญหาด้านความประพฤติ เช่น เกเร มีพฤติกรรมก้าวร้าว หนีออกจากบ้าน ลักขโมยฯ จำนวน 1,325 คน (คิดเป็นร้อยละ 21.09) และเด็กที่ถูกกระทำความรุนแรง จำนวน 619 คน (คิดเป็นร้อยละ 9.85) (กรมกิจการเด็กและเยาวชน, 2561)

สถานสงเคราะห์จึงเป็นสถานที่ที่เลี้ยงดูเด็กที่ประสบปัญหาทางสังคมซึ่งมีเด็กในความอุปการะจำนวนมาก และให้การอุปการะเด็กกลุ่มข้างต้น ซึ่งลักษณะทั่วไปของเด็กกลุ่มนี้ มักมีพฤติกรรมก้าวร้าว การกำกับตนเองต่ำ โดยเด็กกลุ่มเหล่านี้ควรได้รับการให้คำปรึกษา แก้ไข บำบัดฟื้นฟู ตามกระบวนการทางจิตวิทยา ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เพราะพฤติกรรมก้าวร้าวหากไม่ได้รับการแก้ไขย่อมส่งผลกระทบต่อเนื่องไปสู่คนรอบข้างไม่ว่าจะเป็นเด็กคนอื่น ๆ ในสถานรองรับ เจ้าหน้าที่ผู้ดูแลเด็ก ตลอดจนสังคมที่อยู่อาจจะไม่ปลอดภัย จึงเป็นที่มาและความสำคัญที่ผู้วิจัยสนใจศึกษาและออกแบบงานวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบการให้การปรึกษาเด็กในสถานสงเคราะห์ฯ

เด็กที่มีปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าว เช่น มีพฤติกรรมก้าวร้าวเกเร มีปัญหาทางด้านสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน (ภารดร ยิ่งยวด, อาภาพร เผ่าวัฒนา และนฤมล เอื้อมณีกุล (2561) เมื่อเด็กอยู่ในสถานสงเคราะห์ได้รับสิ่งเร้าที่กระตุ้นเร้าทางจิตใจ ทำให้เกิดความรู้สึกโกรธหรือไม่พอใจเกิดขึ้น จนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวออกมา และเมื่อทำการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมา พบว่า มีความเกี่ยวข้องกับการฝึกกำกับตนเองเมื่อรู้สึกโกรธหรือไม่พอใจ หรือฝึกกำกับตนเองต่อประสบการณ์ที่เคยทำให้ก้าวร้าวก่อนที่จะเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวใหม่ขึ้น โดยจากงานวิจัยพบด้วยว่าการกำกับตนเองที่บกพร่องนั้นจะเกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเองต่ำ (Ross, 2007) ต้องพัฒนาการกำกับตนเองและการเข้าใจอารมณ์ตนเองของเด็กเพราะจะช่วยในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ (Brajsa-Zganec & Markovic, 2014) เช่นเดียวกับการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองสามารถช่วยปรับทัศนคติต่อการใช้ความรุนแรง เพิ่มการควบคุมตนเองได้และช่วยแก้ปัญหาการใช้ความรุนแรงของนักเรียนวัยรุ่นได้อย่างเหมาะสม (ธัญญาภรณ์ อุปมัยรัตน์, วินิภาญจน์ คงสุวรรณ, และวันดี สุทธิรังษี, 2562) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วินิภาญจน์ คงสุวรรณ, และคณะ (2557) ที่พบว่า การให้นักเรียนได้มีการสำรวจตนเองซึ่งเป็นกระบวนการของการกำกับตนเอง วิเคราะห์ประสบการณ์ตนเองเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงร่วมกับการสร้างสัมพันธ์ภาพเชิงบวก ทำให้เกิดการลดการใช้ความรุนแรงและลดพฤติกรรมก้าวร้าว (Aggressive) ได้ในที่สุด สอดคล้องกับการศึกษาการพัฒนาการกำกับตนเอง (Self-regulation) ในเด็กอายุระหว่าง 5 – 10 ปี เมื่อเด็กได้เข้ารับโปรแกรมเพิ่มการกำกับตนเองแล้ว เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง (Wilson & Ray, 2018) จึงสรุปได้ว่าความก้าวร้าว เป็นพฤติกรรมที่เกิดจากแรงขับภายใน เช่น แรงจูงใจ ความตั้งใจ และเจตนาที่จะทำร้าย หรือทำลายให้ตนเองหรือผู้อื่น ได้รับผลกระทบเกิดความเสียหายทั้งทางจิตใจ ร่างกาย โดยการกระทำจะมีทั้งด้วยวาจา หรือด้วยท่าทางการกระทำ เพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าซึ่งอาจเกิดจากการขาดการกำกับตนเอง

นอกจากการประมวลข้อความรู้จากวรรณกรรมแล้ว ผู้วิจัยได้เพิ่มข้อมูลเชิงประจักษ์ จากการไปสัมภาษณ์เด็กและวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในสถานสงเคราะห์แห่งหนึ่ง พบว่า เด็กและวัยรุ่นกลุ่มดังกล่าวมักมีพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรง เมื่อมีสิ่งเร้ามากระตุ้นตนเองเพียงเล็กน้อยก็จะแสดงอาการก้าวร้าวชกต่อย ทะเลาะวิวาทออกมา บางรายใช้วิธีการดูต่ำ ต่อว่าทำให้เห็นว่าเด็กและวัยรุ่นกลุ่มดังกล่าวต้องการการพัฒนาการกำกับตนเอง และลดพฤติกรรมก้าวร้าวในตนเอง ตัวอย่างเช่น กรณีที่ 1 เล่าว่า บางครั้งตนจะไม่ค่อยยอมคน ชอบทำท่าย และมีประสบการณ์เคยชกต่อยกับเพื่อนอยู่บ่อยครั้ง จนทำให้ครูเรียกไปตักเตือน กรณีที่ 2 เล่าให้ฟังว่าตนเคยทะเลาะกับเพื่อนในห้องเรียน อยากทำให้ทุกคนกลัว

เพราะรู้สึกว่าคุณชอบโดนแกล้ง จะอ่อนแอไม่ได้ บางครั้งก็ขาดการยับยั้งชั่งใจ กำกับตนเองไม่ได้จึงแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวออกมาหากไม่ได้การพัฒนาตนเองก็คิดว่าน่าจะดีขึ้น กรณีที่ 3 เล่าว่าตนชอบถูกมองว่าเป็นขาใหญ่ ไม่มีใครอยากอยู่ด้วย เพราะเป็นคนพูดจาเสียงดัง หากเด็กคนไหนมาทวน หรือว่าหยอก ล้อตนจะตบศีรษะ หรือเตะเด็กคนนั้น หากเป็นเจ้าหน้าที่ ถ้าพูดจาไม่ดีกับตน ตนจะเดินหนีแล้วทำลายข้าวของหรือปาข้าวของให้เกิดเสียงดัง ๆ จากการศึกษาข้อมูลเบื้องต้นด้วยการสัมภาษณ์ ทำให้สามารถนำข้อมูลที่ได้ไปเป็นข้อมูลส่วนหนึ่งที่ใช้ในการพัฒนาโปรแกรมและเครื่องมือการวัดที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

การให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการทฤษฎีการให้คำปรึกษาในการวิจัยเรื่องนี้ ประกอบด้วย ทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแนวเกสตัลท์ซึ่งมีจุดมุ่งหมายในการช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเกิดสติ สามารถรับรู้ตนเองเพิ่มขึ้น มีความรับผิดชอบต่อตนเอง สามารถกำกับและควบคุมตนเองได้ พัฒนาการกำกับตนเอง และลดพฤติกรรมก้าวร้าวให้มีประสิทธิภาพ โดยเน้นหลักของสติ ช่วยให้ผู้รับการปรึกษามีการบูรณาการระหว่างประสบการณ์ชีวิตในอดีตกับในปัจจุบันขณะ (Here And Now) และช่วยให้บุคคลรู้จักฝึกกำกับตนเองในการอยู่กับอารมณ์ ความรู้สึก ในขณะนั้น ๆ เมื่อรับรู้ตนเองว่าจะแสดงออกถึงความก้าวร้าว และการฝึกสติตามแนวคิดของคาบัต-ซินน์ (Kabat-Zinn, 2013) มีการพัฒนาแนวคิดมาจากพุทธศาสนา นำหลักการฝึกสมาธิ การฝึกระลึกถึงลมหายใจการสำรวจความรู้สึก ทางกาย การฝึกโยคะเข้ามาดูแลผู้มีปัญหาสุขภาพกายและสุขภาพจิต และในประเทศไทยมีการนำโปรแกรมการฝึกสติตามแนวคิดของคาบัต-ซินน์ (Kabat-Zinn, 2013) มาใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตให้กับบุคคลทั่วไปโดยเทคนิคการฝึกสติ (Mindfulness practice) การฝึกเจริญสติช่วยพัฒนาความใส่ใจ (Attention) ความเมตตา (Compassion) ความเห็นอกเห็นใจ (Empathy) ซึ่งการใช้เทคนิคการฝึกสติ (Mindfulness practice) จะช่วยให้สามารถลดความก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี (Pirsig, 2017) และยังสามารถพัฒนาให้เกิดการกำกับตนเองในเรื่องต่าง ๆ ได้ดีขึ้นอีกด้วย (Nyklíček, 2011)

เทคนิคการฝึกสติ พัฒนาการกำกับตนเอง (Self-regulation) ในลักษณะการกำกับพฤติกรรมหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลได้ (Guendelman, Medeiros, & Rampes, 2017) ตลอดจนเทคนิคการฝึกสติมีประสิทธิภาพในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวและพฤติกรรมหุนหันพลันแล่นในวัยรุ่น ดังนั้น ทักษะการฝึกสติ สามารถส่งเสริมสุขภาพทางกายและสุขภาพจิตด้วย (Hossein, Faezeh, Marya, & Zeinab, 2016) โดยการใช้เทคนิคการฝึกสติในขั้นตอนการเริ่มกระบวนการให้การปรึกษา จะช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถจับความรู้สึกของร่างกาย มีสมาธิ จดจ่อ และรู้เท่าทันความคิดของตนเองได้ ทำให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความผ่อนคลาย และลดพฤติกรรมก้าวร้าวของตนใน ณ ขณะนั้นลงได้ และนอกจากจะใช้เทคนิคการฝึกสติในขั้นตอนการทำกลุ่มแล้ว ยังมีการให้การบ้านเพื่อให้ผู้รับการปรึกษานำไปใช้ในกิจวัตรประจำวัน ด้วย จากการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า การเน้นพัฒนาการกำกับตนเอง ในเด็กที่มีความก้าวร้าว นั้นสามารถช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กได้ (Taylor & Mireault, 2008) โดยการให้คำปรึกษาโดยใช้สติเป็นฐาน (Mindfulness based counseling) ให้มีสติรู้ตัว สังเกตตนเอง (Self-observation) เป็น การตัดสินตนเอง (Judgment process) ได้ และส่งเสริมการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (Self-reaction) ในทางที่เหมาะสม ซึ่งอาจจะเอื้อให้เด็กที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ได้เกิดทักษะและมีสติในการพัฒนาการกำกับพฤติกรรมก้าวร้าวของตนเองต่อไปในอนาคต

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีแนวคิดว่าการบูรณาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยใช้ทฤษฎีเกสตัลท์ และเทคนิคการฝึกสติ มีแนวโน้มที่ช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าว

ได้ แต่ยังไม่มีการศึกษาในกลุ่มเด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ ซึ่งสิ่งสำคัญ คือ ผู้ให้คำปรึกษาต้องเอื้ออำนวยให้ผู้รับการปรึกษาเข้าถึงกระบวนการค้นพบและเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งกระบวนการการเรียนรู้แบบนำตนเองขึ้นอยู่กับความเชื่อพื้นฐานในการกำกับตนเองของบุคคลซึ่งแสดงถึงความจริงของตนเองผ่านการรับรู้ และปรับปรุงการติดต่อกับสภาพแวดล้อม โดยที่ผู้รับการปรึกษาสามารถมีส่วนร่วมในการค้นพบตัวเอง (self-discovery) พร้อมกับได้ประโยชน์จากการได้รับข้อมูลที่เหมาะสมโดยผู้ให้คำปรึกษารวมทั้งผู้รับการปรึกษาสามารถได้ประโยชน์จากการใช้เวลาชั่วโมงการให้คำปรึกษา และการให้ข้อมูลทางจิตวิทยา (Psychoeducation) เพื่อเพิ่มความสามารถและประสิทธิภาพกระบวนการเรียนรู้ และเพิ่มการกำกับตนเองขึ้น (Corey, 2017: 202, 226) จึงทำให้ผู้วิจัยทราบว่ามีความรู้ที่ขาดอยู่ หรือยังไม่มีการนำมาปฏิบัติของการนำการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์และเทคนิคการฝึกสติ มาช่วยให้เยาวชนที่เข้ามารับการให้คำปรึกษาสามารถเพิ่มการกำกับตนเอง และลดพฤติกรรมก้าวร้าวลงได้ เนื่องจากทั้งสองทฤษฎีและเทคนิคนี้ต่างก็มุ่งเน้นให้ผู้มารับการให้คำปรึกษาเกิดการเรียนรู้พฤติกรรมใหม่ ๆ ที่พึงประสงค์ และพร้อมที่จะรับผิดชอบต่อการกระทำนั้น ๆ อีกทั้งยังเป็นการให้เด็กและวัยรุ่นได้มองเห็นถึงลักษณะส่วนเติมของทางด้านพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมของตนเองได้ดียิ่งขึ้น ผลคาดว่าที่จะได้รับต่อเด็กและเยาวชนกลุ่มเป้าหมายในสถานสงเคราะห์ คือ เด็กได้พัฒนาการกำกับตนเองและลดพฤติกรรมก้าวร้าวในสถานสงเคราะห์ ซึ่งจะส่งผลต่อเนื่องต่อตัวเด็ก เช่น ไม่ทะเลาะวิวาท ไม่ถูกพักการเรียน ไม่โดนภาคทัณฑ์ หรือไม่นำไปสู่ปัญหาความรุนแรงต่อเนื่องต่อไปในอนาคต พร้อมกับทำให้เด็กมีความสุขในการใช้ชีวิตในสังคม ตลอดจนส่งผลต่อคนรอบข้างให้มีทัศนคติที่ดี อยู่ด้วยกันในสังคมได้อย่างสันติสุข ทั้งที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ชุมชน สังคม และประเทศชาติต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่มีต่อการกำกับตนเองและพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์

สมมติฐานของการวิจัย

1. เด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ ที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการมีการกำกับตนเองสูงกว่าเด็กและวัยรุ่นที่ไม่ได้เข้าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ
2. เด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ ที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงกว่าเด็กและวัยรุ่นที่ไม่ได้เข้าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากร เด็กและวัยรุ่นชายที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในสถานสงเคราะห์ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน 2 แห่ง จำนวน 86 คน
2. กลุ่มตัวอย่าง คือ เด็กและวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในสถานสงเคราะห์เด็กชายในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน 2 แห่ง จำนวน 17 คน
 - 2.1 กลุ่มควบคุม จากสถานสงเคราะห์เด็กชายในเขตปริมณฑล ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบสนทนาทั่วไป โดยไม่อิงทฤษฎีการให้คำปรึกษาใด ๆ จำนวน 9 คน

2.2 กลุ่มทดลอง จากสถานสงเคราะห์เด็กชายในเขตกรุงเทพมหานคร ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการตามทฤษฎีเกสตัลท์และการฝึกสติ จำนวน 8 คน

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 การกำกับตนเอง

3.2 พฤติกรรมก้าวร้าว

4. ระยะเวลาในการดำเนินการงานวิจัย

ระหว่างเดือนกรกฎาคม - กันยายน 2563 (3 เดือน)

5. นิยามศัพท์เฉพาะ

5.1 โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ หมายถึง การให้คำปรึกษากลุ่ม โดยบูรณาการตามแนวการให้คำปรึกษาจากทฤษฎีเกสตัลท์และการฝึกสติบูรณาการร่วมกัน โดยมีจำนวนทั้งหมด 12 ครั้ง โดยรายละเอียด ดังนี้

ครั้งที่ 1 ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพ กิจกรรม “รู้จักฉัน – รู้จักเธอ” เป็นขั้นการสร้าง Rapport การสร้างความไว้วางใจ การแสดงพฤติกรรมใส่ใจ รวมถึงการเปิดประเด็นเข้าสู่กระบวนการกลุ่ม โดยมีรายละเอียดการกิจกรรม คือ ให้สมาชิกกลุ่มวาดภาพตนเองลงในกระดาษ A4 แล้วให้แสดงภาพและให้คนในกลุ่มทายว่าบุคคลนี้เป็นคนนิสัย บุคลิก อย่างไร เมื่อทุกคนตอบรับแล้วก็ให้ผู้วาดได้บอกว่าเพื่อนไหนที่ทายนิสัยของตนเองได้ตรงมากที่สุด

ครั้งที่ 2 การให้คำปรึกษาเพื่อการฝึกสติ การปล่อยวาง การยับยั้งชั่งใจ และการกำหนดเป้าหมายในการกำกับตนเอง โดยให้สมาชิกกลุ่มทบทวนประสบการณ์ที่ผ่านมา, เรียนรู้ความหมายของสติ, ให้ทุกคนพูดคุยทบทวนความรู้สึกในขณะนี้ ความคิด อารมณ์ ร่างกาย ใช้เทคนิค The Now ให้อยู่กับปัจจุบันสำรวจความต้องการ และความรู้สึกของตนเองเป็นอย่างไร ค้นหาตนเองในเรื่องของความก้าวร้าว และเปลี่ยนความคิดระหว่างเพื่อนในกลุ่ม และให้ดำเนินการเขียนแบบประเมินการกำกับตนเองแบบคำถามปลายเปิด ครั้งที่ 1 โดยใช้เทคนิคการฝึกสังเกตตนเอง (Self – observation) ด้วยการฝึกการมีสติรับรู้สิ่งแวดล้อม สำรวจสภาพแวดล้อมว่าเป็นอย่างไร ฝึกตีให้อยู่กับตนเองด้วยประสาทสัมผัสทั้ง 5 ว่าร่างกายกำลังเป็นอย่างไร ตามมองเห็นอะไร จมูกได้กลิ่นอย่างไร อวัยวะในร่างกายเคลื่อนไหวอย่างไร และฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เช่น กล้ามเนื้อมือ และกล้ามเนื้อฝ่าเท้า พร้อมสำรวจความรู้สึกขณะฝึกสติในทุกขั้นตอน

ครั้งที่ 3 การให้คำปรึกษาเพื่อการฝึกสติการปล่อยวางการยับยั้งชั่งใจ และการกำหนดเป้าหมายในการกำกับตนเอง (2) โดยฝึกให้กำกับตนเอง ฝึกการเข้าใจตนเอง รู้เท่าทันอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมของตนเอง สำรวจและจัดการกับความรู้สึกที่ติดค้างกับตนเอง โดยใช้เทคนิค Self-awareness แนะนำระฆังสติหรือสัญญาณเตือนให้มีสติ, การฝึกสติด้วยการเดิน, การกินอย่างมีสติ, การมีสติอยู่กับลมหายใจเมื่อได้ยินเสียงระฆังสติหรือสัญญาณเตือน ฝึกสำรวจตัวเองโดยวาดภาพตนเองแล้วใส่ความคิด ความรู้สึก อารมณ์ลงไปในส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย และให้การบ้าน โดยการฝึกกินอย่างมีสติวันละ 1 มื้อ, ฝึกทำงานบ้านอย่างมีสติวันละ 1 อย่าง และนัดหมายครั้งถัดไป

ครั้งที่ 4 การให้คำปรึกษาเพื่อฝึกสมาธิเพื่อความสงบของจิตใจ และสร้างความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น (1) โดยมีรายละเอียดดังนี้ การฝึกตระหนักรู้กับตนเอง ด้วยวิธีไม่กังวลกับอนาคตที่ยังมาไม่ถึง กำจัดและลดความรู้สึกเครียดที่ตนเองกังวลกับประสบการณ์ในอดีตหรือกำลังกังวลต่ออนาคต ใช้เทคนิค Self-awareness การนั่งสมาธิ 3 ชั้น คือ ชั้นที่ 1 สติพื้นฐาน ประกอบด้วย สมาธิหลับตา 1 นาที

สมาธิสัมพันธ์ 1 นาที สัมผัสรู้ลมหายใจเล็กน้อย รู้ในกิจกรรมทางกาย (สมาธิสัมพันธ์ ช่วยเปลี่ยนผ่านจิตจากสมาธิไปสู่สติ โดยจิตคุ้นชินกับการรู้ลมหายใจโดยไม่ต้องหลับตา) ขั้นที่ 2 สติตามการใช้งาน และขั้นที่ 3 สติปล่อยวาง ซึ่งเป็นเทคนิคการฝึกสมาธิเพื่อความสงบของจิตใจ และให้ทำไปจนรับผิชอบต่อสิ่งที่ตนเองและกระตุ้นการควบคุมกระบวนคิด อารมณ์ ความรู้สึก และการแสดงออกทางบวก

ครั้งที่ 5 การให้คำปรึกษาเพื่อการฝึกสมาธิเพื่อความสงบของจิตใจ และสร้างความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น (2) การนั่งสมาธิ 3 ขั้น คือ ขั้นที่ 1 สติพื้นฐาน ขั้นที่ 2 สติตามการใช้งาน และขั้นที่ 3 สติปล่อยวาง และใช้การสนทนากลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์การรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเองและผู้อื่นที่เกิดขึ้น

ครั้งที่ 6 การให้คำปรึกษาเพื่อการฝึกสติกับการปล่อยวาง การยับยั้งชั่งใจ และการกำหนดเป้าหมายในการกำกับตนเอง (1) โดยเริ่มจากการฝึกการยับยั้งชั่งใจ ต่อสิ่งที่มาช่วย จากการทำ Role Play แสดงบทบาทสมมติ สามารถระบุเป้าหมายพฤติกรรมที่ตนเองต้องการกำกับ โดยให้จินตนาการเหตุการณ์ที่ตนเองเคยถูกช่วยทำให้เกิดความก้าวร้าวขึ้น ไม่เร่งรีบแก้ปัญหา แต่ให้เรียนรู้อยู่กับตนเอง

ครั้งที่ 7 การให้คำปรึกษาเพื่อการฝึกสติกับการปล่อยวาง และการยับยั้งชั่งใจ และการกำหนดเป้าหมายในการกำกับตนเอง (2) โดยฝึกการยับยั้งชั่งใจ ต่อสิ่งที่มาช่วย การวิเคราะห์เปรียบเทียบผลการกำกับตนเองต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของตน โดยใช้ฝึกให้ผู้รับการปรึกษาตระหนักรู้ต่อส่วนต่าง ๆ ผ่านการลงมือทำ (Enactment) เทคนิคเก้าอี้ว่างเปล่า (The empty chair technique) ด้วยเทคนิค Gestalt Group Counseling เรียนรู้การปล่อยวางอารมณ์ ความรู้สึก และสติกับความคิดและการปล่อยวาง ด้วยเทคนิค Mindfulness based counseling และสะท้อนความรู้สึก พฤติกรรม จากการเปรียบเทียบผลที่ได้รับจากการกระทำตามเป้าหมายที่วางไว้

ครั้งที่ 8 การให้คำปรึกษาเพื่อการเมตตาตัวเอง - ผู้อื่น การให้อภัย และการตัดสินใจ (1) ฝึกการเมตตาและฝึกการให้อภัย ขอให้รับรู้ลมหายใจ อย่างสงบและปล่อยวางและพูดกับตัวเองในใจว่า ตัวอย่าง “ขอให้เธอและฉันจงให้อภัยแก่กัน” “ขอให้เธอและฉันมีความสุข” จากนั้นให้จินตนาการถึงภาพบุคคลหรือสรรพชีวิตที่คุณรักขึ้นมาในใจ พร้อมกับพูดกับตัวเองในใจว่า ตัวอย่าง “ขอให้เธอและฉันมีความสุข” “ขอให้เธอและฉันมีความสุข” จากนั้น ขอให้แม่เมตตาแก่สรรพชีวิตทั้งปวงในโลกนี้ ซึ่งมีความทุกข์เช่นเดียวกัน ด้วยสติที่รับรู้ลมหายใจไปด้วย และพูดกับตัวเองในใจไปด้วยว่า ตัวอย่าง “ขอให้สรรพชีวิตทั้งหลายมีความสุข” “ขอให้สรรพชีวิตทั้งหลายมีความสุข” และก่อนปิดกลุ่มจะฝึกกระบวนการตัดสินใจเชิญชวนให้สมาชิกกลุ่มตระหนัก และตัดสินใจเลือกที่จะแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการกำกับตนเอง

ครั้งที่ 9 การให้คำปรึกษาเพื่อการเมตตาตัวเอง การเมตตาผู้อื่น การให้อภัย และการตัดสินใจ (2) โดยให้คำปรึกษาดำเนินการฝึกการผ่อนคลายร่างกาย (Body Scan) โดยส่งจิตระลึกรู้ไปตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย เพื่อกลับมาฟังเสียงร่างกาย ผ่อนคลายความตึงเครียด ความคิดวิตกกังวลต่างๆ ลง หลังจากนั้นฝึกเมตตาให้อภัยตนเองและผู้อื่น ในสถานการณ์ต่าง ๆ จากประสบการณ์ของตน ฝึกการตระหนักรู้ต่ออารมณ์ ความรู้สึก (Stay with the feeling) และเทคนิคการแสดงพฤติกรรมที่ ถูกบอก/กำกับ (Directed behavior) ตระหนักถึงความต้องการของตัวเองอย่างแท้จริง รวมถึงการให้คำปรึกษาเพื่อเลือกตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาเชิงบวก

ครั้งที่ 10 การให้คำปรึกษาเพื่อการปรับเปลี่ยนชีวิตให้เกิดเจริญงอกงามกับตัวฉัน (1) ฝึกการรู้ต่อความต้องการและทบทวนกระบวนการพัฒนาสติ การฝึกสมาธิ บอด้สแกน การฝึกการแผ่

เมตตา การฝึกสมาธิฝึกกีนอย่างมีสติ และการมีสติอยู่กับลมหายใจเมื่อได้ยินเสียงระฆังสติหรือสัญญาณเตือน พร้อมทั้งชวนให้ประเมินพฤติกรรมและความเป็นไปที่จะกำกับตนเองต่อพฤติกรรมก้าวร้าวได้สำเร็จ จนเกิดกระบวนการเปลี่ยนแปลงภายใน

ครั้งที่ 11 การให้คำปรึกษาเพื่อการปรับเปลี่ยนชีวิตให้เกิดเจริญอกงามกับตัวฉัน (2) การให้คำปรึกษากลุ่มโดยเน้นต่อยก้ากระบวนการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมของตนเองในทางบวก เกิดการกำกับตนเองลดพฤติกรรมก้าวร้าว รายบุคคล และให้กลุ่มสะท้อนและต่อยก้าในลักษณะการให้กำลังใจซึ่งกันและกัน

ครั้งที่ 12 สรุปรูป ยุติกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่ม และปิดกลุ่ม โดยใช้เทคนิคกรณีตัวอย่าง แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ทบทวนการบ้านและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การฝึกการตระหนักรู้อยู่กับปัจจุบันขณะ การฝึก Body scan การฝึกแผ่เมตตา การกีนอย่างมีสติ การมีสติอยู่กับลมหายใจเมื่อได้ยินเสียงระฆังหรือสัญญาณ เรียนรู้ความสมดุลของความภาคภูมิใจ ฝึกให้บอกเป้าหมายของตนเองได้ ให้เรียนรู้ทัศนคติที่ดีในการกำกับและพัฒนาพฤติกรรมเชิงบวกของตนเองมากขึ้นผ่านกรณีการยกเคสตัวอย่างจากประสบการณ์ของแต่ละคน

5.2 การกำกับตนเอง หมายถึง การมีส่วนร่วมของบุคคลในการควบคุม และปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเอง เพื่อให้ได้รับความรู้ ทักษะ ตลอดจนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยบุคคลจะต้องมีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนของตนเองอย่างตั้งใจและกระตือรือร้น มีการกำหนดเป้าหมายวางแผนการเรียนรู้และการประเมินการกระทำตามแผนที่วางไว้ ตลอดจนการกำกับและควบคุมความคิด แรงจูงใจและพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ ประกอบด้วย 3 กระบวนการ ได้แก่ การสังเกตตนเอง การตัดสินใจตนเอง และการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (Johnson, Fielor, Jones, Wlasowicz and Mitchell, 1997)

5.3 พฤติกรรมก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกทางการกระทำ (Physical Aggression) หรือคำพูด (Verbal Aggression) หรือทั้งทางร่างกายและคำพูด ที่แสดงออกต่อบุคคลสิ่งมีชีวิต หรือวัตถุสิ่งของอื่นใด และความก้าวร้าวอาจเพิ่มระดับขึ้นเป็นความรุนแรงโดยมีเจตนากระทำอันตรายโดยตรงต่อบุคคล สิ่งมีชีวิต หรือวัตถุสิ่งของอื่นใดทั้งการกระทำโดยตรงหรือโดยอ้อม ผลลัพธ์อาจจะเกิดอันตรายหรือไม่ก็ตาม แบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท 1) พฤติกรรมก้าวร้าวด้านภาษาท่าทาง หมายถึง การแสดงออกของวัยรุ่นที่ทำให้ผู้อื่นเกิดความเสียหาย ไม่สบายใจ เช่น การแสดงสีหน้าบึ้งตึง การทำร้ายตนเอง การชกต่อยการผลัก และการขว้างปาสิ่งของ 2) พฤติกรรมก้าวร้าวด้านภาษาถ้อยคำ หมายถึง การใช้วาจาของวัยรุ่นที่ทำให้ผู้อื่นเกิดความเสียหาย ไม่สบายใจ เช่น การพูดโต้เถียงด้วยความเกรี้ยวกราด การตะโกนตะคอก การพูดจา หยาบคาย การพูดข่มขู่ การพูดล้อเลียน การพูดเยาะเย้ย และการพูดประชดประชัน (Buss, 1961)

5.4 “เด็ก” ตามพระราชบัญญัติคุ้มครองเด็ก พ.ศ.2546 หมายความว่า บุคคลซึ่งมีอายุต่ำกว่าสิบแปดปีบริบูรณ์ แต่ไม่รวมถึงผู้ที่บรรลุนิติภาวะด้วยการสมรส (พระราชบัญญัติคุ้มครองเด็ก, 2546) และจากตำราเวชศาสตร์วัยรุ่น แบ่งพัฒนาการของวัยรุ่น ออกเป็น 3 ช่วง ได้แก่ วัยรุ่นตอนต้น (อายุ 10 – 13 ปี) วัยรุ่นตอนกลาง (อายุ 14 – 17 ปี) และวัยรุ่นตอนปลาย (อายุ 18 – 21 ปี) ซึ่งวัยรุ่นตอนกลาง มีพัฒนาการการรู้คิดศีลธรรมและอารมณ์ คิดเป็นตรรกะและนามธรรมเริ่มมองเห็นผลระยะยาวแต่ยังตัดสินใจด้วยอารมณ์ รู้สึกไม่อาจถูกทำลายได้ เริ่มสงสัยในความถูกต้อง เริ่มเข้าใจผู้อื่น จะเป็นช่วงวัยที่สามารถ ที่มีกร

เปลี่ยนแปลงของพัฒนาการหลายด้านและพฤติกรรมต่าง ๆ เป็นรอยต่อของความเป็นเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ มีการปรับตัวไปพร้อมกับการแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเอง สำรวจตนเองมากขึ้น มีความคิดเป็นของตนเอง อยากรู้อยากทดลอง อยากรู้ตัวเองและต้องการการยอมรับจากคนรอบข้าง ซึ่งส่วนใหญ่จะเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย (รสนันต์ อารีมิตร และคณะ, 2559) ซึ่งเหมาะแก่การให้เข้าไปโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความรู้สึกของตนเองในกลุ่มได้ ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ จึงเลือกใช้กลุ่มเป้าหมายที่มีอายุตั้งแต่ 14 – 18 ปี ทำให้ “เด็กและวัยรุ่น” หมายถึง เด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ที่มีอายุระหว่าง 14 – 18 ปี

5.5 สถานสงเคราะห์ หมายถึง สถานที่ให้การอุปการะเลี้ยงดูและอุปการะเด็กที่จำเป็นต้องได้รับการสงเคราะห์ ซึ่งมีจำนวนตั้งแต่หกคนขึ้นไป ซึ่งเป็นสถานที่ให้การสงเคราะห์ช่วยเหลือเด็กที่ถูกทอดทิ้ง กำพร้า ครอบครัวไม่สามารถให้การเลี้ยงดูได้อย่างเหมาะสม ครอบครัวมีฐานะยากจน โดยมีการจัดสวัสดิการสังคมต่าง ๆ ประกอบด้วย การให้บริการด้านปัจจัยสี่ การดูแลสุขภาพอนามัย การจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมพัฒนาการตามวัย การบริการด้านจิตวิทยา การบริการด้านการศึกษา กิจกรรมนันทนาการ การฝึกอาชีพ และการเตรียมความพร้อมเด็กเพื่อกลับคืนสู่ครอบครัวและสังคม

การดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่มีผลต่อการกำกับตนเองและพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์” เป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi- experimental design) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นเด็กและวัยรุ่นที่มีอายุ 14 – 18 ปี จำนวน 86 คน ที่อยู่ในความอุปการะของสถานสงเคราะห์ในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานครและปริมณฑล 2 แห่ง เนื่องจากเพื่อป้องกันการปนเปื้อนของทั้ง 2 กลุ่มตัวอย่าง ซึ่งไม่มีโอกาสได้พบกัน และทั้ง 2 หน่วยงาน มีจำนวนสถิติการรับเด็กที่มีปัญหาพฤติกรรมซ้ำไว้ในความอุปการะมากเป็น 2 อันดับแรก เมื่อเปรียบเทียบกับสถานสงเคราะห์อื่นในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล (กรมกิจการเด็กและเยาวชน, 2561)

โดยดำเนินการวิจัยดังนี้

1) ผู้วิจัยศึกษานิยามศัพท์เฉพาะพฤติกรรมก้าวร้าว การกำกับตนเอง การให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ ทฤษฎีการให้คำปรึกษาแนวเกสตัลท์ และทฤษฎีการฝึกสติ และออกแบบข้อคำถามสำหรับใช้ในการสำรวจพฤติกรรมความก้าวร้าว แบบวัดความสามารถในการกำกับตนเองและโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ ก่อนส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน ได้ตรวจพิจารณา เครื่องมือ และเลือกใช้ข้อคำถามที่มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 และหลังจากนั้นได้ทำการทดลองใช้เครื่องมือกับกลุ่มเป้าหมายที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง คือ เป็นเด็กและวัยรุ่นชายอายุ 14 – 18 ปี ที่อยู่ในความอุปการะของสถานสงเคราะห์เด็กชายแห่งหนึ่งในเขตจังหวัดปทุมธานี โดยมีระยะเวลาดำเนินการประมาณ 3 สัปดาห์ วิเคราะห์ผลและทำการปรับแก้ไขข้อคำถาม โดยคัดข้อคำถามที่มีค่าความเชื่อมั่น (Reliability Statistics) 0.80 ขึ้นไปเท่านั้นพร้อมพัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพิ่มเติม

2) ผู้วิจัยดำเนินการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ด้วยเกณฑ์การคัดเลือก (Inclusion criteria) ประกอบด้วย มีอายุตั้งแต่ 14 – 18 ปี สามารถอ่าน ฟัง เขียนภาษาไทยได้ ไม่มีภาวะบกพร่องทางระดับสติปัญญาหรือไม่มีโรคทางจิตเวช หรืออาการทางจิตบางอย่างที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมโปรแกรม ๆ ไม่มีการเจ็บป่วย

รุนแรงที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฯ และยินยอมเข้าร่วมการวิจัย จากนั้นใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection) โดยการใช้แบบสำรวจพฤติกรรมความก้าวร้าวในกลุ่มประชากรทั้ง 2 แห่ง ประกอบด้วย สถานสงเคราะห์เด็กชายแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 33 คน จากการแปลผลพบว่า ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนความก้าวร้าวเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงขึ้นไป จำนวน 8 คน และสถานสงเคราะห์เด็กชายแห่งหนึ่งในเขตจังหวัดนนทบุรี จำนวน 53 คน จากการแปลผลพบว่า ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนความก้าวร้าวเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงขึ้นไป จำนวน 9 คน จากกันนั้นทำแบบวัดความสามารถในการกำกับตนเองในทั้ง 2 กลุ่ม และพบว่าระดับความสามารถในการกำกับตนเองไม่แตกต่างกัน (อยู่ในช่วงคะแนนเฉลี่ย $2.51 - 3.50 =$ มีการกำกับตนเองระดับปานกลาง)

3) ผู้วิจัยดำเนินการทดลองงานวิจัย โดยเข้าดำเนินการวิจัย ณ สถานสงเคราะห์เด็กชายแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร และสถานสงเคราะห์เด็กชายแห่งหนึ่งในเขตจังหวัดนนทบุรี โดยสถานสงเคราะห์ฯ ในเขตกรุงเทพมหานคร ได้รับโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ ระยะทดลอง 10 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 - 2 ครั้ง ครั้งละ 90 - 120 นาที และสถานสงเคราะห์ฯ ในเขตจังหวัดนนทบุรี ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบสนทนาทั่วไป ไม่ได้อิงทฤษฎีทางการให้คำปรึกษา ไต ๆ ระยะทดลอง 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 - 2 ครั้ง ครั้งละ 90 - 120 นาที

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. สร้างแบบสำรวจพฤติกรรมความก้าวร้าว แบบวัดความสามารถในการกำกับตนเองและโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ แล้วส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (IOC) จนได้แบบสำรวจพฤติกรรมความก้าวร้าว จำนวน 36 ข้อ แต่ละข้อมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 โดยการวัดผลคะแนนแบ่งเป็น 5 ช่วง ได้แก่ ช่วงคะแนนเฉลี่ย $4.51 - 5.00 =$ มีความก้าวร้าวสูงมาก ช่วงคะแนนเฉลี่ย $3.51 - 4.50 =$ มีความก้าวร้าวสูง $2.51 - 3.50$ ช่วงคะแนนเฉลี่ย $1.51 - 2.50 =$ มีความก้าวร้าวต่ำ และช่วงคะแนน $1.00 - 1.50 =$ มีความก้าวร้าวต่ำมาก แบบวัดความสามารถในการกำกับตนเอง จำนวน 31 ข้อ แต่ละข้อมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 โดยการวัดผลคะแนนแบ่งเป็น 5 ช่วง ได้แก่ ช่วงคะแนนเฉลี่ย $4.51 - 5.00 =$ มีการกำกับตนเองระดับมากที่สุด ช่วงคะแนนเฉลี่ย $3.51 - 4.50 =$ มีการกำกับตนเองระดับมาก ช่วงคะแนนเฉลี่ย $2.51 - 3.50 =$ มีการกำกับตนเองระดับปานกลาง ช่วงคะแนนเฉลี่ย $1.51 - 2.50 =$ มีการกำกับตนเองระดับน้อย ช่วงคะแนนเฉลี่ย $1.00 - 1.50 =$ มีการกำกับตนเองระดับน้อยที่สุด และโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่แก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00

2. ดำเนินการนำเครื่องมือในการวิจัยในข้อ 1 ไปทำการทดลองในกลุ่มตัวอย่างที่มีความใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัย คือ เด็กและวัยรุ่นชาย อายุ 14 - 18 ปี ในสถานสงเคราะห์เด็กชายในเขตจังหวัดปทุมธานี จำนวน 30 คน จากนั้นหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability statistics) ของ Cronbach's Alpha พบว่าแบบสำรวจพฤติกรรมความก้าวร้าว เหลือข้อคำถาม 33 ข้อ และมีค่าความเชื่อมั่นอยู่ที่ระดับ 0.841 และ แบบวัดความสามารถในการกำกับตนเอง เหลือข้อคำถามจำนวน 26 ข้อ และมีค่าความเชื่อมั่นอยู่ที่ระดับ 0.843

วิธีดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยมีขั้นตอนในการดำเนินงาน ดังนี้

1. ชั้นเตรียมการ
2. ชั้นดำเนินการทดลอง แบ่งเป็น 3 ระยะ

2.1 ระยะก่อนการทดลอง: ผู้วิจัยทำการประเมินกลุ่มประชากรที่เป็นเด็กและวัยรุ่นในความอุปการะ ของสถานสงเคราะห์ในเขตพื้นที่กรุงเทพฯและปริมณฑล 2 แห่ง ที่มีอายุ 14-18 ปี ที่ได้จากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive selection) จากนั้นใช้แบบสำรวจพฤติกรรมความก้าวร้าวแล้วแปลผลแบบสำรวจ เพื่อคัดกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์การคัดเลือกเข้าเกณฑ์ โดยคัดกลุ่มประชากรที่มีระดับคะแนนพฤติกรรมความก้าวร้าวเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงขึ้นไป (ระดับ 3.51 - 5.00 คะแนน) โดยเรียงตามลำดับคะแนนสูงที่สุดลงมาตามลำดับ ให้ได้เด็กและวัยรุ่นจำนวน 16 คน โดยแบ่งออกเป็นสถานสงเคราะห์เด็กชายในเขต กทม. จำนวน 8 คน และสถานสงเคราะห์เด็กชายในเขตปริมณฑล จำนวน 9 คน แล้วทำการวัดแบบประเมินการกำกับตนเอง ในทั้ง 2 กลุ่ม ผลพบว่าทั้ง 2 กลุ่ม ช่วงระดับคะแนนพฤติกรรมความก้าวร้าวก่อนเข้ารับโปรแกรม อยู่ในช่วงระดับสูง (ระดับ 3.51 - 5.00 คะแนน) ไม่แตกต่างกัน และระดับคะแนนการกำกับตนเองก่อนเข้ารับโปรแกรม อยู่ในช่วงระดับปานกลาง (ระดับ 2.51 - 3.50 คะแนน) ไม่แตกต่างกัน

2.2 ระยะทดลอง: ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบบูรณาการกับกลุ่มทดลอง (experimental group) คือ เด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์เด็กชายในเขต กทม. จำนวน 8 คน และดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่มแบบสนทนาทั่วไปกับกลุ่มควบคุม (control group) คือ เด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์เด็กชายในเขตปริมณฑล จำนวน 9 คน

2.3 ระยะหลังการทดลอง: วัดผลโดยใช้แบบประเมินการกำกับตนเองแบบสำรวจพฤติกรรมความก้าวร้าว

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติที่ใช้ คือ

1) สถิติเชิงบรรยาย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2) สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ การทดสอบความแตกต่างของคะแนนการกำกับตนเองและคะแนนความก้าวร้าว ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Nonparametric ด้วยวิธี Wilcoxon Signed Ranks Test

2. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนการกำกับตนเองและคะแนนความก้าวร้าว ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนทดลอง และหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Nonparametric ด้วยวิธี Mann - Whitney U Test

การรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ งานวิจัยชิ้นนี้ได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หมายเลขรับรอง : SWUEC/E/G-167/2563

ผลการวิจัย

จากวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่มีต่อการกำกับตนเองและพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ โดยมีสมมุติฐานของการวิจัย ดังนี้ เด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ ที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการมีการกำกับตนเองสูงกว่าเด็กที่ไม่ได้เข้าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ และเด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ ที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงกว่าเด็กที่ไม่ได้เข้าโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ ผลการวิเคราะห์มีดังนี้

ตารางที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง	ประชากรทั้งหมด	n (คน)	ร้อยละของ n	อายุต่ำสุด	อายุสูงสุด	ค่าเฉลี่ย (อายุ)	SD
1. กลุ่มทดลอง	33	8	47.1	14	16	14.88	0.64
2. กลุ่มควบคุม	53	9	52.9	14	18	15.78	1.20
รวม	86	17	100			-	

จากตารางที่ 1 พบว่า จำนวนประชากรของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 86 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 33 คน และกลุ่มควบคุม 53 คน และจากการคัดกลุ่มประชากรเข้าเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยแบบสำรวจพฤติกรรมความก้าวร้าว พบว่า มีกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 9 คน รวมเป็น 17 คน

โดยจำนวนร้อยละของกลุ่มทดลองคิดเป็นร้อยละ 47.1 และร้อยละของกลุ่มควบคุมคิดเป็นร้อยละ 52.9 โดยที่กลุ่มทดลอง มีค่าอายุเฉลี่ยอยู่ที่ 14.88 ปี (SD = 0.64) เด็กและวัยรุ่นอายุต่ำสุดในกลุ่มคือ อายุ 14 ปี เด็กและวัยรุ่นอายุสูงสุดในกลุ่มคือ อายุ 16 ปี ส่วนกลุ่มควบคุม มีค่าอายุเฉลี่ยอยู่ที่ 15.78 ปี (SD = 1.20) เด็กและวัยรุ่นอายุต่ำสุดในกลุ่มคือ อายุ 14 ปี เด็กและวัยรุ่นอายุสูงสุดในกลุ่มคือ 18 ปี

ตารางที่ 2 การทดสอบความแตกต่างของคะแนนการกำกับตนเองและคะแนนความก้าวร้าว ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Nonparametric ด้วยวิธี Wilcoxon Signed Ranks Test

Group	ตัวแปร	ก่อน				หลัง				Wilcoxon Signed Rank	P - Value
		\bar{x}	Mdn	IQR	SD	\bar{x}	Mdn	IQR	SD		
กลุ่มทดลอง	พฤติกรรมความก้าวร้าว	3.99	3.92	0.82	0.41	3.26	3.25	0.38	0.21	- 2.521	0.012
	การกำกับตนเอง	3.06	3.23	0.72	0.43	3.82	3.90	0.58	0.37	- 2.524	0.012
กลุ่มควบคุม	พฤติกรรมความก้าวร้าว	3.98	3.90	0.58	0.32	3.98	3.88	0.40	0.26	- 0.178	0.858
	การกำกับตนเอง	2.81	2.80	0.70	0.38	2.73	2.65	0.38	0.32	- 0.773	0.440

*p < .05

จากตารางที่ 2 พบว่า เด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ ที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการมีคะแนนการกำกับตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ .05 และมีคะแนนพฤติกรรมความก้าวร้าวต่ำกว่าก่อนเข้าร่วม โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ .05

ตารางที่ 3 ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนการกำกับตนเองและคะแนนความก้าวร้าว ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Nonparametric ด้วยวิธี Mann - Whitney U Test

ตัวแปร	Intervention (n = 8)			Control (n = 9)			Mann - Whitney U (ค่าเฉลี่ยของ Rank)	P - Value
	\bar{x}	Mdn	SD	\bar{x}	Mdn	SD		
พฤติกรรมความก้าวร้าว <i>ก่อน</i> การเข้าร่วมโปรแกรมฯ	3.99	3.92	0.41	3.98	3.90	0.32	33.500	0.815
พฤติกรรมความก้าวร้าว <i>หลัง</i> การเข้าร่วมโปรแกรมฯ	3.26	3.25	0.21	3.98	3.88	0.26	0.000	0.000
การกำกับตนเอง <i>ก่อน</i> การเข้าร่วมโปรแกรมฯ	3.06	3.23	0.43	2.81	2.80	0.38	22.000	0.200
การกำกับตนเอง <i>หลัง</i> การเข้าร่วมโปรแกรมฯ	3.82	3.90	0.37	2.73	2.65	0.32	1.000	0.000

**p < .01

จากตารางที่ 3 พบว่า เด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการมีระดับคะแนนเฉลี่ยการกำกับตนเอง หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของการกำกับตนเอง มากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 และเด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการมีระดับคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมก้าวร้าว หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมก้าวร้าว น้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

การอภิปรายผล

ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานสามารถอธิบายได้ว่า โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ จากทฤษฎีการให้คำปรึกษาตามแนวเกสตัลท์และการฝึกเจริญสติ ส่งผลทางบวกต่อการกำกับตนเอง และสามารถลดพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่นได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานของซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ธีัญญาภรณ์ อุปม์ยรัตน์ (2557) ที่พบว่าการให้นักเรียนได้มีการสำรวจตนเอง ซึ่งเป็นกระบวนการของการกำกับตนเอง วิเคราะห์ประสบการณ์ตนเองเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง ผลที่เกิดขึ้นจะจูงใจในการดูแลพฤติกรรมตนเองร่วมกับการสร้างสัมพันธ์ภาพเชิงบวก จนทำให้เกิดการลดการใช้ความรุนแรงและลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ในที่สุดและสอดคล้องกับงานของขวัญทิพย์ ปทุมธนรักษ์ (2553) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลท์ต่อความก้าวร้าวของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โดยนักเรียนที่มีคะแนนความก้าวร้าวสูง ในกลุ่มตัวอย่างหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาดังกล่าว พบว่ามีระดับคะแนนความก้าวร้าวลดลงเช่นกัน และสอดคล้องกับงานของ Guendelman, Medeiros, & Rampes (2017) ที่ศึกษาการพัฒนาการกำกับตนเอง พบว่าสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมก้าวร้าวของบุคคลได้ โดยโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการทฤษฎีเกสตัลท์และการฝึกสติ ซึ่งผลเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับงานของ Pirsig (2017) ซึ่งพบว่าการใช้เทคนิคการฝึกสติ (Mindfulness practice) จะช่วยให้สามารถลดความก้าวร้าวในเด็กและวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี และจากงานของ Azita Amirfakhraei (2014) พบว่า Gestal group therapy มีประสิทธิภาพในการลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้

ดังนั้น จึงสรุปผลการวิจัยได้ว่า เด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์ที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ สามารถกำกับตนเอง ลดพฤติกรรมก้าวร้าว สามารถใช้สติกำหนดรู้ในปัจจุบัน และสามารถจัดการความคิด อารมณ์ พฤติกรรมของตนเองได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมที่ยังอยู่ในสถานะเดิม ๆ และไม่ได้มีการฝึกฝนใด ๆ ส่วนข้อจำกัดของงานวิจัยในครั้งนี้ การดำเนินการวิจัยภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา ซึ่งต้องดำเนินการตามมาตรการ แนวทางปฏิบัติ ประกาศ และคำสั่งป้องกันและควบคุมการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) อย่างเคร่งครัด ทำให้กระบวนการการให้คำปรึกษากลุ่มต้องมีการเว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) การระมัดระวังการออกภาษาท่าทางหรือภาษากายทางบวกที่เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการให้คำปรึกษาในระหว่างให้คำปรึกษากลุ่มด้วย

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. การพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการในกลุ่มเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลเด็ก เนื่องจากผู้ดูแลเด็ก คือ คนสำคัญที่อยู่ใกล้ชิดกับเด็ก อีกทั้งสามารถเป็นตัวแบบให้กับเด็กได้ จึงเสนอแนะงานวิจัยในครั้งต่อไป ควรเน้นกลุ่มเป้าหมายที่เป็นเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานด้านเด็ก เพื่อให้เรียนรู้และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเอง และสามารถมีทักษะในการเลี้ยงดูเด็กที่มีปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าวในสถานการณ์ปัจจุบันที่เต็มไปด้วยสิ่งกระตุ้นเร้ามากมาย

2. การพัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษาเพื่อการกำกับตนเองในการใช้สื่อออนไลน์สำหรับเด็กและวัยรุ่นกลุ่มเปราะบางทางสังคม

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ในการวิจัยครั้งต่อไปควรการพัฒนาโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ โดยพัฒนาให้ใช้กับกลุ่มเป้าหมายหลากหลายกลุ่มของเด็กและวัยรุ่นในสถานสงเคราะห์มากขึ้น เช่น การปรับพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น การกำกับตนเองในเด็กที่มีภาวะทางจิตเวช เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการเด็กและเยาวชน. (2561). *สถิติข้อมูลและสถานการณ์ด้านเด็กและเยาวชน*. ค้นเมื่อ 5 พฤศจิกายน 2562, จาก https://dcy.go.th/webnew/main/download_list.php?id=35
- กรมสุขภาพจิต. (2557). *หลักสูตรและแผนการสอน เรื่อง การพัฒนาสติเพื่อสุขภาพ (Mindfulness Development for Health)*. ค้นเมื่อ 12 ธันวาคม 2562, จาก <https://km.dmh.go.th>
- ขวัญทิพย์ ปทุมธนรักษ์. (2553). *ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเกสตัลต์ต่อความก้าวร้าวของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 3*. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- ดิษยา มีเพียร. (2551). *ผลของการฝึกควบคุมตนเองต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของเยาวชนกระทำผิดหญิงในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปราณี*. (วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.

- ธัญญาภรณ์ อุปมัรัตน์, วินีกาญจน์ คงสุวรรณ และวันดี สุทธิรงค์. (2562). ผลของโปรแกรมการกำกับตนเองต่อทัศนคติการใช้ความรุนแรงและพฤติกรรมการควบคุมตนเองในนักเรียนวัยรุ่น. *วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต*. 33, 13-28
- บุญเรือง ไตรเรืองวรวัฒน์. (2561). *ข่าวแจกกรมสุขภาพจิต*. ค้นเมื่อ 2 ธันวาคม 2562. จาก <https://www.dmh.go.th/>
- พงษ์เกษม สิงห์รุ่งเรือง. (2559). *การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษาโดยบูรณาการแนวความคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา*. (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต) ภาควิชาหลักสูตรและการสอน สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- ภารดร ยิ่งยวด, อภาพร เผ่าวัฒนา, และ นฤมล เอี่ยมณีกุล. (2561). ผลของโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กในสถานสงเคราะห์เด็กชาย. *วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ*. 12, 10-20.
- ลักขณา พงษ์ภุมมา. (2561). *ปัญหาของวัยรุ่นในสังคมไทย*. การพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชลบุรี. ค้นเมื่อ 14 มกราคม 2563, จาก <http://164.115.41.60/knowledge/?p=436>
- วินีกาญจน์ คงสุวรรณ, วิณา คันฉ่อง, วันดี สุทธิรงค์ และณอมศรี อินทนนท์ (2557). ผลของโปรแกรมพัฒนาทักษะการจัดการความรุนแรงต่อการป้องกันพฤติกรรมก้าวร้าวของแกนนำเยาวชนระดับมัธยมศึกษา. *วารสารสงขลานครินทร์ ฉบับสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์*, 20, 73-105.
- Brajsa-Zganec, A., & Markovic, I.H. (2014). Social development of preschool children in Croatia: contributions of child temperament, maternal life satisfaction and rearing practices. *Journal of Child and Family Studies*, 23, 105–117.
- Buss, A.H. (1961). *The psychology of aggression*. New York: John Wiley and Sons, Inc.
- Corey. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. (10th ed.). United States of America: Cengage Learning.
- Guendelman, S., Medeiros, S., & Rampes. H. (2017). Mindfulness and emotion regulation: Insights from neurobiological, psychological, and clinical studies. *Frontiers in Psychology*, Retrieved from <https://psycnet.apa.org/record/2017-11347-001>
- Hossein, Z., Faezeh, K.D., Maryam, Z., & Zeinab, S. (2016). Effect of mindfulness in reducing aggression and impulsivity in adolescents. *Journal of Research and Health*, 6, 113-121.
- Johnson, J.E., Fieler, V.K., Jones, L.S., Wlasowicz G.S., & Mitchell, M.L. (1997). *Self-regulation theory: Applying theory to your practice*. Pittsburgh, PA: Oncology Nursing Press.
- Kabat_Zinn, J. (2013). *Full catastrophe living, revised edition: how to cope with stress, pain and illness using mindfulness meditation*. London: Piatkus.
- Kashdan & Joseph. (2013). *Mindfulness, acceptance, and positive psychology: The seven foundations of well-being*. (pp. 140–165). Oakland, CA: New Harbinger.

- Nyklicek, I. (2011). Mindfulness, emotion regulation, and well-being. In I Nyklicek, A. Vingerhoets, & M. Zeelenberg (Eds.), *Emotion Regulation and Well-being*. (p. 101-118). Springer Science + Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6953-8-7>
- Pirsig, S.J. (2017). *Evaluation of a mindfulness intervention for children with emotion regulation difficulties*. (Master of Arts Degree), Minnesota State University, Mankato, Minnesota.
- Ross, T., Fontao, M. (2007). The relationship of self-regulation and aggression: An empirical test of personality systems interaction theory. *International Journal of offender therapy and comparative criminology*, 52, 554-570.
- Taylor, D.G., & Mineault, G.C. (2008). Mindfulness and self-regulation: a comparison of long term to short-term mediators. *Journal of Transpersonal Psychology*. 40, 88-99.
- Taylor, H. (2010). *Human Growth and Development*. 2 nd ed. London: SAGE.
- Wilson and Ray. (2018). Child-centered play therapy: aggression, empathy, and self-regulation. *Journal of Counseling and Development*, 96, 399-409.

.....

ความสัมพันธ์ของคุณลักษณะภายในและคุณลักษณะภายนอกที่มีผลกระทบต่อ
เชิงบวกต่อการคงอยู่ในงาน โดยมีความพึงพอใจในงานเป็นตัวแปรส่งผ่าน
THE RELATIONSHIP OF INTRINSIC AND EXTRINSIC CHARACTERISTICS
THAT POSITIVELY INFLUENCE JOB RETENTION THROUGH JOB
SATISFACTION

Received: May 13, 2020

Revised: Aug 15, 2020

Accepted: Sep 24, 2020

เอกวิณ จุฑาพานิช^{1*} พิษชดา ประสิทธิ์โชค² อัจศรา ประเสริฐสิน³
Ekawin Chutapanish^{1*} Pitchada Prasittichok² Ujsara Prasertsin³

¹⁻³จิตวิทยาประยุกต์, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
¹⁻³Applied Psychology, Srinakharinwirot University

* Corresponding Author, E-mail: ekawin28@gmail.com

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ตรวจสอบความสัมพันธ์ของโมเดลอิทธิพลของคุณลักษณะภายในและคุณลักษณะภายนอก ที่ส่งผลกระทบต่อคงอยู่ในงานของพนักงานบริษัทเทรดดิ้ง โดยมีความพึงพอใจในงานเป็นตัวแปรส่งผ่าน 2) เพื่อศึกษาทิศทางและขนาดของปัจจัยคุณลักษณะภายในและคุณลักษณะภายนอก และความพึงพอใจในงาน ที่ส่งผลกระทบต่อคงอยู่ในงานของพนักงานบริษัทเทรดดิ้ง มีกลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงานบริษัทเทรดดิ้งจาก 3 บริษัท รวมจำนวนทั้งสิ้น 314 คน ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling: SEM)

ผลการศึกษาวิจัยพบว่า โมเดลสมการโครงสร้างปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีผลต่อคงอยู่ในงานของพนักงานบริษัทเทรดดิ้งมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่า Chi -Square = 80.149, df = 74.0, p. = 0.292, CMIN/df. = 1.083, AGFI = 0.940, GFI = 0.971, CFI = 0.999, NFI = 0.983, IFI = 0.999, RMSEA = 0.016, SRMR = 0.027 ซึ่งผ่านเกณฑ์ตามกำหนด เมื่อพิจารณาปัจจัยเชิงสาเหตุจึงสรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการคงอยู่ในงานสูงสุด คือด้านความพึงพอใจในงาน มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพล โดยรวม 0.96 รองลงมา ด้านความตั้งใจที่จะคงอยู่ ค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลโดยรวม 0.63 ด้านคุณลักษณะภายนอก ค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลโดยรวม 0.54 และด้านคุณลักษณะภายใน ค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลโดยรวม 0.22 ด้วยเหตุนี้จึงสรุปได้ว่า ตัวแปรที่ได้ศึกษานี้ มีอิทธิพลเชิงบวกต่อการคงอยู่ในงานของพนักงานบริษัทเทรดดิ้งทั้ง 3 บริษัท

คำสำคัญ: การคงอยู่ในงาน ความตั้งใจที่จะคงอยู่ ความพึงพอใจในงาน คุณลักษณะภายนอก
คุณลักษณะภายใน

Abstract

This study was a survey research and the purposes of this study were 1) to examine the relationship of Intrinsic and Extrinsic characteristics that influences job retention of employees of trading organizations through job satisfaction 2) To investigate direction and size of factors, which are Intrinsic and Extrinsic characteristics, and job satisfaction that affect to job retention of employees of trading organizations. The sample group was 314 employees systematically selected from 3 trading organizations. The research had been conducted by using a questionnaire as a tool to collect data, which was analyzed by Structural Equation Modeling (SEM).

The research contributed data as Chi -Square = 80.149, $df = 74.0$, $p = 0.292$, CMIN/df. = 1.083, AGFI = 0.940, GFI = 0.971, CFI = 0.999, NFI = 0.983, IFI = 0.999, RMSEA = 0.016, SRMR = 0.027 that passed designated criteria. In conclusion, the coefficient analysis revealed the factors that influence job retention most were Job Satisfaction (0.96), Intention to stay (0.63), Extrinsic Characteristics (0.54), and Intrinsic Characteristics (0.22). Therefore, it was concluded that all factors had positive influence toward Job Retention of the employees of the 3 trading organizations.

Key words: Job Retention, Intent to Stay, Job Satisfaction, Extrinsic Characteristic, Intrinsic Characteristic

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในยุคปัจจุบันนี้ เทคโนโลยีนั้นมีการพัฒนาขึ้นอย่างรวดเร็ว ทำให้การสื่อสารข้ามประเทศเป็นสิ่งที่สามารถทำได้ง่ายและสะดวก มีเครื่องมือหรือช่องทางช่วยเอื้ออำนวยการติดต่ออันหลากหลาย การแทรกแซงโดยเทคโนโลยีนี้ก่อให้เกิดการพลิกผันทางธุรกิจ (Technology Disruption) ซึ่งหลาย ๆ องค์การโดยเฉพาะองค์การประเภทเทรดดิ้ง (Trading Firm) ที่มุ่งเน้นการติดต่อประสานงาน สรรหาสินค้าให้ผู้ซื้อ และแนะนำลูกค้าให้ผู้ผลิต ทำหน้าที่เป็นพ่อค้าคนกลางได้รับผลกระทบอย่างหนัก จึงต้องมุ่งเน้นการให้บริการและการสร้างความสัมพันธ์ในระยะยาวกับลูกค้า (Cloutier et al., 2015) แต่อุปสรรคสำคัญต่อการปรับตัวนี้ คือ ปัญหาเรื่องการลาออกของบุคลากรทำให้การสร้างความสัมพันธ์นั้นไม่ปะติดปะต่อ และยังมีภาวะ “สมองไหล” ที่พนักงานลาออกไปอยู่กับคู่แข่ง โดยที่ปัจจุบันการดึงตัวบุคลากรจากองค์การคู่แข่งนั้นเป็นกลยุทธ์ที่ปฏิบัติกันอย่างแพร่หลาย จนเกิดเป็นสถานะการแข่งกันแย่งตัวบุคลากรในตลาด สอดคล้องกับที่ Holmes et al. (2017) ได้อธิบายไว้ว่า การลาออกของพนักงานนั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ง่ายหากปัจจัยในองค์การไม่สามารถตอบสนองกับสิ่งที่บุคลากรคาดหวัง หากมีข้อเสนอที่ดีกว่าจะยิ่งทำให้องค์การนั้นประสบปัญหาในการรักษาพนักงานเอาไว้ ประกอบกับการที่องค์การขนาดเล็กเกิดใหม่ (Startup) นั้นเกิดขึ้นมากมายในยุคปัจจุบัน ยิ่งทำให้การดึงคนที่มีประสบการณ์นั้นเกิดขึ้นได้ง่าย และจะเป็นการสูญเสียงบประมาณและเวลาโดยใช้เหตุ (สร้อยฟ้า & นงภัศ, 2561) ด้วยเหตุนี้ การสร้างการคงอยู่ในงานจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นต่อองค์การประเภทเทรดดิ้ง ซึ่งผลจากงานวิจัยนี้สามารถนำมาสังเคราะห์ให้ใช้เป็นหลักแนวคิดได้ เพราะการได้มาซึ่งข้อมูล

ด้านการคงอยู่ในงานนี้จะทำให้องค์การลดค่าใช้จ่ายในการสร้างบุคลากรทดแทน สร้างเสริมความผูกพันในองค์การ รักษาบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถไม่ให้เกิดภาวะสมองไหล สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 พ.ศ.2560-2564 (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2559) ที่ได้มีการกล่าวถึงการรักษาบุคลากรให้มีการคงอยู่กับงานไว้ว่า หากการจัดการบุคลากรนั้นไม่มีประสิทธิภาพจะส่งผลให้เสียโอกาสที่จะพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมในหลายด้าน องค์กรควรให้ความสำคัญอย่างยิ่งกับการจัดการทรัพยากรบุคคลของตนให้มีประสิทธิภาพ จนทำให้บุคลากรเกิดความต้องการที่จะคงอยู่ในงาน มุ่งมั่น อุทิศตนให้กับองค์กรต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ของโมเดลอิทธิพลของคุณลักษณะภายในและคุณลักษณะภายนอก ที่ส่งผลต่อการคงอยู่ในงานของพนักงานบริษัทเทรตดิ่ง โดยมีความพึงพอใจในงานเป็นตัวแปรส่งผ่าน
2. เพื่อศึกษาทิศทางและขนาดของปัจจัย คุณลักษณะภายในและคุณลักษณะภายนอก และความพึงพอใจในงาน ที่ส่งผลต่อการคงอยู่ในงานของพนักงานบริษัทเทรตดิ่ง

สมมติฐานของการวิจัย

ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานดังนี้

- สมมติฐานที่ 1:** คุณลักษณะภายในและคุณลักษณะภายนอกมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อความพึงพอใจในงาน
- สมมติฐานที่ 2:** ความพึงพอใจในงานมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อการคงอยู่ในงาน
- สมมติฐานที่ 3:** ความพึงพอใจในงานส่วนบุคคลมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อความตั้งใจที่จะคงอยู่
- สมมติฐานที่ 4:** ความตั้งใจที่จะคงอยู่มีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อการคงอยู่ในงาน
- สมมติฐานที่ 5:** ความพึงพอใจในงานมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อการคงอยู่ในงาน โดยมีความตั้งใจที่จะคงอยู่เป็นตัวแปรส่งผ่าน

ขอบเขตของการวิจัย

1. **ประชากร** ประชากรสำหรับงานวิจัยนี้เป็นประชากรจากองค์การประเภทเทรตดิ่งภาคเอกชนสัญชาติญี่ปุ่นที่มีที่ตั้งอยู่ในจังหวัดกรุงเทพมหานครจำนวน 3 องค์กร ซึ่งทั้งสามองค์กรมีพนักงานรวมกันทั้งสิ้นจำนวน 550 คนโดยประมาณ (ข้อมูล ณ ปีการศึกษา 2562) โดยสามารถแบ่งแยกเป็นรายบริษัทได้ดังนี้

- (1) บริษัทเทรตดิ่งที่ 1 มีพนักงานประจำ จำนวนทั้งสิ้น 220 คนโดยประมาณ
- (2) บริษัทเทรตดิ่งที่ 2 มีพนักงานประจำ จำนวนทั้งสิ้น 200 คนโดยประมาณ
- (3) บริษัทเทรตดิ่งที่ 3 มีพนักงานประจำ จำนวนทั้งสิ้น 130 คนโดยประมาณ

2. **กลุ่มตัวอย่าง** ผู้วิจัยได้ทำการกำหนดกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดให้มีสัญชาติไทยเท่านั้น และผู้วิจัยยังได้ทำการจำกัดอายุของกลุ่มตัวอย่างให้มีอายุงานมากกว่า 4 เดือนขึ้นไป โดยผู้วิจัยได้ทำการกำหนดขนาดตัวอย่างตามตารางของ Krejcie & Morgan (1970) ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95

ขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 226 คน อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยได้ทำการกำหนดขนาดตัวอย่างเพิ่มขึ้นอีก 40% โดยประมาณ หรือเท่ากับ 314 คน เพื่อป้องกันกรณีที่เป็นแบบสอบถามที่ได้รับกลับมานั้นไม่ครบหรือไม่สมบูรณ์ นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ทำการแบ่งขั้นตอนการสุ่มตัวอย่างโดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบมีระบบ (systematic sampling: SYS)

3. นิยามศัพท์เฉพาะ

3.1 การคงอยู่ในงาน (Job Retention) หมายถึง การที่บุคลากรภายในองค์การมีความรู้สึกเชิงบวกกับองค์การ โดยบุคลากรมีความรู้สึกของการเป็นส่วนหนึ่งขององค์การและอยากที่จะดำรงไว้ซึ่งการเป็นสมาชิกขององค์การต่อไปแม้ว่าจะประสบกับปัญหาต่างๆ หรือสิ่งต่างๆไม่เป็นไปตามที่คาดหวัง

3.2 ความตั้งใจที่จะคงอยู่ (Intent to Stay) หมายถึง การที่บุคคลยังไม่มีแผนการที่จะมีการเปลี่ยนงานในช่วงระยะเวลา 1 ปี

3.3 ความพึงพอใจในงาน (Job Satisfaction) หมายถึง การที่บุคลากรภายในองค์การมีความรู้สึกเชิงบวกกับงานที่ปฏิบัติ มีความสุขในการปฏิบัติงาน มีชีวิตความเป็นอยู่ภายในองค์การที่ดี มีเจตคติที่ดีต่องาน

3.4 คุณลักษณะภายนอก (Extrinsic Characters) หมายถึง ปัจจัยแวดล้อมต่างๆที่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับงานโดยตรง แต่เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากสภาพแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกองค์การ โดยที่ตัวบุคคลไม่สามารถควบคุมได้ และส่งผลต่อความพึงพอใจในงานของบุคคลนั้นๆ

3.4.1 ความยุติธรรมภายในองค์การ (Fairness) หมายถึง การที่บุคคลมีการรับรู้ว่าองค์การมีการให้ความยุติธรรมในเรื่องต่างๆ และมอบความเท่าเทียมกันให้กับบุคลากรทุกคน มีระบบการพิจารณา การจัดการ กฎระเบียบ รวมไปถึงการจัดสรรทรัพยากรอย่างเป็นธรรม

3.4.2 การสนับสนุนจากผู้บังคับบัญชา (Supervisor Support) หมายถึง การที่บุคลากรมีการรับรู้ถึงการได้รับความไว้วางใจจากหัวหน้างาน โดยหัวหน้างานมีการมอบหมายงานที่เหมาะสมแก่บุคลากร คอยให้ความช่วยเหลือและให้ความเห็นเชิงสร้างสรรค์เมื่อบุคลากรประสบกับปัญหา มีความเอาใจใส่ในการปฏิบัติงานของผู้ใต้บังคับบัญชา

3.4.3 โอกาสในความก้าวหน้าในสายงาน (Career Advancement) คือ การที่บุคลากรภายในองค์การมีการรับรู้ถึงการได้รับโอกาสในการเปลี่ยนแปลงบทบาทหน้าที่ให้ไปในทิศทางที่ดีขึ้นเมื่อบุคคลมีความรู้ ความสามารถอันเหมาะสม มีการกำหนดหลักเกณฑ์ที่ชัดเจนในการพัฒนาทางด้านสายงาน ได้รับมอบหมายงานที่มีขอบเขตกว้างขึ้นและมีความสำคัญต่อองค์การมากขึ้นเมื่อบุคคลนั้นๆมีศักยภาพหรือประสบการณ์มากเพียงพอ

3.5 คุณลักษณะภายใน (Intrinsic Characters) หมายถึง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวงานที่บุคคลได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติ กล่าวคือเป็นคุณลักษณะของงานที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในงานของผู้ได้รับมอบหมาย

3.5.1 ความท้าทายในงาน (Job Challenging) หมายถึง การรับรู้ของบุคลากรว่างานที่องค์การมอบหมายให้ปฏิบัติเป็นงานที่ต้องใช้ทักษะและความรู้ความสามารถ มีความยากในระดับที่เหมาะสมต่อผู้ได้รับมอบหมาย ไม่ยากหรือง่ายจนเกินไป เมื่อมีปัญหาก็เป็นปัญหาที่ผู้ได้รับมอบหมายสามารถแก้ไขและปฏิบัติให้บรรลุแล้วเสร็จได้

3.5.2 การมีอิสระในงาน (Autonomy) หมายถึง การที่บุคลากรมีการรับรู้ว่าจะการนั้นให้อิสระในการปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมาย บุคคลสามารถทำการออกแบบกลยุทธ์และกระบวนการในการปฏิบัติให้แล้วเสร็จ และยังสามารถตัดสินใจในเรื่องสำคัญต่างๆที่เกี่ยวกับงานนั้นๆได้

3.5.3 การได้พัฒนาทักษะ (Skills Development) หมายถึง การที่บุคลากรมีการรับรู้ว่าจะการนั้นที่บุคคลปฏิบัติอยู่นั้นส่งผลให้ได้รับโอกาสในการพัฒนาตนเอง ทั้งในแง่ของทักษะการทำงาน ความคิดริเริ่ม อีกทั้งยังมีโอกาสได้ใช้ทักษะที่หลากหลายในการปฏิบัติงาน ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ อยู่เสมอ

การดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงสำรวจ โดยผู้วิจัยได้ทำการสำรวจข้อมูลและสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริง ณ ปัจจุบัน โดยศึกษาตามข้อเท็จจริงต่างๆ นำไปสู่การสร้างแบบแผนได้ ดังนี้

- (1) กำหนดเป้าหมายและแนวทางที่ชัดเจนเพื่อการศึกษาทบทวนวรรณกรรมในอดีต
- (2) ศึกษาแบบสอบถามเกี่ยวกับตัวแปรที่ศึกษา ประยุกต์ใช้ให้เข้ากับบริบทและขอบเขต
- (3) ดำเนินการสร้างแบบวัดโดยแบ่งแยกเป็นหมวดหมู่ตามแต่ละตัวแปร เก็บตัวอย่าง
- (4) นำข้อมูลมาประมวล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

จากการทบทวนวรรณกรรมในอดีต แนวคิดและทฤษฎีการคงอยู่ในงานนั้นได้รับการอธิบายโดย Ellenbecker (2004) ในรูปแบบโมเดล Job Retention ซึ่งอธิบายว่า การคงอยู่ในงานนั้นมีที่มาจากคุณลักษณะภายใน (Intrinsic Characteristics) และคุณลักษณะภายนอก (Extrinsic Characteristics) ซึ่งจะส่งผลต่อความพึงพอใจในงาน (Job Satisfaction) นำไปสู่ผลกระทบทางตรงต่อการคงอยู่ในงาน และมีผลกระทบทางอ้อมต่อความตั้งใจที่จะคงอยู่ (Intent to Stay) สอดคล้องกับ งานวิจัยของ Takawira, Coetzee, & Schreuder (2014) ได้อธิบายว่า ความพึงพอใจในงานและการคงอยู่ในงานนั้นมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน โดยที่การคงอยู่ในงานนั้นจะสูงหากว่าความพึงพอใจในงานอยู่ในระดับสูง ซึ่งจะนำไปสู่การที่บุคลากรเลือกที่จะอยู่ร่วมกับองค์กรต่อไป ซึ่งความพึงพอใจในงานนี้ยังส่งผลต่อความตั้งใจที่จะคงอยู่ โดย Steel & Lounsbury (2009) ได้ให้ความหมายไว้ว่า เป็นความตั้งใจในจิตใจของบุคคลที่เลือกที่จะเป็นสมาชิกองค์กรโดยไม่ได้คิดที่จะลาออก ณ ช่วงเวลาหนึ่ง โดยความตั้งใจที่จะคงอยู่นั้น เป็นตัวแปรสำคัญในการทำนายแนวโน้มพฤติกรรมลาออกที่อาจเกิดขึ้นในช่วง 6 เดือน ถึง 1 ปี ในทางกลับกันการที่บุคคลไม่มีความพึงพอใจในงานจะก่อให้เกิดความเบื่อหน่ายในการปฏิบัติงานซึ่งจะนำไปสู่ภาวะเหนื่อยหน่าย (Burnout) จนอาจนำไปสู่สภาวะเครียดเรื้อรังได้ โดย Van Hooff & Van Hooff (2014) ได้อธิบายถึงคุณลักษณะภายในว่า เป็นทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่บุคคลจะได้รับจากการปฏิบัติงาน เช่นความน่าสนใจของงาน ความท้าทายของงาน ความหลากหลายของงาน ในขณะที่คุณลักษณะภายนอกเป็นในแง่ที่เกี่ยวกับบริบทขององค์กร (Organization Context) เป็นสิ่งที่บุคคลได้รับ หรือมีมุมมองต่อองค์กรเช่น ความยุติธรรม และการสนับสนุน ซึ่งคุณลักษณะทั้งสองนั้นส่งผลต่อความพึงพอใจในงาน สอดคล้องกับทฤษฎีของ Eisenberger et al. (2002)

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงได้ทำการสรุปข้อมูลต่างๆ โดยหยิบยกทฤษฎีการคงอยู่ในงานของ Ellenbecker (2004) มาใช้เป็นแนวคิดอ้างอิง และนำมาออกแบบเป็นกรอบแนวคิดสำหรับงานวิจัยครั้งนี้ โดยมีการใช้ทฤษฎีการรับรู้ถึงการสนับสนุนจากองค์กร (Perceived of Organizational Support) ของ Eisenberger et al. (2002) เพื่ออธิบายถึงคุณลักษณะภายนอก ซึ่งจากการสังเคราะห์วรรณกรรมในอดีต

เกี่ยวกับเรื่องคุณลักษณะภายนอก พบว่ามีอยู่ 3 องค์ประกอบที่มีความถี่มากที่สุดได้แก่ การสนับสนุนจากผู้บังคับบัญชา โอกาสก้าวหน้าในสายงาน และความยุติธรรม นอกจากนี้ ในส่วนของคุณลักษณะภายใน ผู้วิจัยได้หยิบยกทฤษฎี การกำหนดตนเอง (Self-Determination) ของ Deci & Ryan (2010) ซึ่งอธิบายถึงความต้องการพื้นฐานทั้ง 3 องค์ประกอบคือ ความต้องการอิสระในการตัดสินใจ (Need for Autonomy) ความต้องการมีความสามารถ (Need for Competence) ความต้องการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น (Need for Relatedness) หากได้รับการตอบสนองทั้งสามสิ่งนี้ บุคคลจะเกิดแรงจูงใจและความยึดมั่นผูกพันกับกิจกรรมนั้นๆ และจะส่งผลไปสู่การยกระดับประสิทธิภาพ ความเพียรพยายาม และความคิดสร้างสรรค์ สอดคล้องกับทฤษฎี ของ Hackman & Oldham (1980) ซึ่งอธิบายว่าการรับรู้ด้านคุณลักษณะงานที่ดีจะชักจูงให้บุคลากรมีแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน ส่งผลให้บุคคลมีความอยากปฏิบัติงาน โดยมีสาระสำคัญคือ องค์ประกอบ 5 ประการ คือ ความหลากหลายของการใช้ทักษะ (Skill Variety) ความเป็นส่วนหนึ่งของงาน (Task Identity) ความสำคัญของตัวงาน (Task Significance) ความมีอิสระในการทำงาน (Autonomy) การได้รับข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) จากการสังเคราะห์วรรณกรรมที่ผ่านมาและได้ค้นพบ 3 องค์ประกอบที่มีความถี่มากที่สุดได้แก่ ความท้าทายในงาน การมีอิสระในการตัดสินใจ และการได้พัฒนาตนเอง โดยผู้วิจัยศึกษาถึงความมีอิทธิพลต่อทั้ง 6 องค์ประกอบที่มีต่อความพึงพอใจในงาน ความตั้งใจที่จะคงอยู่ และการคงอยู่ในงาน เป็นลำดับถัดไป

ในส่วนของเครื่องมือการวิจัย ผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) โดยค่าความเที่ยงของเครื่องมือที่ 0.90 และมีการแบ่งออกได้เป็น 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลลักษณะส่วนบุคคล จำนวน 5 ข้อ

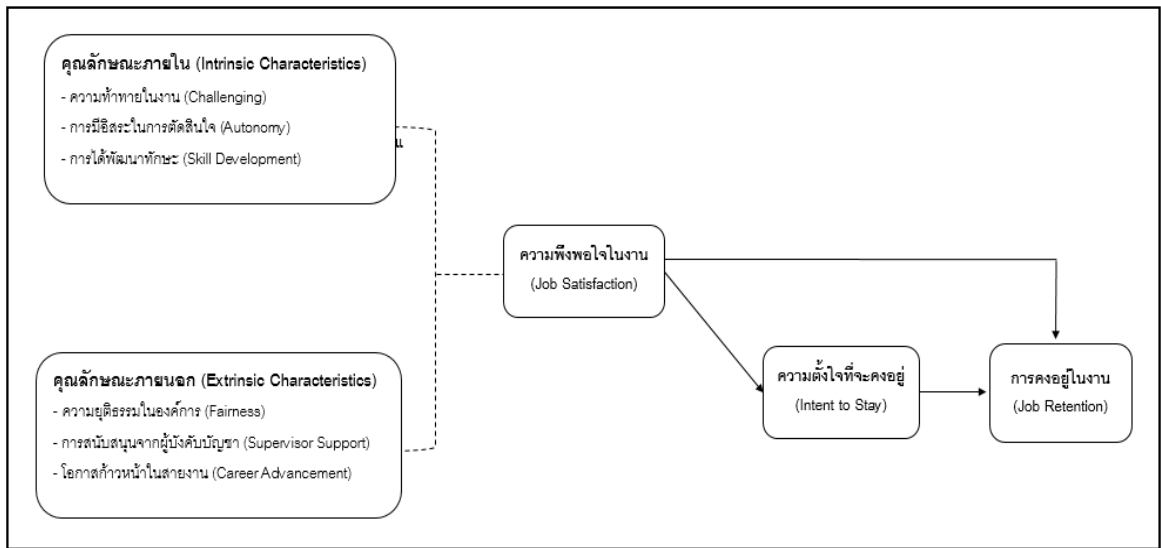
ส่วนที่ 2 การคงอยู่ในงานและความตั้งใจที่จะคงอยู่ จำนวน 8 ข้อ

ส่วนที่ 3 ความพึงพอใจในงาน จำนวน 5 ข้อ

ส่วนที่ 4 คุณลักษณะภายใน: ความท้าทาย ความมีอิสระในงาน การได้พัฒนาทักษะ จำนวน 5 ข้อ

ส่วนที่ 5 คุณลักษณะภายนอก: ความยุติธรรม การสนับสนุนจากผู้บังคับบัญชา ความก้าวหน้าในสายงาน จำนวน 5 ข้อ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการขอหนังสือขอความร่วมมือเพื่อขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูล และได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากทางมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒก่อนทำการเก็บข้อมูล นำแบบวัดการคงอยู่ในงานไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง โดยขั้นตอนนี้ทางผู้วิจัยได้รับการอนุเคราะห์จากทางแผนกบุคคลของแต่ละบริษัทในการเป็นผู้กระจายแบบสอบถามออนไลน์ ซึ่งผู้ตอบแบบสอบถามสามารถสแกน QR Code และตอบแบบสอบถามผ่านทางโทรศัพท์มือถือได้ทันที นำผลข้อมูลที่ได้มากระทำการจำแนกแบบสอบถามที่มีความสมบูรณ์มาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่างๆ ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percent)
2. วิเคราะห์คะแนนโดยรวมและรายด้านของตัวแปรทั้งหมดโดยใช้สถิติหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
3. วิเคราะห์หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรตาม โดยทำการทดสอบสมมติฐานด้วยการวิเคราะห์สมการโครงสร้าง ซึ่งการวิเคราะห์นั้น เป็นเทคนิคการวิเคราะห์สมมติฐานระหว่างตัวแปรแฝง (Latent Variable) หลายๆ ปัจจัยพร้อมกัน ผู้วิจัยดำเนินการทดสอบความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์โดยพิจารณาจากค่าดัชนีทดสอบความเหมาะสมของโมเดล (Model Fit) และเพื่อชี้ว่าโมเดลนั้นๆ มีความน่าเชื่อถือเพียงใด โดยใช้ค่าดัชนีทดสอบความเหมาะสมของโมเดลจากตาราง 3 แสดงค่าดัชนีความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดล

ผลการวิจัย

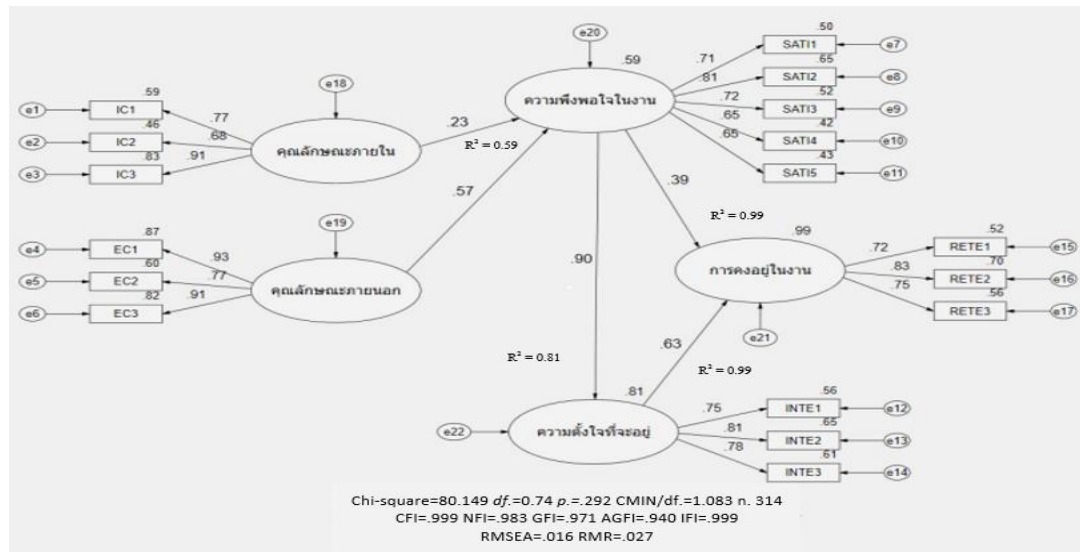
ผู้วิจัยได้ทำการรวบรวมข้อมูลที่ได้รับ โดยในส่วนของสถิติการวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติบรรยาย (Descriptive Statistics) การแจกแจงความถี่ของข้อมูลด้วยค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) วิเคราะห์สมการโครงสร้าง (System Equation Model: SEM) โดยผู้วิจัยทำการตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (Assessment of Model Fit) โดยดัชนีที่ใช้ในการตรวจสอบความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ประกอบด้วย ดัชนีค่า Chi-Square, CMIN/df., CFI, GFI, IFI, NFI, AGF, RMSEA และ RMR โดยเกณฑ์ในการตรวจสอบความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดล ประมวลผลข้อมูลจากโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางสถิติ โดยผู้วิจัยสรุปผลลัพธ์ดังนี้ ผลวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันตัวแปรโมเดลแบบจำลองสมการเชิง

โครงสร้าง ความสัมพันธ์ของคุณลักษณะภายในและคุณลักษณะภายนอกที่มีผลกระทบต่อการคงอยู่ในงานโดยรวม มีจำนวน 5 ตัวแปร ได้แก่ ด้านคุณลักษณะภายใน ด้านคุณลักษณะภายนอก ด้านความพึงพอใจในงาน ด้านความตั้งใจที่จะคงอยู่ ด้านการคงอยู่ในงาน แสดงผลดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อที่	ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม		จำนวน	ร้อยละ
1	เพศ	ชาย	96	30.57
		หญิง	218	69.43
		รวม	314	100.00
2	อายุ	อายุ 21-30 ปี	98	31.21
		อายุ 31-40 ปี	167	53.18
		อายุ 41-50 ปี	47	14.97
		อายุ 51-60 ปี	2	0.64
		รวม	314	100.00
3	สถานภาพสมรส	โสด	226	71.97
		สมรส	82	26.11
		หย่าร้าง / หม้าย / แยกกันอยู่	6	1.91
		รวม	314	100.00
4	ภูมิลำเนา	กรุงเทพฯ / ปริมณฑล	197	62.74
		ต่างจังหวัด	117	37.26
		รวม	314	100.00
5	ระยะเวลาในการปฏิบัติงานกับบริษัท	ต่ำกว่า 1 ปี	27	8.60
		1 ปีขึ้นไป ถึง 3 ปี	81	25.80
		3 ปีขึ้นไป ถึง 5 ปี	62	19.75
		5 ปีขึ้นไป	144	45.86
		รวม	314	100.00

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของตัวอย่างโดยใช้ค่าสถิติพื้นฐานได้แก่ จำนวน และร้อยละ ข้อมูลเบื้องต้นของตัวอย่างประกอบด้วยเพศ อายุ สถานภาพสมรส ภูมิลำเนา ระยะเวลาในการปฏิบัติงาน รวมทั้งสิ้น 314 คน



ภาพประกอบ 2 ผลการทดสอบความกลมกลืนของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการคงอยู่ในงาน

โมเดลองค์ประกอบเชิงยืนยันความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์อยู่ในเกณฑ์ดี มีค่า Chi-Square = 80.149 df = 74.0 $p = 0.292 > 0.05$ และ CMIN/df. = 1.083 < 20 และมีความสอดคล้องและค่าสถิติ โดยมีค่าดัชนีวัดความสอดคล้องกลมกลืนเชิงสัมพัทธ์ (CFI) เท่ากับ 0.999 > 0.90, ดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.971 > 0.90, ดัชนีวัดความกลมกลืนที่ปรับแก้ไขแล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.940 > 0.80, ดัชนีรากที่สองของค่าเฉลี่ยความคลาดเคลื่อนกำลังสองของการประมาณค่า (RMSEA) เท่ากับ 0.016 < 0.05, ดัชนีวัดความสอดคล้องกลมกลืนในรูปความคลาดเคลื่อน หรือรากที่สองของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนเหลือมาตรฐาน (RMR) เท่ากับ 0.027 < 0.05, ดัชนีความกลมกลืนประเภทเปรียบเทียบกับรูปแบบอิสระ (NFI) เท่ากับ 0.983 > 0.90 และดัชนีความกลมกลืนเชิงเปรียบเทียบกับรูปแบบฐาน (IFI) เท่ากับ 0.999 > 0.90 จึงกล่าวได้ว่าโมเดลความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์อยู่ในเกณฑ์ที่กำหนดไว้

ตารางที่ 2 แสดงค่าอิทธิพลสัมประสิทธิ์ของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ

ตัวแปร	อิทธิพล	ด้านความพึงพอใจในงาน	ด้านความตั้งใจที่จะคงอยู่	ด้านการคงอยู่ในงาน
ด้านคุณลักษณะภายใน	ทางตรง	0.23	0.12	-
	ทางอ้อม	-	-	0.22
	โดยรวม	0.23	0.12	0.22
ด้านคุณลักษณะภายนอก	ทางตรง	0.57	-	-
	ทางอ้อม	-	0.51	0.54
	โดยรวม	0.57	0.51	0.54
ด้านความพึงพอใจในงาน	ทางตรง	N/A	0.90	0.39
	ทางอ้อม	N/A	-	0.57
	โดยรวม	N/A	0.90	0.96
ด้านความตั้งใจที่จะคงอยู่	ทางตรง	N/A	N/A	0.63
	ทางอ้อม	N/A	N/A	-
	โดยรวม	N/A	N/A	0.63
R^2		59.00%	81.00%	99.00%

ผลการวิเคราะห์ทดสอบสมการเชิงโครงสร้างแบบจำลองความสัมพันธ์พบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อด้านการคงอยู่ในงานสูงสุดคือ ด้านความพึงพอใจในงานมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลที่ 0.96 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อด้านความตั้งใจที่จะคงอยู่สูงสุดคือ ด้านความพึงพอใจในงานมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลที่ 0.90 และด้านคุณลักษณะภายนอกและภายในมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในงานมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลที่ 0.57 และ 0.23 ตามลำดับ

การอภิปรายผล

ผู้วิจัยได้อภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังต่อไปนี้

สมมติฐานที่ 1 คุณลักษณะภายในและคุณลักษณะภายนอกนั้นมีอิทธิพลเชิงบวกต่อความพึงพอใจในงานตามสมมติฐาน สอดคล้องกับทฤษฎีของ Eisenberger et al. โดยด้านคุณลักษณะภายนอกและภายในมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อความพึงพอใจในงานโดยรวมที่ 0.57 และ 0.23 ตามลำดับ สอดคล้องกับงานวิจัยของ พรภักย์ รุ่งมงคลทรัพย์ (2556); พิศมัย บุญญาภา และ ภริดา ชัยรัตน์ (2563) ที่พบว่าคุณลักษณะภายนอกและภายในนั้นมีผลต่อความพึงพอใจในงานเป็นอย่างมาก โดยคุณลักษณะภายนอกคือ ด้านความยุติธรรม การสนับสนุนจากผู้บังคับบัญชา และโอกาสก้าวหน้าในสายงานนั้นส่งผลให้บุคคลากรมีความรู้สึกรู้สึกว่าองค์กรนั้นเห็นคุณค่าของและมีความพึงพอใจในการทำงานที่สูงขึ้นโดยในมุมมองของพนักงาน องค์กรจะมีบทบาทสำคัญเป็นอย่างมากกับความรู้สึกทางสังคมของบุคคลากร ในส่วนของคุณลักษณะภายในด้านความท้าทายในงาน การได้มีอิสระในงาน การได้ใช้ทักษะส่งผลให้บุคคลากรเกิดความรู้สึกถึงความมีส่วนร่วมในงาน มีความรู้สึกถึงความสำคัญของบทบาทหน้าที่ในตน ซึ่งทำให้บุคคลากรนั้น รู้สึกถึงความมั่นคงจนเกิดเป็นความรู้สึกพึงพอใจในงาน

สมมติฐานที่ 2 ความพึงพอใจในงานมีอิทธิพลเชิงบวกต่อการคงอยู่ในงานตามสมมติฐาน โดยมีความสัมพันธ์โดยรวมที่ 0.96 นอกจากนี้ผลการวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุได้อธิบายให้เห็นว่า ความพึงพอใจในงานมีส่วนในการเพิ่มการคงอยู่ในงาน ซึ่งหมายความว่าพนักงานองค์กรที่ตรงทั้งสามองค์การมีการรับรู้ถึงความพอใจในงานเป็นปัจจัยสำคัญปัจจัยหนึ่ง โดยหากองค์กรสามารถสร้างความพึงพอใจในงานให้เกิดขึ้นได้ องค์กรก็มีแนวโน้มสูงที่จะรักษาบุคคลากรให้คงอยู่กับองค์กรได้ จากงานวิจัยของชัชวาล อรวรงค์สุภทัต และ ศรีณีย์ พิมพิทอง (2561) ความพึงพอใจในงานจะส่งผลถึงความต้องการดำรงไว้ซึ่งการเป็นสมาชิกขององค์กร ความรู้สึกนี้เป็นผลทางพฤติกรรมที่มีที่มาจากความพึงพอใจในงาน และสามารถใช้งบชื้ออัตราการลาออกได้เป็นอย่างดี

สมมติฐานที่ 3 ความพึงพอใจในงานมีอิทธิพลเชิงบวกต่อความตั้งใจที่จะคงอยู่เป็นไปตามสมมติฐาน โดยมีความสัมพันธ์โดยรวมที่ 0.90 สอดคล้องกับงานวิจัยของปฏิญา ปิ่นทอง และ จุฑามาศ ทวีไพบูลย์วงษ์ (2561) และ สิริพิมพ์ ชูปาน และคณะ (2560) กล่าวคือ หากบุคคลากรในองค์กรเกิดความพึงพอใจในงาน บุคลากรเหล่านั้นจะไม่มี ความคำนึงถึงการมองหาโอกาสใหม่ ๆ หรือการย้ายงานในช่วงเวลา ณ ตอนนั้น เนื่องด้วยตัวบุคคลมีความผูกพันและพึงพอใจกับงานและองค์กรของตนเองอยู่แล้ว แม้ว่างานที่อื่น ๆ อาจให้ผลตอบแทนที่มากกว่าเช่น เงินเดือนที่สูงกว่า สวัสดิการที่ดีกว่า หรือตำแหน่งที่ใหญ่โตกว่าก็อาจไม่สามารถโน้มน้าวให้บุคคลากรมีความคิดจะเปลี่ยนงานได้ในระยะเวลานั้น ๆ トラบใดที่บุคคลยังคงมีความพึงพอใจในงานอยู่

สมมติฐานที่ 4 ความตั้งใจที่จะคงอยู่มีอิทธิพลเชิงบวกต่อการคงอยู่ในงานเป็นไปตามสมมติฐานโดยมีค่าสัมประสิทธิ์โดยรวมที่ 0.63 ความตั้งใจที่จะคงอยู่ในงานเป็นปัจจัยที่สามารถทำนายถึงการคงอยู่ในงานได้เป็นอย่างมาก กล่าวคือ หากบุคลากรมีความตั้งใจที่จะคงอยู่ในช่วงเวลานั้น ๆ สูง องค์กรก็สามารถคาดการณ์ได้ว่าบุคลากรจะมีการคงอยู่ในงานที่สูงตามไปด้วยซึ่งจะส่งผลให้บุคลากรมีการทำงานที่ทุ่มเท และไม่รู้สีกว่างานเป็นส่วนเกินของชีวิต สอดคล้องกับงานวิจัยของ Ganz & Toren (2014) ระดับความตั้งใจที่จะลาออกเป็นตัวชี้วัดถึงการคงอยู่ในงาน รวมไปถึงประสิทธิภาพการทำงาน และการเป็นส่วนหนึ่งของงาน ด้วยเหตุนี้ ความตั้งใจคงอยู่ในงาน จึงส่งผลต่อการคงอยู่ในงานและ องค์กรสามารถคาดหวังได้ถึงประสิทธิภาพการทำงาน หากองค์กรสามารถรับรู้ได้ถึงความตั้งใจที่จะคงอยู่ของพนักงาน องค์กรสามารถออกแบบนโยบายที่เหมาะสมเพื่อเสริมสร้างการคงอยู่ในงานให้มากยิ่งขึ้น รวมไปถึงสามารถป้องกันกรณีที่พนักงานลาออกได้อย่างทันท่วงที่ได้อีกด้วย

สมมติฐานที่ 5 ความพึงพอใจในงานนั้นมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อการคงอยู่ในงาน โดยมีความตั้งใจที่จะคงอยู่เป็นตัวแปรส่งผ่านโดยมีค่าสัมประสิทธิ์เส้นทาง 0.5 การที่บุคคลมีความตั้งใจที่จะคงอยู่และการคงอยู่ในงานนั้น ความพึงพอใจในงานเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญและส่งผลถึงความตั้งใจที่จะคงอยู่ โดยความตั้งใจที่จะคงอยู่นั้นเป็นปัจจัยที่ใช้เป็นตัวทำนายการคงอยู่ในงานโดยความตั้งใจที่จะคงอยู่นั้นเป็นปัจจัยที่ใช้เป็นตัวทำนายการคงอยู่ในงาน (Yarbrough et al., 2017) องค์กรจึงไม่สามารถละเลยในการสร้างความพึงพอใจในงานให้เกิดขึ้นได้ แม้ว่าความพึงพอใจในงานนั้นจะส่งผลให้เกิดความตั้งใจที่จะคงอยู่แค่ในช่วงเวลานั้นๆ แต่ความตั้งใจที่จะคงอยู่สามารถพัฒนาจนก่อให้เกิดเป็นการคงอยู่ในงานในระยะยาวต่อไป

ตามข้อมูลข้างต้น การวิจัยนี้เป็นไปตามทฤษฎีการคงอยู่ในงานของ Ellenbecker (2004) และตัวแปรทั้งหมดมีผลต่อการคงอยู่ในงานของพนักงานองค์กรเทรดดิ้งในจังหวัดกรุงเทพมหานคร ทั้งสามบริษัทได้ องค์กรจึงไม่อาจละเลยถึงความสำคัญของปัจจัยเหล่านี้ และสามารถนำไปปรับใช้ในเชิงปฏิบัติได้ต่อไป

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

การคงอยู่ในงานได้รับอิทธิพลอย่างมากต่อการสร้างความพึงพอใจในงานซึ่งจะนำไปสู่ความตั้งใจที่จะคงอยู่ ผลการศึกษานี้อธิบายถึงความสำคัญของของปัจจัยทางจิตวิทยา ซึ่งองค์กรจะสามารถทำการปรับปรุงนโยบายที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะภายนอก และรูปแบบการทำงานที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะภายใน เพื่อพัฒนาการคงอยู่ในงาน องค์กรอาจทดลองศึกษาและปฏิบัติในลักษณะการวิจัยเชิงทดลอง และประเมินประสิทธิภาพของกิจกรรม หรือพัฒนาตัวแทรกแซง (Intervention) ได้อย่างเหมาะสม ซึ่งการนำไปประยุกต์โดยคำนึงถึงธรรมชาติขององค์กร เพื่อให้สามารถนำไปปรับใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1) การวิจัยครั้งนี้นัยมีข้อจำกัดถึงเนื้อหาการออกแบบแนวคิดและกิจกรรมว่าองค์กรควรปฏิบัติในแนวทางใดจึงจะสามารถสร้างองค์ประกอบของคุณลักษณะภายนอกและภายในที่มีประสิทธิภาพมากพอจนก่อให้เกิดการคงอยู่ในงาน การวิจัยครั้งต่อไปจึงอาจเป็นการสานต่อเพื่อออกแบบแนวคิดในมุมมองที่เฉพาะเจาะจงมากยิ่งขึ้น เช่น ความยุติธรรมในองค์กรที่แท้จริงนั้นมีตัวแปรแฝงคือ

อะไร เช่นพฤติกรรมเชิงการเมืองในองค์กร อาจจะเป็นส่วนสำคัญที่ส่งผลต่อการรับรู้ถึงความยุติธรรมในองค์กร (Political Behavior in Organization) เป็นต้น ด้วยเหตุนี้ การวิจัยครั้งต่อไปจึงอาจมุ่งศึกษาในเชิงลึกของตัวแปรทั้งหมด เพื่อให้ได้เข้าใจในแก่นของการคงอยู่ในงานมากยิ่งขึ้น

2) การสร้างการคงอยู่ในงานสามารถกระทำได้หลายรูปแบบ เช่น การสร้างความผูกพันในงาน หรือการยึดมั่นต่อเป้าหมายของพนักงาน ซึ่งตัวแปรอื่นๆอาจจะสามารถส่งผลการคงอยู่ในงาน รวมไปถึงการเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานได้อีกด้วย หากมีการเพิ่มตัวแปรอื่นๆในงานวิจัยขั้นต่อไป อาจส่งผลในลักษณะที่แตกต่างออกไป หรือสร้างผลลัพธ์เชิงบวกได้มากกว่าการคงอยู่ในงาน เช่น การคงอยู่ในงานของพนักงานองค์กรเทรดดิ้งอาจจะมีที่มาจากคุณลักษณะนิสัยส่วนบุคคล เช่น ความต้องการความมั่นคง ความเป็นคนมีความมั่นใจ เป็นต้น หรือแม้แต่คุณลักษณะด้าน เพศ อายุ ฐานะ บทบาทหน้าที่ ภูมิฐานะ สถานการณ์แต่งงาน ก็อาจจะส่งผลการคงอยู่ในงานที่แตกต่างออกไปได้เช่นกัน และอาจเป็นแนวทางให้องค์กรทำการเลือกสรรบุคลากรได้อย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น สิ่งเหล่านี้ควรได้รับการศึกษาต่อเพื่อให้ครอบคลุมความรู้ได้อย่างกว้างขวางยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- ชัชวาล อรรถศรีศุภทัต และ ศรัณย์ พิมพ์ทอง. (2561). ปัจจัยเชิงเหตุที่มีผลต่อความจงรักภักดีต่อองค์กรของวิศวกรเจนเนอเรชันวายในรัฐวิสาหกิจด้านสื่อสารโทรคมนาคมไทย. *Journal of Industrial Education, 17*, 120-128.
- ปฏิญญา ปิ่นทอง, และ จุฑามาศ ทวีไพบูลย์วงษ์. (2561). อิทธิพลของการจัดการทรัพยากรมนุษย์ที่มีต่อความตั้งใจคงอยู่ของพนักงานวิศวกรกลุ่มเจนเนอเรชันวายในเขตนิคมอุตสาหกรรมจังหวัดระยอง. *วารสารสุทธิปริทัศน์, 32*, 174-188.
- พรภักย์ รุ่งมงคลทรัพย์. (2556). *ความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของพนักงานบริษัท เอปียี จำกัด*. (ปริญญาานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยศรีปทุม กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- พิศมัย บุญญาภา และ ภริดา ชัยรัตน์. (2563). ความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรบริษัท ทีโอที จำกัด (มหาชน). *Research and Development Journal, Loei Rajabhat University, 15*, 41-49.
- สร้อยฟ้า กามนต์ และ นงภัส แก้วพลอย. (2561). แนวโน้มที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจลาออกของพนักงานสังกัดกลุ่มบริหารความเสี่ยง. In Rangsit Graduate Research Conference: RGRC (Vol. 14, pp. 0733-0747).
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2559). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564)*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไทยปรีณตั้งเซ็นเตอร์.
- สิริพิมพ์ ชูปาน, อารีรัตน์ ขำอยู่, ศิริวัศห์ วัฒนสินธุ์, และ ดวงใจ วัฒนสินธุ์. (2560). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจคงอยู่ในงานของพยาบาลวิชาชีพ. *The Journal of Faculty of Nursing Burapha University, 25*, 1-20.
- Cloutier, O., Felusiak, L., Hill, C., & Pemberton-Jones, E. J. (2015). The importance of developing strategies for employee retention. *Journal of Leadership, Accountability & Ethics, 12*, 119-129.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2010). Intrinsic Motivation. *The Corsini Encyclopedia of Psychology*, <https://doi.org/10.1002/9780470479216.c0rpsy0467>

- Eisenberger, R., Stinglhamber, F., Vandenberghe, C., Sucharski, I. L., & Rhoades, L. (2002). Perceived Supervisor Support: Contributions to Perceived Organizational Support and Employee Retention. *Journal of applied psychology, 87*, 565.
- Ellenbecker, C. H. (2004). A Theoretical Model of Job Retention for Home Health Care Nurses. *Journal of Advanced Nursing, 47*, 303-310.
- Ganz, F. D., & Toren, O. (2014). Israeli nurse practice environment characteristics, retention, and job satisfaction. *Israel Journal of Health Policy Research, 3*, 7.
- Hackman, J. R., & Oldham, G. R. (1980). *Work redesign Addison-Wesley series on organization development*. Boston: Addison-Wesley.
- Silva Holmes, E., Santos, Fiferedo de Almeida, A., Martins Simoes Candeia, R., Mendonca Rezende Chaves, L., Cruz de Oliveria, A., Tavares da Fonseca, L., de Sousa Costa, M., Brito Vidal Batista, J., Ribeiro, G., Cartaxo Gomes de Arruda, A., & do Nascimento, J. (2017). Prevalence of burnout syndrome and factors associated with university teachers. *International Archives of Medicine, 10*. Doi: 10.3823/2319
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement, 30*, 607-610.
- Steel, R. P., & Lounsbury, J. W. (2009). Turnover process models: Review and synthesis of a conceptual literature. *Human Resource Management Review, 19*, 271-282.
- Takawira, N., Coetzee, M., & Schreuder, D. (2014). Job embeddedness, work engagement and turnover intention of staff in a higher education institution: An exploratory study. *SA Journal of Human Resource Management, 12*, 1-10.
- Van Hooff, M. L., & Van Hooff, E. A. (2014). Boredom at work: Proximal and distal consequences of affective work-related boredom. *Journal of Occupational Health Psychology, 19*, 348.
- Yarbrough, S., Martin, P., Alfred, D., & McNeill, C. (2017). Professional values, job satisfaction, career development, and intent to stay. *Nursing Ethics, 24*, 675-685.
-

การพัฒนาชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

DEVELOPMENT OF ACTIVITY PACKAGE BASED ON CHARACTER EDUCATION OF LICKONA TO ENHANCE CYBERBULLYING MANAGEMENT ABILITIES OF SIXTH GRADE STUDENTS

Received: Jul 2, 2020

Revised: Oct 4, 2020

Accepted: Nov 8, 2020

สุรดิษ สุวรรณลา^{1*} สมพงษ์ จิตระดับ²

Suradit Suwanla^{1*} Somphong Chittradb²

¹⁻²สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

¹⁻²Curriculum and Instruction, Faculty of Education, Chulalongkorn University

* Corresponding Author, E-mail: suradit1991@gmail.com

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของการวิจัยและพัฒนาในครั้งนี้เพื่อ 1) พัฒนาชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และ 2) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมฯ ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง แบบการวิจัยเป็นการวิจัยแบบการทดลองเบื้องต้น กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดเปรมประชากร จำนวน 25 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ 1) เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ ชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา และ 2) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content analysis) ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบค่า t-test ผลการวิจัยพบว่า

1. ชุดกิจกรรมฯ ที่พัฒนาขึ้น จำนวน 12 แผนกิจกรรม แต่ละแผนฯ ประกอบด้วย 9 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) ชื่อกิจกรรม 2) จุดประสงค์การเรียนรู้ 3) แนวคิด 4) เนื้อหา 5) เวลาที่ใช้ 6) สื่อและแหล่งเรียนรู้ 7) กระบวนการดำเนินกิจกรรม 8) การวัดและประเมินผล และ 9) ภาคผนวก มีกระบวนการดำเนินกิจกรรม 5 ขั้นตอน คือ 1) ชี้นำเข้าสู่บทเรียน 2) ชี้นำรับความรู้และข้อมูล 3) ชี้นำวิเคราะห์และสร้างความรู้สึกร่วม 4) ชี้นำตัดสินใจและจัดการสถานการณ์ และ 5) ชี้นำสรุปผลการเรียนรู้และประเมินผล

2. ผลการศึกษาการใช้ชุดกิจกรรมฯ พบว่า นักเรียนที่ได้เข้าร่วมการจัดการกิจกรรมฯ มีความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ: การพัฒนาชุดกิจกรรม การจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์

การศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา

Abstract

The purpose of this research was to 1) develop an activity package based on character education of Lickona to enhance cyberbullying management abilities of sixth grade students and 2) study the effects of using activity package between post-test and pre-test. The research design was pre-experimental design. The sample group was 25 students studying in sixth grade at Watpremprachakorn school. The instruments of research included 1) an activity package based on character education of Lickona, and 2) the cyberbullying management abilities test for sixth grade students. The statistic used in this research were content analysis, mean, standard deviation and t-test. The results of this research were as follows:

1. The developed activity package included 12 activity plans, each activity plan consisted of 9 compositions namely 1) activity name, 2) objectives of learning, 3) concept, 4) content, 5) time to spent, 6) materials and resources, 7) activity process, 8) measurement and evaluation, and 9) appendix. The activity process contained 5 steps including step 1 : leading into the lesson , step 2 : receive knowledge and information, step 3 : analysis and making feelings, step 4 : decision-making and manage the situation, and step 5 : conclusion of learning and evaluation.

2. The effects of using activity package revealed that students who participated in the activity package had higher post-testing cyberbullying management abilities than pre-testing with a statistical significance level of .05

Key words: Development of Activity Package, Cyberbullying Management, Character Education of Lickona

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วิถีชีวิตของคนเราในปัจจุบันมีแนวโน้มที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว เทคโนโลยีเข้ามามีบทบาทสำคัญที่ช่วยให้เรามีความเป็นอยู่ที่สะดวกสบายและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น อินเทอร์เน็ตได้กลายมาเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันของคนในสังคมที่ใช้ในการติดต่อสื่อสาร สามารถเข้าถึงข้อมูลและองค์ความรู้ต่าง ๆ ได้อย่างรวดเร็วและไร้ขีดจำกัด การใช้งานอินเทอร์เน็ตถือเป็นสิทธิพื้นฐานและเป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ในชีวิตประจำวันของเด็กในศตวรรษที่ 21 จากรายงานของสถาบัน DQ Institute ในปี 2018 สํารวจจากเด็กทั่วโลกใน 29 ประเทศ พบว่า เด็กอายุ 8-12 ปี ใช้ใช้อินเทอร์เน็ตผ่านโทรศัพท์มือถือของตนเอง ร้อยละ 50 และเด็กอายุ 8-12 ปี ใช้สื่อสังคมออนไลน์ ร้อยละ 85% ซึ่งแสดงให้เห็นว่า อินเทอร์เน็ตมีอิทธิพลต่อความเป็นอยู่ในวิถีชีวิตประจำวันของเด็ก อินเทอร์เน็ตถูกใช้ในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ให้ประโยชน์และสิ่งดี ๆ มากมาย ในขณะที่เดียวกันก็เชื่อว่ามีภัยอันตรายและความเสี่ยงหลายอย่างบนอินเทอร์เน็ต (ศูนย์ประสานงานขับเคลื่อนการส่งเสริมและปกป้องคุ้มครองเด็กและเยาวชนในการใช้สื่อออนไลน์, 2561)

การที่เทคโนโลยีเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตผู้คน ทำให้เด็กและวัยรุ่นจำนวนมากไม่น้อยมีการใช้ช่องทางผ่านทางอินเทอร์เน็ตเพื่อปลดปล่อยความรุนแรง มาใช้ในการกลั่นแกล้งรังแกบุคคลอื่น นอกเหนือจากการกลั่นแกล้งภายในโรงเรียน เกิดวิวัฒนาการของการกลั่นแกล้งรังแกรูปแบบใหม่ที่เรียกว่า การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ (Cyberbullying) คือพฤติกรรมการใช้เทคโนโลยีการติดต่อสื่อสาร เช่น โทรศัพท์มือถือ อินเทอร์เน็ต เครือข่ายสังคมออนไลน์ ในการกลั่นแกล้งรังแกผู้อื่นซึ่งอาจเป็นบุคคลเดียวหรือเป็นกลุ่มบุคคล โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อต้องการให้เป้าหมายเกิดความเสียหายทางสังคมหรือจิตใจ เช่น ความอับอาย ความหวาดกลัว ความวิตกกังวล ซึ่งการกลั่นแกล้งรังแกรูปแบบใหม่นี้มีความแตกต่างกับการกลั่นแกล้งรังแกบนโลกแห่งความเป็นจริง เนื่องจากผู้กระทำสามารถกระทำ ความรุนแรงได้โดยไม่จำกัดทั้งอายุหรือเพศ ทำได้ทุกที่ทุกเวลา กระทำได้ง่ายเพราะไม่ต้องใช้ พลังกำลัง ใช้แต่เพียงคีย์บอร์ด อีกทั้งช่องทางบางอย่างก็อยู่นอกเหนือการควบคุม ลักษณะความเป็นนิรนามที่ไม่เปิดเผยตัวตน ไม่สามารถตรวจสอบได้ ทำให้การกระทำในลักษณะนี้เกิดขึ้นได้ง่ายและมากกว่าการกลั่นแกล้งรังแกในโลกความเป็นจริง (ปองกมล สุรัตน์, 2553; ญัฐรัชต์ สามาะ, 2556; ปิยพจน์ ตันตะผลิน, 2559) สำหรับสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ในประเทศไทย นั้น ศูนย์ประสานงานขับเคลื่อนการส่งเสริมและปกป้องคุ้มครองเด็กและเยาวชนในการใช้สื่อออนไลน์ (2561) ได้ทำการสำรวจสถานการณ์เด็กกับภัยออนไลน์ 2560 โดยการเก็บข้อมูลจากเด็กกลุ่มตัวอย่าง อายุระหว่าง 9-18 ปีจำนวน 10,846 คน จากทั่วประเทศไทย พบว่าเด็กและเยาวชนเคยถูกกลั่นแกล้งรังแกออนไลน์ช่วงวัยที่ถูกกลั่นแกล้งรังแกออนไลน์มากที่สุดคือ ช่วงอายุต่ำกว่า 9 ปี (54.65%) ช่วงอายุ 9-11 ปี (49.70%) ช่วงอายุ 12-14 ปี (48.62%) ช่วงอายุ 15-17 ปี (43.73%) และช่วงอายุ 18 ปีขึ้นไป (40.20%) จะเห็นได้ว่าเด็กที่อายุมากขึ้นการถูกกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์จะน้อยลง และพบว่าช่วงวัยที่ประสบปัญหาหนักที่สุดก็คือนักเรียนระดับประถมศึกษา

ความฉลาดทางดิจิทัล (Digital Intelligence : DQ) (DQ Institute, 2017) เป็นภาพรวมของความสามารถทางสังคม อารมณ์และสติปัญญา ที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิตในยุคดิจิทัล การเจริญเติบโตเป็นสมาชิกที่มีความรับผิดชอบในโลกออนไลน์ ซึ่งช่วยให้บุคคลต่าง ๆ สามารถเผชิญกับความท้าทายและปรับตัวให้เข้ากับชีวิตที่ต้องการในยุคดิจิทัลได้ นับเป็นคุณสมบัติที่บุคคลต้องมี นอกเหนือจากความฉลาดทางปัญญา (IQ) และ ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ซึ่งสถาบัน DQ Institute ได้ระบุทักษะที่จำเป็นสำหรับเด็กและการพัฒนาไปสู่พลเมืองที่มีความฉลาดทางดิจิทัล ประกอบด้วย 8 องค์ประกอบ ซึ่งความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งทางโลกไซเบอร์ (Cyberbullying Management) เป็นความสามารถในการตรวจจับ ค้นพบสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ และการจัดการกับสถานการณ์ได้อย่างชาญฉลาด ถือเป็น 1 ใน 8 องค์ประกอบที่สำคัญที่จะช่วยให้บุคคลสามารถใช้ทักษะชีวิตในโลกดิจิทัลได้ (DQ Institute, 2017)

สำหรับแนวทางในการป้องกันการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ในประเทศไทยนั้น กำลังได้รับความสนใจ สถาบันการศึกษา ครูอาจารย์ควรมีส่วนร่วมป้องกันและรับมือในลักษณะต่าง ๆ เช่น ควรมีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน จัดอบรมให้ความรู้ การสอนเรื่องการรู้เท่าทันสื่อและเรื่องการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์สอดแทรกในเนื้อหาวิชาหรือหลักสูตร (ฤทัยชนนี สิทธิชัย, 2560; นภาพรรณ อาษาเพ็ชร, 2560) แต่จากการศึกษาของผู้วิจัย พบว่า หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2560) ไม่ได้ระบุเนื้อหาของการกลั่นแกล้งรังแกทาง

โลกไซเบอร์โดยตรง การที่หลักสูตรไม่ได้กำหนดเนื้อหาหรือรายวิชา ในกิจกรรมการเรียนการสอน ดังกล่าว อาจทำให้นักเรียนขาดความรู้ความเข้าใจ ขาดความสามารถในการจัดการและรับมือกับสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ อันจะส่งผลกระทบต่อเด็กและเยาวชนไทย เกิดเป็นปัญหาสังคมตามมาในอนาคต

แนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะ (Character Education) ของโทมัส ลิกโคนา (Lickona, 1991) นั้นเป็นการจัดการศึกษาที่จะเสริมสร้างพัฒนาคุณลักษณะที่ดีให้เกิดขึ้นแก่ผู้เรียน โดยมีองค์ประกอบของคุณลักษณะที่มีความสัมพันธ์ระหว่างกันสามส่วนคือ การรู้เชิงจริยธรรม (Moral Knowing) ความรู้สึกเชิงจริยธรรม (Moral Feeling) และพฤติกรรมเชิงจริยธรรม (Moral Action) เมื่อนักเรียนมีคุณลักษณะที่ดี มีจริยธรรมในการดำเนินชีวิต ตัดสินใจและเข้าใจได้ว่าอะไรคือความถูกต้อง ก็จะสามารถแสดงออกโดยการกระทำได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับแนวทางการจัดการกับการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ว่าควรมีการปลูกฝังคุณลักษณะที่ให้อำนาจการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา การรู้จักเคารพผู้อื่น ตระหนักถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ (ฤทัยชนนี สิทธิชัย, 2560) เมื่อนั้นนักเรียนก็จะสามารถใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม และสามารถรับมือจัดการกับสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ได้อย่างเหมาะสม

จากที่มาและความสำคัญดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงได้ดำเนินการวิจัยและพัฒนา “ชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิกโคนา เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6” เพื่อเป็นแนวทางในการจัดการศึกษาให้ตอบสนองและเท่าทันต่อกระแสการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคปัจจุบันที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว ทำให้นักเรียนได้ตระหนักถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ป้องกันภัยคุกคามรูปแบบใหม่ซึ่งถือเป็นปัญหาของสังคมที่ทุกฝ่ายควรช่วยกันลดให้เหลือน้อยลง ก่อนที่ปัญหาจะลุกลามอย่างกว้างขวางในสังคมไทย และเพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการแก้ปัญหาและมีทักษะในการใช้ชีวิตบนโลกดิจิทัลอย่างมีจริยธรรม สามารถจัดการกับการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ได้อย่างเหมาะสม อีกทั้งเมื่อนักเรียนที่เรียนโดยใช้ชุดกิจกรรมนี้แล้ว สามารถที่จะนำความรู้ ประสบการณ์ ทักษะ คุณลักษณะที่ได้จากการเรียนไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน สามารถดำเนินชีวิตในสังคมอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ไม่ก่อปัญหาและสร้างภาระให้แก่สังคม เต็มที่เป็นพลเมืองที่มีคุณภาพ เพื่อพัฒนาประเทศชาติให้มีความเจริญรุ่งเรืองสืบไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิกโคนา เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
2. เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิกโคนา โดยเปรียบเทียบความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. แนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิกโคนา (Character Education of Lickona) หมายถึง การจัดการศึกษาที่เสริมสร้างและพัฒนาคุณลักษณะที่ต้องการให้เกิดขึ้นแก่ผู้เรียน โดยมีการพัฒนาตามองค์ประกอบของคุณลักษณะที่ดี 3 ประการคือ การรู้เชิงจริยธรรม ความรู้สึกเชิงจริยธรรม และพฤติกรรมเชิงจริยธรรม ที่ต้องมีการปฏิบัติซ้ำ ๆ จนเกิดความเคยชินของคุณลักษณะที่ดี เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักความดี มีความรู้สึกต่อสิ่งที่ดีงาม สามารถตัดสินใจและแสดงออกเป็นการกระทำได้อย่างถูกต้องเหมาะสม จนเกิดเป็นคุณลักษณะที่พึงประสงค์

2. ชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิกโคนา หมายถึง ชุดของการเรียนรู้ที่มีกิจกรรม สื่อประสม กระบวนการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ โดยใช้แนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิกโคนา ในแต่ละกิจกรรม มีองค์ประกอบย่อยได้แก่ ชื่อกิจกรรม จุดประสงค์การเรียนรู้ แนวคิด เนื้อหา เวลาที่ใช้ สื่อ และแหล่งเรียนรู้ กระบวนการดำเนินกิจกรรม การวัดและประเมินผล และภาคผนวก ชุดกิจกรรมนี้ผู้วิจัยได้สร้างและพัฒนาขึ้น โดยได้รับการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญ

3. การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ (Cyberbullying) หมายถึง ลักษณะการกระทำของพฤติกรรมระหว่างบุคคลหรือกลุ่มบุคคล ต่อบุคคลอื่นในพื้นที่ทางโลกไซเบอร์หรืออินเทอร์เน็ต มีการกลั่นแกล้ง รังแก ใส่ร้าย สร้างความเกลียดชังหรือทำให้อับอาย ผ่านการใช้เทคโนโลยีการติดต่อสื่อสารในรูปแบบต่าง ๆ ที่สามารถกระทำได้ไม่จำกัดเวลาและสถานที่ ส่งผลให้เกิดความรู้สึกทุกข์ใจ เศร้าโศก อับอาย เสื่อมเสียชื่อเสียง เกิดความเสียหายต่อจิตใจและการใช้ชีวิตในสังคมของผู้ที่ถูกกระทำ หรือในบางรายอาจถึงขั้นเสียหายต่อชีวิต

4. ความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ (Cyberbullying Management Abilities) หมายถึง การที่บุคคลประยุกต์นำเอาความรู้ ประสบการณ์ หรือจริยธรรมมาใช้ในการจัดการ แก้ไข ป้องกัน และรับมือเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ เพื่อตัดสินใจหาทางเลือกหรือทางออกของสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม แบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ โดยมีรายละเอียดดังนี้

4.1. ด้านความรู้ หมายถึง นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความหมาย ลักษณะ พฤติกรรม และผลกระทบที่เกิดขึ้นของแต่ละบุคคลจากการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ สามารถระบุสถานการณ์ที่มีลักษณะของการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ได้

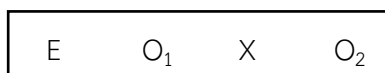
4.2. ด้านกระบวนการ หมายถึง นักเรียนสามารถจัดการ รับมือ แก้ไขปัญหาและตัดสินใจในการหาทางเลือกหรือทางออกเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการแยกแยะพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการใช้งานบนโลกไซเบอร์

4.3. ด้านเจตคติ หมายถึง นักเรียนมีความตระหนักถึงผลกระทบของการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ มีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจต่อผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งรังแกบนโลกไซเบอร์ และมีทัศนคติที่ต่อต้านพฤติกรรมที่เป็นการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์

วิธีดำเนินการวิจัย

แบบแผนการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบการทดลองเบื้องต้น (Pre-Experimental Designs) โดยใช้รูปแบบการทดลองกลุ่มเดียว ทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน (The One-Group Pretest-Posttest Design) แสดงได้ด้วยแผนภาพ ดังนี้



E แทน กลุ่มทดลอง (Experimental Group)

X แทน การสอนโดยใช้ชุดกิจกรรมฯ

O₁ แทน การวัดความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ก่อนเรียน

O₂ แทน การวัดความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ หลังเรียน

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรต้น คือ ชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา

ตัวแปรตาม คือ ความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2563 โรงเรียนวัดเปรมประชากร สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต 1 จำนวน 25 คน ซึ่งได้จากการสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียนและเป็นนักเรียนที่ผู้ปกครองอนุญาตให้เข้าร่วมกิจกรรมการทดลองครั้งนี้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มี 2 ประเภท คือ 1) เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ ชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และ 2) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ ชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งประกอบด้วย 12 กิจกรรม โดยมีขั้นตอนในการสร้างและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ดังนี้

1.1 ศึกษาข้อมูล แนวคิด ทฤษฎี เอกสาร งานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ ที่เกี่ยวข้องกับการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ และนิยามความหมายของความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์

1.2 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร รูปแบบการเรียนการสอน งานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา (Character Education of Lickona)

1.3 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร งานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชุดกิจกรรม วิเคราะห์องค์ประกอบของชุดกิจกรรม

1.4 ศึกษาและวิเคราะห์เนื้อหาของการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ จากหนังสือ เอกสาร บทความ ข่าว และแหล่งข้อมูลต่าง ๆ สังเคราะห์และกำหนดองค์ประกอบของความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ได้ 3 องค์ประกอบ ได้แก่ ด้านความรู้ ด้านกระบวนการ และด้านเจตคติ จากนั้นคัดเลือกเนื้อหาสาระให้เหมาะสมสอดคล้องกับนิยาม จุดประสงค์ของชุดกิจกรรม โดยคำนึงถึงความยากง่ายของเนื้อหา วัย ความสามารถ และความสนใจของผู้เรียน

1.5 ดำเนินการสร้างและพัฒนาชุดกิจกรรม โดยกำหนดองค์ประกอบในแต่ละกิจกรรม กำหนดหมวดหมู่เนื้อหาและขอบเขตเกี่ยวกับเรื่องการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ (Cyberbullying) โดยการสังเคราะห์เนื้อหาจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ แล้วนำมากำหนดเป็นโครงสร้าง และแบ่งเนื้อหากิจกรรมออกเป็น 12 กิจกรรม คัดเลือกเนื้อหาและตัวอย่างสถานการณ์ให้ใกล้เคียงกับนักเรียน คัดเลือกสื่อและแหล่งเรียนรู้ให้สอดคล้องกับเนื้อหาและจุดประสงค์ในแต่ละกิจกรรม ออกแบบรูปแบบกระบวนการจัดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา จัดกิจกรรมและประสบการณ์การเรียนรู้ที่เหมาะสมในกระบวนการดำเนินกิจกรรม กำหนดสิ่งที่จะประเมินและวิธีการประเมินผลในแต่ละกิจกรรม

1.6 นำชุดกิจกรรมฯที่ได้พัฒนาขึ้น ไปตรวจสอบคุณภาพของชุดกิจกรรมฯ โดยการให้คำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วยผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านหลักสูตรและการสอน จำนวน 1 ท่าน ผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา จำนวน 1 ท่าน ผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ จำนวน 1 ท่าน เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ผู้วิจัยดำเนินการนำค่าดัชนี IOC (Index of Item Objective Congruence) มาคำนวณ และคัดเลือกข้อที่มีค่า IOC มากกว่าหรือเท่ากับ 0.50 รวมทั้งปรับปรุงแก้ไขชุดกิจกรรมตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

1.7 นำชุดกิจกรรมฯที่ได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพ นำไปทดลองใช้ (Try Out) จำนวน 1 กิจกรรม โดยนำกิจกรรมที่ 4 ไปทดลองกับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง แต่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน จากนั้นสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ และผลที่ได้จากการเรียนรู้ เพื่อเป็นการตรวจสอบคุณภาพของชุดกิจกรรมฯว่าสามารถนำไปใช้กับนักเรียนได้ทุกกลุ่ม จากนั้นนำผลที่ได้จากการทดลองใช้ มาปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาชุดกิจกรรมฯ เพื่อนำไปใช้ในการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างต่อไป

1.8 ผู้วิจัยนำชุดกิจกรรมฯ ไปทดลองใช้กับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 12 แผน กิจกรรม โดยจัดกิจกรรม สัปดาห์ละ 2 วัน ๆ ละ 90 นาที จนเสร็จสิ้นทุกกิจกรรม

1.9 ศึกษาผลที่เกิดขึ้นจากการดำเนินจัดกิจกรรม ปรับปรุงและจัดทำชุดกิจกรรมฯ ฉบับสมบูรณ์

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ มีจำนวน 30 ข้อ โดยมีขั้นตอนในการสร้างและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ดังนี้

2.1 ศึกษาข้อมูลและวิเคราะห์นิยามของความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ (Cyberbullying Management) ของสถาบัน DQ Institute กำหนดจุดมุ่งหมายของการวัดได้ 3 องค์ประกอบ ได้แก่ ด้านความรู้ ด้านกระบวนการ และด้านเจตคติ พร้อมทั้งกำหนดจุดประสงค์การวัดย่อยในแต่ละองค์ประกอบ

2.2 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสารงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการวัดและประเมินผลความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ออกแบบและคัดเลือกเครื่องมือในการวัดที่เหมาะสมกับการวิจัยและลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

2.3 ดำเนินการสร้างและพัฒนาแบบวัดความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ โดยเขียนข้อคำถามให้สอดคล้องกับจุดประสงค์การวัดย่อยในแต่ละองค์ประกอบของความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ที่กำหนดไว้ โดยแบบวัดฯ แบ่งออกเป็น 3 ตอน โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ตอนที่ 1 ด้านความรู้ เป็นแบบเลือกตอบ 4 ตัวเลือก ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว โดยทำเครื่องหมาย X ลงในกระดาษคำตอบ ข้อคำถามมีจำนวน 10 ข้อ คือ ข้อ 1-10 เกณฑ์การให้คะแนน หากตอบถูกต้อง จะได้ 1 คะแนน หากตอบผิด จะได้ 0 คะแนน

ตอนที่ 2 ด้านกระบวนการ เป็นแบบอัตนัย ให้นักเรียนอ่านสถานการณ์คำถาม และเขียนคำตอบของวิธีการจัดการในสถานการณ์ที่เหมาะสม ข้อคำถามมีจำนวน 10 ข้อ คือ ข้อ 11-20 เกณฑ์การให้คะแนน จะแบ่งออกเป็น 4 ระดับ ได้แก่ 4=เหมาะสมมาก, 3=เหมาะสมปานกลาง, 2=เหมาะสมน้อย และ 1=เหมาะสมน้อยที่สุดหรือไม่เหมาะสม

ตอนที่ 3 ด้านเจตคติ เป็นแบบวัดเจตคติ ให้นักเรียนอ่านข้อความในแต่ละข้อ แล้วพิจารณาเพื่อตอบคำถาม โดยทำเครื่องหมายลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็น ข้อคำถามมีจำนวน 10 ข้อ คือข้อ 21-30 เกณฑ์การให้คะแนน ข้อคำถามจะแบ่งออกเป็นคำถามเชิงบวกและคำถามเชิงลบ โดยแบ่งออกเป็น 4 ระดับ ได้แก่ 4=มากที่สุด, 3=มาก, 2=ปานกลาง และ 1=น้อย

ทั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีการและเกณฑ์การให้คะแนนในแต่ละข้อ โดยอาศัยคำอธิบายคำตอบตามหลักการ แนวคิด ทฤษฎี เนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ประยุกต์ร่วมกับแนวทางการวัดตามหลักจริยธรรม

2.4 นำแบบวัดความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ที่ได้พัฒนาขึ้น ไปตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดฯ โดยการให้คำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วย ผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ จำนวน 1 ท่าน ผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ จำนวน 1 ท่าน และผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลึคโคนา จำนวน 1 ท่าน โดยตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหารายข้อ (Item Content Validity) เพื่อพิจารณาความสอดคล้องของข้อคำถามกับจุดประสงค์การวัดย่อยในแต่ละข้อ ตามองค์ประกอบของความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ จากนั้นผู้วิจัยดำเนินการนำค่าดัชนี IOC (Index of Item Objective Congruence) มาคำนวณ และคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่า IOC มากกว่าหรือเท่ากับ 0.50 ซึ่งถือว่า ข้อคำถามนั้นมีความสอดคล้อง เหมาะสมกับเนื้อหาที่ต้องการตรวจสอบ

สามารถนำไปใช้ได้ ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการคัดเลือกข้อคำถามที่มีคุณภาพผ่านเกณฑ์ นำไปจัดทำเป็นแบบทดสอบที่สมบูรณ์ จำนวน 30 ข้อ รวมทั้งปรับปรุงแก้ไขชุดกิจกรรมตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

2.5 นำแบบวัดฯ ได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพ นำไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง แต่มีลักษณะใกล้เคียงกัน และนำไปใช้เพื่อวัดประเมินผลความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

2.6 นำผลคะแนนแบบวัดความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ที่ได้จากการทดลองใช้ (Try Out) มาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง (Reliability) เพื่อตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดฯ ทั้งฉบับ โดยใช้วิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient : α) ซึ่งมีเกณฑ์ว่าค่าความเที่ยงต้องมีตั้งแต่ 0.6 ขึ้นไป และเกณฑ์ค่าระดับความยาก (Level of Difficulty) ของข้อสอบแต่ละข้อ อยู่ระหว่าง 0.20-0.80 ทำการปรับปรุงข้อสอบในแต่ละข้อให้มีความเหมาะสม

2.7 นำแบบวัดความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ที่ผ่านเกณฑ์แล้ว จัดทำเป็นเครื่องมือแบบวัดฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้ในการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างต่อไป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ติดต่อสถานที่และขอความร่วมมือในการทำวิจัย แจ้งประชาสัมพันธ์นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่สนใจสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม จากนั้นทำหนังสือขออนุญาตผู้ปกครองเพื่อขอให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม และคัดเลือกนักเรียนกลุ่มตัวอย่างได้ จำนวน 25 คน

2. ปฐมนิเทศ แจ้งจุดประสงค์ในการทำกิจกรรม ชี้แจงบทบาทของนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน ตามความสมัครใจของนักเรียน และให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทดสอบก่อนเรียน (Pre-Test) โดยใช้แบบวัดความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ระดับประถมศึกษาปีที่ 6

3. ดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ตามชุดกิจกรรมที่พัฒนาขึ้น กับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2563 จำนวน 12 กิจกรรม ช่วงหลังเลิกเรียน เวลา 15.30-17.00 น. ใช้เวลากิจกรรมละ 90 นาที จัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 2 ครั้ง รวมระยะเวลาในการทำกิจกรรมทั้งสิ้น 18 ชั่วโมง โดยหลังจากการจัดกิจกรรมเสร็จสิ้นในแต่ละครั้ง ผู้วิจัยจะมีการสุ่มสัมภาษณ์นักเรียนครั้งละ 3 คน เพื่อเป็นข้อมูลในการปรับปรุงและพัฒนากิจกรรม

4. หลังจากรีจิ้นการดำเนินจัดกิจกรรมครบทั้ง 12 กิจกรรม ผู้วิจัยได้ให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทดสอบหลังเรียน (Post-Test) โดยใช้แบบวัดความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยเว้นระยะจากการทำกิจกรรมครั้งสุดท้าย 1 สัปดาห์ เพื่อทดสอบความคงทนในการเรียนรู้ของนักเรียน

5. ผู้วิจัยนำผลการทดสอบแบบวัดความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด มาทำการวิเคราะห์ผลข้อมูลทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐาน และแปลความหมายของผลการวิเคราะห์ข้อมูล สรุปผลการดำเนินการวิจัย และนำไปอภิปรายผลการวิจัยต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการวิจัย ประกอบด้วย 2 ลักษณะ คือ

1) ข้อมูลเชิงปริมาณ: วิเคราะห์ข้อมูลความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง เปรียบเทียบระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน โดยใช้ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และสถิติทดสอบค่า t (t-test for dependent samples) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

2) ข้อมูลเชิงคุณภาพ: วิเคราะห์ข้อมูลผลการพัฒนาชุดกิจกรรมชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content analysis)

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ สามารถสรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ แบ่งได้ 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการพัฒนาชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผู้วิจัยได้พัฒนาชุดกิจกรรมฯ ที่ประกอบด้วยกิจกรรม จำนวน 12 กิจกรรม โดยรายละเอียด ดังนี้

1.1 แนวคิดและลักษณะสำคัญของชุดกิจกรรม: แนวคิดของชุดกิจกรรมนี้เป็นการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้โดยนำเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ (Cyberbullying) มาดำเนินกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา (Character Education of Lickona) ซึ่งในแต่ละกิจกรรม นักเรียนจะได้ทำกิจกรรมตามองค์ประกอบด้านการรู้เชิงจริยธรรม (Moral Knowing) ความรู้สึกเชิงจริยธรรม (Moral Feeling) และพฤติกรรมเชิงจริยธรรม (Moral Action) ที่มีความสัมพันธ์กัน มาเชื่อมโยงกันเพื่อพัฒนาคุณลักษณะที่ดีให้เกิดขึ้นแก่นักเรียน จนสามารถเสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ได้ ลักษณะสำคัญของชุดกิจกรรมนี้ คือ (1) เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนเกิดประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการทำกิจกรรมในทุกขั้นตอน เปิดโอกาสให้นักเรียนได้กล้าคิด กล้าปฏิบัติ กล้าแสดงออก กล้าสื่อสาร เน้นการมีส่วนร่วมของนักเรียน (2) เป็นกิจกรรมที่เน้นกระบวนการกลุ่ม มีการจัดกลุ่มในการทำกิจกรรมให้กับนักเรียน กำหนดหน้าที่ของสมาชิกในกลุ่ม มีการพูดคุย แลกเปลี่ยนเรียนรู้ความคิดเห็นระหว่างกัน มีจุดมุ่งหมายในการทำงานกลุ่มร่วมกัน (3) เป็นกิจกรรมที่เน้นทักษะชีวิต โดยการนำเรื่องราว หรือตัวอย่างสถานการณ์ใกล้ตัวที่นักเรียนอาจพบเจอได้จากการใช้งานอินเทอร์เน็ตในชีวิตประจำวัน มาใช้ในการทำกิจกรรม เพื่อให้นักเรียนสามารถแก้ไขปัญหา คิดตัดสินใจเมื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในโลกยุคดิจิทัลได้อย่างเหมาะสม (4) เป็นกิจกรรมที่เน้นคุณธรรมจริยธรรม ด้านการเอาใจเขามาใส่ใจเรา โดยมีกิจกรรมที่นำสถานการณ์ตัวอย่างมาให้นักเรียนได้สะท้อนความรู้สึกในมุมมองต่าง ๆ เพื่อให้นักเรียนได้ตระหนักถึงผลกระทบของสถานการณ์ปัญหาที่เกิดขึ้น (5) เป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างทัศนคติ ค่านิยมที่ดีงาม ให้นักเรียนได้ปฏิบัติและเรียนรู้ในสิ่งที่ดี อย่างสม่ำเสมอ จนเกิดความเคยชินกลายเป็นคุณลักษณะที่ดี สามารถที่จะแสดงออกในการจัดการรับมือกับสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ได้อย่างเหมาะสม

1.2 เนื้อหาสาระและโครงสร้างของชุดกิจกรรม: เนื้อหาสาระในชุดกิจกรรมนี้ เป็นการจัดเนื้อหาสาระที่คำนึงถึงความยากง่าย เหมาะสมกับวัย และความสนใจของนักเรียน ประกอบด้วย

การศึกษาเกี่ยวกับความหมาย ลักษณะพฤติกรรม ประเภท ผลกระทบที่เกิดขึ้น กรณีตัวอย่าง สถานการณ์ ประเภทต่าง ๆ ของการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ แนวทางการรับมือจัดการ แนวทางการป้องกันตนเอง การหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ลักษณะการกระทำความผิดตามกฎหมายการกระทำผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ การปฏิบัติตามกฎหมาย มารยาท จริยธรรมในการใช้งาน อินเทอร์เน็ตที่เหมาะสม อย่างปลอดภัยและรับผิดชอบ และการเป็นพลเมืองที่มีความฉลาดทางทางดิจิทัล โดยแต่ละกิจกรรมจะมีเนื้อหาสาระตามโครงสร้างของชุดกิจกรรมฯ ดังนี้

ตารางที่ 1 ตารางแสดงชื่อกิจกรรมและเนื้อหาสาระของชุดกิจกรรมฯ ที่ใช้ในงานวิจัย

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	เนื้อหาสาระ
1	โลกไซเบอร์ดาบสองคม : พฤติกรรมการใช้งานเทคโนโลยีการสื่อสารของเด็ก	-ประโยชน์และโทษจากการใช้งาน พฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการใช้งานอินเทอร์เน็ต
2	ความสนุกแต่ปลายนิ้ว : การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์	-ความหมาย ลักษณะพฤติกรรม ช่องทางและเครื่องมือที่ใช้ บทบาทของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์
3	ปลอดภัยหรือจัดการ? : แนวทางการรับมือและการป้องกันการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์	-ประเภท กรณีตัวอย่าง ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ทางด้านจิตใจและสังคม -แนวทางการรับมือจัดการ และการป้องกันตนเองจากการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ที่เหมาะสม
4	สงครามตัวอักษร : การใช้ความรุนแรงทางภาษาบนโลกไซเบอร์ (Flaming)	-ความหมาย ลักษณะ ตัวอย่างสถานการณ์ และแนวทางการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ประเภทการใช้ความรุนแรงทางภาษาบนโลกไซเบอร์ (Flaming)
5	นักเลงคีย์บอร์ด : การข่มขู่คุกคามบนโลกไซเบอร์ (Harassment)	-ความหมาย ลักษณะ ตัวอย่างสถานการณ์ และแนวทางการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ประเภทการข่มขู่คุกคามบนโลกไซเบอร์ (Harassment)
6	ความสนุกที่ปลายนิ้ว : การหมิ่นประมาทบนโลกไซเบอร์ (Denigration)	-ความหมาย ลักษณะ ตัวอย่างสถานการณ์ และแนวทางการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ประเภทการหมิ่นประมาทบนโลกไซเบอร์ (Denigration)
7	ความลับไม่มีในโลก : การปล่อยข้อมูลผู้อื่นบนโลกไซเบอร์ (Outing)	-ความหมาย ลักษณะ ตัวอย่างสถานการณ์ และแนวทางการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ประเภทการปล่อยข้อมูลผู้อื่นบนโลกไซเบอร์ (Outing)
8	วัยใส วัยคะนอง : การคุกคามทางเพศบนโลกไซเบอร์ (Sexting)	-ความหมาย ลักษณะ ตัวอย่างสถานการณ์ และแนวทางการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ประเภทการคุกคามทางเพศบนโลกไซเบอร์ (Sexting)
9	สวมรอยออนไลน์ : การแอบอ้างผู้อื่นบนโลกไซเบอร์ (Impersonation)	-ความหมาย ลักษณะ ตัวอย่างสถานการณ์ และแนวทางการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ประเภทการแอบอ้างผู้อื่นบนโลกไซเบอร์ (Impersonation)
10	ความมืดบนสังคมออนไลน์ : การขับออกจากกลุ่มบนโลกไซเบอร์ (Exclusion)	-ความหมาย ลักษณะ ตัวอย่างสถานการณ์ และแนวทางการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ประเภทการขับออกจากกลุ่มบนโลกไซเบอร์ (Exclusion)
11	สิทธิ์เธอ สิทธิ์ฉัน เราไม่ล้ำเส้นกัน : กฎหมายการกระทำผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์	-ความผิดตามกฎหมายการกระทำผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ในประเทศไทย
12	เราคือพลเมืองแห่งอนาคต : การเป็นพลเมืองที่มีความฉลาดทางดิจิทัล	-ความหมายของความฉลาดทางดิจิทัล -องค์ประกอบของทักษะความเป็นพลเมืองที่มีความฉลาดทางดิจิทัล (Digital Citizenship skills) -แนวทางการใช้งานอินเทอร์เน็ตอย่างมีมารยาท ปลอดภัย และรับผิดชอบ

1.3 องค์ประกอบของชุดกิจกรรม: ชุดกิจกรรมฯ นี้ แบ่งออกเป็น 12 กิจกรรม โดยผู้วิจัยได้ศึกษา วิเคราะห์ และกำหนดองค์ประกอบที่จำเป็นต้องมีในแต่ละแผนจัดกิจกรรม ซึ่งประกอบไปด้วย 9 องค์ประกอบ ได้แก่ (1) ชื่อกิจกรรม (2) จุดประสงค์การเรียนรู้ (3) แนวคิด (4) เนื้อหา (5) เวลาที่ใช้ (6) สื่อและแหล่งเรียนรู้ (7) กระบวนการดำเนินกิจกรรม (8) การวัดและประเมินผล และ (9) ภาคผนวก ทั้งนี้ผู้วิจัยได้พัฒนาองค์ประกอบในแต่ละกิจกรรมให้มีความเหมาะสมสอดคล้องกับเนื้อหาสาระของชุดกิจกรรมฯ

1.4 จุดประสงค์และผลการเรียนรู้ของชุดกิจกรรม: ชุดกิจกรรมฯ ที่พัฒนาขึ้นนี้ มีจุดประสงค์เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์

(Cyberbullying Management) ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยสถาบัน DQ Institute ได้ให้นิยามความหมายว่า “Ability to detect cyber-bullying situations and handle them wisely.” ซึ่งผู้วิจัยได้นำนิยามความหมายดังกล่าวมาปรับใช้และพัฒนา โดยมีองค์ประกอบและผลการเรียนรู้ของชุดกิจกรรมฯ มีรายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 2 องค์ประกอบและผลการเรียนรู้ของความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์

ความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ (Cyberbullying Management Abilities) หมายถึง การที่บุคคลประยุกต์นำเอาความรู้ ประสบการณ์ หรือจริยธรรม มาใช้ในการจัดการ แก้ไข ป้องกัน และรับมือเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ เพื่อตัดสินใจทางเลือกหรือทางออกของสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม มีรายละเอียดของแต่ละองค์ประกอบ ดังนี้

องค์ประกอบ	ความหมาย	ผลการเรียนรู้
1) ด้านความรู้	นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความหมาย ลักษณะพฤติกรรม และผลกระทบที่เกิดขึ้นของแต่ละบุคคลจากการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ สามารถระบุสถานการณ์ที่มีลักษณะของการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ได้	1. ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความหมาย ลักษณะพฤติกรรมการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ 2. ผู้เรียนสามารถระบุประเภทสถานการณ์ที่มีลักษณะของการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ได้
2) ด้านกระบวนการ	นักเรียนสามารถจัดการ รับมือ แก้ไขปัญหาและตัดสินใจในการหาทางเลือกหรือทางออกเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการแยกแยะพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการใช้งานบนโลกไซเบอร์	3. ผู้เรียนสามารถจัดการกับสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ได้อย่างเหมาะสม 4. ผู้เรียนสามารถบอกแนวทางในการป้องกันการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ได้อย่างเหมาะสม 5. ผู้เรียนสามารถแยกแยะพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการใช้งานบนโลกไซเบอร์ได้
3) ด้านเจตคติ	นักเรียนมีความตระหนักถึงผลกระทบของการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ มีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจต่อผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งรังแกบนโลกไซเบอร์ และมีทัศนคติที่ต่อต้านพฤติกรรมที่เป็นการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์	6. ผู้เรียนตระหนักถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ 7. ผู้เรียนมีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจต่อผู้ที่ถูกกลั่นแกล้งรังแกบนโลกไซเบอร์ 8. ผู้เรียนมีทัศนคติที่ต่อต้านพฤติกรรมที่เป็นการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์

1.5 กระบวนการดำเนินกิจกรรม: ผู้วิจัยได้ออกแบบและพัฒนารูปแบบกระบวนการดำเนินกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา (Character Education of Lickona) โดยแต่ละกิจกรรมจะประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ชี้นำเข้าสู่บทเรียน เป็นขั้นทบทวนประสบการณ์เดิมของนักเรียน โดยมีคำถามสำรวจทัศนคติของนักเรียนเกี่ยวกับกิจกรรมที่จะเรียน จากนั้นจะมีการกระตุ้นความสนใจของนักเรียน โดยการใช้คำถาม กิจกรรม หรือสื่อการเรียนรู้ต่าง ๆ เพื่อให้นักเรียนเกิดความอยากรู้อยากเรียนและนำเข้าสู่เนื้อหาที่จะเรียนต่อไป

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นรับความรู้และข้อมูล เป็นขั้นตอนที่นักเรียนจะได้รับเนื้อหาในการเรียน ที่จะเป็นพื้นฐานในการสร้างความรู้ความเข้าใจในการเรียน ผ่านการใช้เทคนิค วิธีการ หรือสื่อการเรียนรู้ต่าง ๆ ตัวอย่างเช่น การใช้คำถาม การทำกิจกรรม การศึกษาใบความรู้และทำใบงาน การศึกษาข้อมูลข่าวสารและกรณีตัวอย่าง การเล่นเกม การใช้สื่อการเรียนรู้ เป็นต้น เพื่อให้ให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจในแนวคิดของเนื้อหาที่จะเรียน เกิดความสนใจ ติดตามเรื่องราว และอยากที่จะเรียนรู้ในกิจกรรมการเรียนการสอนต่อไป

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นวิเคราะห์และสร้างความรู้สึก เป็นขั้นตอนที่นักเรียนจะได้วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้รับมา มาสะท้อนออกมาเป็นความรู้สึกของตนเอง โดยเน้นคุณธรรมด้านการเอาใจเขามาใส่ใจเรา การสร้างความรู้สึกร่วม ความมีเมตตา มีการใช้เทคนิคการตั้งคำถามแบบ R-C-A (Reflect=สะท้อนความรู้สึก, Connect=เชื่อมโยงประสบการณ์เดิม, Apply = ประยุกต์ใช้) ครูจะมีสถานการณ์ตัวอย่าง แล้วตั้งคำถามเพื่อเป็นตัวนำในการกระตุ้นความรู้สึกของนักเรียนรายบุคคล ซึ่งนักเรียนอาจจะมีความรู้สึกต่อข้อมูลเดียวกันที่แตกต่างกันออกไป จากนั้นครูจะให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ความรู้สึกหรือความคิดเห็นร่วมกับเพื่อน เพื่อหาคำตอบที่เหมาะสมร่วมกัน แล้วนำเสนอความรู้สึกหรือเรื่องราวที่ได้ศึกษาต่อสมาชิกในห้องเรียน

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นตัดสินใจและจัดการสถานการณ์ เป็นขั้นตอนที่นักเรียนจะได้เผชิญกับสถานการณ์ปัญหา เพื่อที่จะตัดสินใจ แก้ไข รับมือจัดการ กับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสมร่วมกันเป็นกลุ่ม โดยมีการแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม มอบหมายสถานการณ์ปัญหาให้แต่ละกลุ่มได้ตัดสินใจและจัดการแก้ไข หาทางออกของสถานการณ์ที่กำหนดให้ ให้นักเรียนได้พูดคุยกัน แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้สึกระหว่างกัน มีการรวบรวมข้อมูล อภิปรายหาคำตอบ เพื่อให้ได้ออกมาเป็นข้อสรุปของกลุ่ม จากนั้นจะมีการนำเสนอผลการทำกิจกรรมของแต่ละกลุ่มหน้าชั้นเรียน นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ให้ข้อเสนอแนะ อภิปรายผลการศึกษา มีการยกตัวอย่างหรือจัดประสบการณ์เพิ่มเติม เพื่อให้นักเรียนได้แสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสมต่อสถานการณ์มากที่สุด จากนั้นครูและนักเรียนร่วมกันหาแนวทางการจัดการต่อสถานการณ์ที่เหมาะสม และลงข้อสรุปเป็นแนวคิดของห้องเรียน

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นสรุปผลการเรียนรู้และประเมินผล เป็นขั้นตอนที่ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการเรียนรู้ที่ได้จากบทเรียน สรุปเป็นความคิดรวบยอด สรุปข้อคิดที่ได้จากบทเรียน ความรู้สึกต่อการเรียน แลกเปลี่ยนซักถามอภิปรายสิ่งที่นักเรียนยังเกิดความสงสัยหรืออยากที่จะรู้ ครูใช้คำถามเพื่อให้นักเรียนได้เชื่อมโยงและประยุกต์นำไปใช้กับสถานการณ์จริงในชีวิตประจำวันของนักเรียน ครูประเมินผลนักเรียนโดยการใช้คำถามหลังเรียนเพื่อตรวจสอบความรู้ความเข้าใจ ครูสอบถามทัศนคติของนักเรียนต่อสถานการณ์ในบทเรียนเพิ่มเติม นอกจากนี้ครูอาจจัดแสดงผลงานการทำกิจกรรมของนักเรียนหน้าห้องเรียน ให้นักเรียนจัดทำป้ายความรู้ แผ่นพับให้ความรู้จากเนื้อหาที่เรียน ความรู้สึกของนักเรียน แนวทางการที่เหมาะสมต่อเนื้อหาที่เรียน เผยแพร่แก่ผู้อื่นในโรงเรียน หรือเผยแพร่ลงสู่โลกอินเทอร์เน็ต เพื่อเป็นประโยชน์แก่เพื่อนนักเรียนและผู้สนใจทั่วไป

ตอนที่ 2 ผลการใช้ชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลูกโคนา โดยเปรียบเทียบความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และสถิติทดสอบค่า t ของคะแนนความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน

ความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์	คะแนนเต็ม	ค่าเฉลี่ย (\bar{X})	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)	t	p
1. ผลคะแนนรวม					
ก่อนเรียน	30	23.78	2.44	13.53	0.000*
หลังเรียน	30	28.21	1.31		
2. แยกตามองค์ประกอบ					
1) ด้านความรู้					
ก่อนเรียน	10	6.72	1.40	13.00	0.000*
หลังเรียน	10	9.32	0.75		
2) ด้านกระบวนการ					
ก่อนเรียน	10	8.66	0.82	6.30	0.000*
หลังเรียน	10	9.41	0.50		
3) ด้านเจตคติ					
ก่อนเรียน	10	8.40	0.69	9.30	0.000*
หลังเรียน	10	9.48	0.41		

* นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 3 พบว่า ความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ก่อนเรียน มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) = 23.78 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) = 2.44 ส่วนหลังเรียน มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) = 28.21 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) = 1.31 ผลการเปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อีกทั้งเมื่อพิจารณาแยกตามองค์ประกอบของความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ได้แก่ 1) ด้านความรู้ 2) ด้านกระบวนการ 3) ด้านเจตคติ พบว่า คะแนนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกองค์ประกอบ

การอภิปรายผลการศึกษา

1. ชุดกิจกรรมตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เป็นชุดกิจกรรมที่มีกระบวนการในการจัดกิจกรรม 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ชี้นำเข้าสู่บทเรียน 2) ชื่นรับความรู้และข้อมูล 3) ชี้นำวิเคราะห์และสร้างความรู้สึกรู้จัก 4) ชี้นำตัดสินใจและจัดการสถานการณ์ และ 5) ชี้นำสรุปผลการเรียนรู้และประเมินผล ซึ่งเป็นการนำเอาองค์ประกอบตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของลิคโคนา (Character Education of Lickona) ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการรู้เชิงจริยธรรม (Moral Knowing) ความรู้สึกเชิงจริยธรรม (Moral Feeling) และพฤติกรรมเชิงจริยธรรม (Moral Action) ที่มีความเชื่อมโยงสัมพันธ์กัน มาออกแบบและพัฒนาเป็นรูปแบบในกระบวนการจัดกิจกรรมสอดคล้องกับวรรณคดี โมลิเอรี (2550) ที่ได้พัฒนารูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดคุณลักษณะศึกษาของลิคโคนา ได้ 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การสร้างความตระหนักรู้เชิงจริยธรรม 2) การสร้างพลังความเป็นเลิศทางด้านความรับผิดชอบ 3) การฝึกปฏิบัติที่เน้นความรับผิดชอบเป็นฐาน 4) การสะท้อนการรู้คิดทางจรรยาบรรณวิชาชีพ และ 5) การกำหนดคุณลักษณะความรับผิดชอบต่อส่วนตน อันเป็นการนำ

องค์ประกอบทั้ง 3 ด้าน มาใช้ในการพัฒนากระบวนการเรียนการสอน อีกทั้งชุดกิจกรรมยังเน้นการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม ด้านการเอาใจเขามาใส่ใจเรา โดยทุกกิจกรรมจะมีการยกตัวอย่างกรณีศึกษาให้นักเรียนได้สะท้อนคิดถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ในมุมมองต่าง ๆ เพื่อให้นักเรียนสามารถรับรู้และเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งการเอาใจเขามาใส่ใจเราจะช่วยลดปัญหาของการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ สอดคล้องกับฤทัยชนนี สิทธิชัย (2560) ที่ได้ระบุถึงแนวทางป้องกันและจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ว่าควรปลูกฝังให้เยาวชนรู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา ซึ่งการเอาใจเขามาใส่ใจเรา จะทำให้มีความเป็นไปได้น้อยที่เยาวชนจะมีบทบาทเกรและเป็นผู้ที่ไม่สามารถทนดูหรือเห็นผู้อื่นถูกกลั่นแกล้งรังแกได้ นอกจากนี้ชุดกิจกรรมฯ นี้ มีกิจกรรมที่ให้นักเรียนได้เกิดความรู้ทั้งในด้านเนื้อหาสาระของกิจกรรม และความรู้ในด้านคุณธรรมจริยธรรม สามารถใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ในการตัดสินใจแยกแยะได้ว่าพฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสม พฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมต่อการปฏิบัติกับผู้อื่น มีกิจกรรมให้นักเรียนได้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์โดยการลงมือปฏิบัติ ผ่านการเผชิญกับสถานการณ์ปัญหา ให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการเรียน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ และหาทางแก้ไขปัญหาด้านการจัดการกับสถานการณ์ที่เหมาะสม โดยการปฏิบัติบนพื้นฐานคุณธรรม ค่านิยมที่ดีงาม ด้านการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ซึ่งเมื่อนักเรียนได้ปฏิบัติและเรียนรู้ในสิ่งที่ตัวอย่างสม่ำเสมอแล้ว ก็จะทำให้เกิดความเคยชินจนกลายเป็นคุณลักษณะที่ดี สามารถที่จะแสดงออกในการจัดการรับมือกับสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับบุศย์รินทร์ อารยะธนิตกุล (2559) ที่ได้พัฒนารูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างลักษณะนิสัยและแนวคิดการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ ซึ่งมีหลักการสำคัญ คือ การปฏิบัติกิจกรรมบนพื้นฐานทางจริยธรรม เกิดจากการที่ผู้เรียนลงมือปฏิบัติโดยคำนึงถึงหลักคุณธรรมจริยธรรม และค่านิยมพื้นฐานของสังคม ผู้เรียนจะพัฒนาคุณลักษณะที่ดีและแสดงออกโดยการปฏิบัติบนพื้นฐานของจริยธรรม มีการสะท้อนคิดและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างผู้เรียนจะช่วยให้ผู้เรียนคิดวิเคราะห์และตัดสินใจเลือกปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง จนสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องบนพื้นฐานทางจริยธรรมจนกลายเป็นนิสัย

2. ผลของความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมฯ มีคะแนนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนหนึ่งเพราะว่านักเรียนได้เรียนรู้บทเรียนเนื้อหาสาระเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์จากชุดกิจกรรม เนื่องจากนักเรียนไม่ได้เรียนเรื่องนี้จากในหลักสูตรฯ ของโรงเรียน โดยปกตินักเรียนก็มีการใช้งานอินเทอร์เน็ตในชีวิตประจำวัน แต่ในบางครั้งนักเรียนไม่ทราบว่าพฤติกรรมการใช้งานของนักเรียนนั้น เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมหรือไม่ สร้างความเดือดร้อนแก่ผู้อื่นหรือไม่ หรือเมื่อเกิดปัญหาจากการใช้งานแล้ว ควรต้องจัดการปัญหาอย่างไร แต่เมื่อนักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมแล้ว ก็เกิดการเรียนรู้ว่าสิ่งใดเหมาะสม สิ่งใดไม่เหมาะสม และหลีกเลี่ยงที่จะไม่ทำพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม รวมทั้งสามารถระบุถึงแนวทางวิธีการจัดการกับสถานการณ์ปัญหาได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับเกศินี เพ็ชรรุ่ง (2556) ที่ได้ระบุว่า ชุดกิจกรรมเป็นสื่อการเรียนรู้ที่มีการจัดเตรียมกิจกรรมให้สอดคล้องกับเนื้อหาสาระ มีการกำหนดจุดประสงค์การเรียนรู้ สื่อ อุปกรณ์ กิจกรรมการเรียนการสอนและการประเมินผลที่ชัดเจน ทำให้นักเรียนเกิดพฤติกรรมตามผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง อีกทั้งชุดกิจกรรมนี้ยังมีการดำเนินกิจกรรมโดยใช้กระบวนการกลุ่มเป็นหลัก นักเรียนได้เผชิญกับสถานการณ์

ปัญหาตัวอย่าง ที่อาจสามารถพบเจอได้ในชีวิตประจำวัน มาฝึกให้นักเรียนได้แก้ไขจัดการสถานการณ์ อยู่เป็นประจำ การเรียนรู้ร่วมกับเพื่อนในกลุ่ม ทำให้เกิดการพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกันในกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ ทั้งในด้านวิธีในการจัดการกับสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ซึ่งแต่ละคนอาจมีวิธีการในการจัดการที่เหมือนและแตกต่างกัน และการแลกเปลี่ยนความรู้สึกต่อสถานการณ์ปัญหาต่าง ๆ ซึ่งแต่ละคนอาจมีความรู้สึกที่เหมือนและแตกต่างกัน แต่ก็สามารถหลอมรวมความคิดเห็นและความรู้สึกระหว่างกันให้กลายเป็นแนวคิดที่เหมาะสม นักเรียนมีความสุขสนุกสนานที่ได้ปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน เกิดการเรียนรู้ระหว่างกันและช่วยกันเรียนรู้ทั้งภายในกลุ่มและทั้งชั้นเรียน สอดคล้องกับทฤษฎีของ แคมมณี (2551) ที่ได้ระบุถึงการเรียนรู้โดยใช้กระบวนการกลุ่มว่า เป็นการงานร่วมกันของบุคคลตั้งแต่ 2 ขึ้นไป โดยมีวัตถุประสงค์ร่วมกัน มีการดำเนินงานร่วมกัน มีการแบ่งหน้าที่ในการรับผิดชอบร่วมกัน มีการปฏิสัมพันธ์กัน มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน ทำให้เกิดขอบเขตของแนวคิดและการขยายขอบเขตของการเรียนรู้ที่กว้างขวางมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้การที่นักเรียนได้ศึกษากรณีตัวอย่างจากสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ นักเรียนจะได้เรียนรู้ประสบการณ์ของผู้อื่น ได้มีการสะท้อนความรู้สึก สะท้อนความรู้สึกนึกคิดของตนเอง ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ความคิดเห็นกับเพื่อน ทำให้นักเรียนมีความเข้าใจความรูสึกของบุคคลในมุมมองต่าง ๆ เกิดความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ ตระหนักถึงผลกระทบของการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ทำให้นักเรียนไม่เอียงที่จะกระทำการกลั่นแกล้งรังแกผู้อื่น และสามารถที่จะนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ที่เคยพบเจอ หรือสถานการณ์ใหม่ ๆ ที่มีลักษณะใกล้เคียงกันได้ อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับปิยพจน์ ตันพะผลิน (2559) ที่ได้พัฒนารูปแบบการเรียนออนไลน์โดยการสะท้อนคิดร่วมกันด้วยกรณีศึกษา เพื่อส่งเสริมความตระหนักรู้การกลั่นแกล้งทางอินเทอร์เน็ตของนิสิต นักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มมีระดับทัศนคติต่อพฤติกรรมที่มีแนวโน้มเป็นการกลั่นแกล้งทางอินเทอร์เน็ต ก่อนและหลังการทำกิจกรรมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้น สรุปได้ว่าชุดกิจกรรมนี้ ช่วยเสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์แก่นักเรียน โดยใช้กระบวนการกลุ่มร่วมกับการมีคุณธรรมจริยธรรมที่ดีงามสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหาสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ครูผู้สอนควรมีการศึกษาเนื้อหาสาระเกี่ยวกับการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ให้เข้าใจ เพื่อที่จะสามารถจัดกิจกรรมถ่ายทอดให้นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจได้บรรลุตามวัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรม อีกทั้งควรศึกษากระบวนการจัดกิจกรรมให้เป็นไปตามลำดับขั้นตอน เพื่อให้การจัดกิจกรรมเป็นไปอย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ

2. การดำเนินจัดกิจกรรมควรมีผู้เรียนเป็นศูนย์กลางให้มากที่สุด ทำให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม ได้ฝึกปฏิบัติ ได้กล้าที่จะคิด กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าที่จะสื่อสาร สร้างบรรยากาศในชั้นเรียนที่พร้อมจะรับฟังนักเรียน มีความเคารพซึ่งกันและกัน ความเข้าใจกัน ยกตัวอย่างสถานการณ์ปัญหาที่ใกล้ตัวนักเรียน ให้เท่าทันต่อยุคสมัย และนักเรียนสามารถพบได้ในชีวิตประจำวัน จะช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้สามารถจัดการกับสถานการณ์ปัญหาได้ดี

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการพัฒนาชุดกิจกรรมที่เสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยจัดทำเนื้อหาสาระสถานการณ์ตัวอย่างที่เหมาะสมกับนักเรียนในแต่ละช่วงวัย เพื่อเป็นการต่อยอด พัฒนาองค์ความรู้ กระบวนการ และเจตคติที่เหมาะสม ในการป้องกันและจัดการกับสถานการณ์การกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ต่อไป

2. ควรมีการจัดทำชุดกิจกรรมที่เสริมสร้างความสามารถในการจัดการการกลั่นแกล้งรังแกทางโลกไซเบอร์ ในรูปแบบของบทเรียนออนไลน์ โปรแกรมประยุกต์หรือแอปพลิเคชัน (Application) เพื่อที่เด็กและเยาวชนจะสามารถเข้าถึงได้ง่าย สามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง อันจะเป็นการส่งเสริมการเรียนรู้และสร้างภูมิคุ้มกันในโลกดิจิทัลต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- เกศินี เพ็ชรรุ่ง. (2556). *การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวการศึกษาคณิตศาสตร์ที่สอดคล้องกับชีวิตจริง เพื่อส่งเสริมโน้ตค้นและความสามารถในการเชื่อมโยงความรู้ทางคณิตศาสตร์.* (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต) สาขาวิชาการศึกษาคณิตศาสตร์ ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- ณัฐรัชต์ สาเมาะ (2556). *การรับรู้ของเยาวชนต่อการรังแกในพื้นที่ไซเบอร์.* (วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต) สาขาสังคมศาสตร์การแพทย์และสาธารณสุข บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- ทิตินา แคมมณี. (2551). *ศาสตร์การสอน : องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ* (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นภาพรรณ อาษาเพชร. (2560). *การรังแกผ่านโลกไซเบอร์ ความรุนแรงที่ต้องแก้ไขและนวัตกรรมการวัดการปัญหา. วารสารวิชาการนวัตกรรมสื่อสารสังคม มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 5, 100-106.*
- บุศย์รินทร์ อารยะธนิติกุล. (2559). *การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดการศึกษาเพื่อเสริมสร้างลักษณะนิสัยและแนวคิดการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ เพื่อส่งเสริมสมรรถนะทางวัฒนธรรมในการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาล.* (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต) สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- ปองกมล สุรัตน์. (2561). *การรังแกผ่านโลกไซเบอร์ในมิติสังคมวัฒนธรรม: กรณีศึกษาเยาวชนไทยเจเนอเรชั่น Z.* (วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต) สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- ปิยพจน์ ตันตะผลิน. (2559). *รูปแบบการเรียนออนไลน์โดยการสะท้อนคิดร่วมกันด้วยกรณีศึกษาเพื่อส่งเสริมความตระหนักรู้การกลั่นแกล้งทางอินเทอร์เน็ตของนิสิตนักศึกษาครู.* (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต) สาขาวิชาเทคโนโลยีและสื่อสารการศึกษา ภาควิชาเทคโนโลยีและสื่อสารการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.

- ฤทัยชนนี สิทธิชัย. (2560). *พฤติกรรมการรังแกบนโลกไซเบอร์ของวัยรุ่น*. สงขลา: คณะมนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- วรรณารถ โมลีเอรี. (2550). *การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดคุณลักษณะคึกษาของลิคโค นานาเพื่อเสริมสร้างจรรยาบรรณวิชาชีพด้านความรับผิดชอบต่อของนักศึกษาสายอาชีพและ เทคโนโลยี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต) สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน ภาควิชาหลักสูตรการสอน และเทคโนโลยีการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- ศูนย์ประสานงานขับเคลื่อนการส่งเสริมและปกป้องคุ้มครองเด็กและเยาวชนในการใช้สื่อออนไลน์. (2561). *ผลสำรวจสถานการณ์เด็กกับภัยออนไลน์ 2560*. สืบค้นจาก <https://www.facebook.com/copatcenter/posts/211766852724988>
- Chadwick, S. (2014). *Impacts of cyberbullying, building social and emotional resilience in schools*. Sydney: Springer.
- DQ Institute. (2017). *White Paper Digital Intelligence (DQ): A Conceptual Framework & Methodology for Teaching and Measuring Digital Citizenship*. Retrieved from <https://www.dqinstitute.org/wp-content/uploads/2017/08/DQ-Framework-White-Paper-Ver1-31Aug17.pdf>
- Hazelden. (2014). *Cyber bullying: A prevention curriculum for grades 9-12 scope and sequence*. Retrieved from www.violencepreventionworks.org/public/document/cyber_bullying_6-12_scope.pdf
- Hinduja, Sameer and Patchin, Justin W. (2015). *Bullying beyond the schoolyard: preventing and responding to cyberbullying*. California: Corwin.
- Kowalski, R. M., Limber, S.P., & Agatston, P. W. (2008). *Cyberbullying: bullying in the digital age*. Chichester: Blackwell-Publishing.
- Lickona, T. (1991). *Educating for character: How our schools can teach respect and responsibility*. New York: Bantam Books.
- Shariff, S. (2008). *Cyber-bullying: issues and solutions for the school, the classroom and the home*. London: Routledge.
-

การบริหารจัดการชีวิตแนวเอสไอซี (SOC) ของนักศึกษา

SOC LIFE MANAGEMENT OF STUDENTS

Received: May 25, 2020

Revised: Sep 18, 2020

Accepted: Oct 19, 2020

ลินดา สุวรรณดี^{1*} ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา² ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์³
Linda Suwandee^{1*} Prasarn Malakul Na Ayudhaya² Pongpan Kirdpitak³

¹⁻³จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์, มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
¹⁻³Psychology for Developing Human Potentials, Kasem Bundit University

*Corresponding Author, E-mail: linda_su@kbu.ac.th

บทคัดย่อ

การบริหารจัดการชีวิตแนวเอสไอซี (SOC) หมายถึง กระบวนการในการเลือกอย่างมีเป้าหมาย (S: Selection) การปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดการใช้ประโยชน์สูงสุด (O: Optimization) และการทดแทน (C: Compensation) ที่บุคคลสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เพื่อให้ดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข และนำไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมาย บทความนี้นำเสนอการทบทวนวรรณกรรมในเรื่องการบริหารจัดการชีวิตแนวเอสไอซี (SOC) 4 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เป็นการศึกษาพฤติกรรมที่แสดงออกถึง การเลือกที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลหรือสภาพแวดล้อมที่ตนพึงพอใจ ใช้ประโยชน์จากการเลือกนั้นให้ได้อย่างเต็มที่ และอาจมีการปรับเปลี่ยนวิธีการอยู่ร่วมกับบุคคลหรือสภาพแวดล้อม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามที่ตั้งใจไว้ 2) ด้านการจัดการความเครียดและความวิตกกังวล ศึกษาความสามารถในการเลือก วิธีการควบคุมอารมณ์ของตนเอง เพื่อป้องกันหรือลดความเครียดและความวิตกกังวลที่อาจส่งผลต่อการดำเนินชีวิตตลอดจนแสวงหาวิธีการอื่น ๆ มาทดแทนตามความเหมาะสม 3) ด้านความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค ศึกษาการเลือกวิธีการปฏิบัติตน เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหาอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น นำวิธีการที่เลือกนั้นมาปฏิบัติให้เกิดความปลอดภัยแก่ชีวิตและทรัพย์สินของตนเอง และสามารถหาวิธีการปรับเปลี่ยนการแก้ไขปัญหาได้ตามสถานการณ์ เพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ได้ และ 4) ด้านความมุ่งมั่นและมีวินัยในการเรียนรู้ ศึกษาการเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับศักยภาพของตนเอง ร่วมทำกิจกรรมต่างๆ ใช้ความขยันหมั่นเพียร ความพยายามอย่างเต็มที่ และรู้จักปรับเปลี่ยนวิธีการเรียนรู้เพื่อให้ประสบความสำเร็จในการศึกษาตามเป้าหมาย ผู้นิพนธ์คาดว่า การบริหารจัดการชีวิตแนวเอสไอซี (SOC) นักศึกษา ทั้งสี่ด้านนี้ สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการศึกษาวิจัย เพื่อแก้ไขปัญหาของนักศึกษา กลุ่มต่าง ๆ หรือพัฒนานักศึกษาให้ประสบความสำเร็จ พร้อมก้าวไปสู่ผู้ใหญ่อีกที่มีคุณภาพต่อไปในอนาคต

คำสำคัญ: การบริหารจัดการชีวิต เอสไอซี นักศึกษา

Abstract

This article elucidates the efficacy of the Selection, Optimization, and Compensation (SOC) life management, which proposes to comprehend how people manage their lives towards wellness and goal achievement. In this study, presents a comprehensive review of SOC life management. There are 4 components; 1) Adaptation with Others defines the behavior express as selection of person or environment, focusing on setting goal, acquisition of goal-relevant means and utilizing alternative means to maintain a given level of function when specific goal-relevant means are no longer available, 2) Management of Stress and Anxiety defines the ability of selection; the means to control their mind in order to reduce stress and anxiety to protect themselves, and encompassing the new acquisition of compensatory means, 3) Struggle through Obstacles defines the selection of the ways of prevention and solving problems to perform for life, safety of property and adaption to any situations, and 4) Determination and Discipline in Learning defines the selection of appropriate learning methods with their potential and joining in activities where striving and applying is vital to reach goal-relevant achievement. These four components of SOC life management of student can be utilized in researches concerning student problems or enhance the students successful in their present life span and proceed to competent adulthood in the future.

Key words: Life Management, SOC, Student

บทนำ

นักศึกษาในระดับอุดมศึกษา เป็นวัยที่อยู่ในช่วงแห่งการศึกษาหาความรู้ โดยวัตถุประสงค์ของการจัดการอุดมศึกษาตามพระราชบัญญัติการอุดมศึกษา พ.ศ. 2562 หมวด 1 บททั่วไป มาตรา 5 นอกจากจะระบุในวงเล็บหนึ่งว่าต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาทรัพยากรบุคคลให้มีความเชี่ยวชาญตามสาขาวิชาที่ตนถนัดแล้วยังระบุในวงเล็บสองว่าต้องพัฒนาบุคคลให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และทักษะที่จำเป็น เป็นคนดี มีวินัย ภูมิใจในชาติ เข้าใจสังคมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อรองรับสังคมโลกที่จะเปลี่ยนแปลงในอนาคต มีความรับผิดชอบต่อครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ ร่วมกันแก้ปัญหาสังคม และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (สำนักงานนโยบายการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรมแห่งชาติ, 2562) อย่างไรก็ตาม การจัดการศึกษาตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบันก็ยังไม่สามารถพัฒนานักศึกษาทุกคนให้บรรลุวัตถุประสงค์ดังกล่าวได้

การบริหารจัดการชีวิต (Life management) เป็นวิทยาการที่มีพื้นฐานความคิดจากการพยายามหาคำตอบให้กับการใช้ชีวิตว่า อะไรคือสิ่งที่เราต้องการในชีวิตและเราจะบริหารจัดการชีวิตอย่างไรเพื่อให้ไปถึงเป้าหมายและความสำเร็จตามที่เรากำลังต้องการ นับได้ว่าเป็นคำถามที่จะนำไปสู่การค้นหาคำตอบของตัวเอง ทั้งนี้ คำตอบของแต่ละคนอาจจะแตกต่างกันไป แต่ทุกคนจะต้องมีสิ่งที่เหมือนกันคือ ความมุ่งหวังที่จะไปสู่เป้าหมาย และสิ่งนี้จะพลังที่ช่วยขับเคลื่อนเพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเองในช่วงระยะเวลาของชีวิต (Baltes & Baltes, 1990) การบริหารจัดการชีวิตของนักศึกษาซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย เป็นช่วงวัย

หนึ่งที่มีความสำคัญ เนื่องจากการดำเนินชีวิตในช่วงวัยนี้มีการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม นักศึกษาจะต้องใช้การคิด วิเคราะห์ และทักษะหลายด้านเพื่อค้นหาเป้าหมายของตนเองในอนาคต

ดังนั้น จึงคาดหวังว่านักศึกษาที่มีกระบวนการบริหารจัดการชีวิตที่ดี ควบคู่กับการได้รับประสบการณ์และวิชาความรู้จากการจัดการศึกษา จะช่วยส่งเสริมแนวทางในการดำเนินชีวิต และพัฒนาไปสู่วัตถุประสงค์ของการจัดการศึกษาดังกล่าว พร้อมทั้งก้าวไปสู่วัยผู้ใหญ่อย่างมีคุณภาพ

กรอบแนวคิดของปัญหาการบริหารจัดการชีวิตของนักศึกษา

ข้อมูลจากการสำรวจเชิงประจักษ์ เพื่อให้ทราบสภาพปัญหาและบริบทการใช้ชีวิตที่แท้จริงของนักศึกษา ด้วยการสนทนากับกลุ่มนักศึกษา อาจารย์ และผู้ที่เกี่ยวข้อง จำนวน 21 คน จากมหาวิทยาลัยเอกชน 3 แห่ง ในเขตกรุงเทพมหานคร ด้วยวิธี Focus Group พบว่าปัญหาต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของนักศึกษา มีระดับที่แตกต่างกัน และเกิดจากสาเหตุทั้งปัจจัยภายในของนักศึกษา และปัจจัยที่เกิดจากสภาพแวดล้อมภายนอก ซึ่งสามารถจำแนกประเด็นปัญหาได้เป็น 4 ด้าน ได้แก่ 1) ปัญหาด้านการปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นจากการใช้ชีวิตในสภาพแวดล้อมใหม่ วัฒนธรรมใหม่ ร่วมกับเพื่อน อาจารย์ ที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม 2) ปัญหาด้านการจัดการความเครียดและความวิตกกังวล ที่เกิดจากสภาวะทางจิตใจ บุคลิกภาพส่วนบุคคล ความขัดแย้ง ปัญหาครอบครัว หรือปัญหาส่วนตัวอื่น ๆ 3) ปัญหาด้านความสามารถในการเผชิญปัญหาอุปสรรค นักศึกษาที่ไม่มีการวางแผนเพื่อป้องกันตัวเองและทรัพย์สิน เช่น การเจ็บป่วย การเกิดอุบัติเหตุ การถูกล่อลวง จากมิชฉะชีพ หรือภัยสังคมต่าง ๆ ก็อาจเกิดอันตราย ตกเป็นเหยื่อของมิชฉะชีพได้ง่าย หรือมีการตัดสินใจผิดพลาดเนื่องจากรู้เท่าไม่ถึงการณ์ และ 4) ปัญหาด้านความมุ่งมั่นและมีวินัยในการเรียนรู้ เนื่องจากในระดับอุดมศึกษา นักศึกษาจะต้องมีความรับผิดชอบ ค้นคว้าข้อมูลเพิ่มเติม และสร้างวินัยในการเข้าเรียน นักศึกษาที่ขาดการควบคุมตนเอง ไม่แบ่งเวลาให้เหมาะสม ติดเกมส์ ติดสื่อ ก็อาจส่งผลให้การเรียนตกต่ำและพันสภาพนักศึกษาในที่สุด

ผลการสำรวจดังกล่าว สอดคล้องกับงานวิจัยของ เพาพะงา จิตต์สวาสดี (2553) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 2-4 จำนวน 72 คน โดยแบ่งเป็น 3 ด้าน คือ 1) ปัจจัยด้านส่วนตัว ได้แก่ อายุ ลักษณะมุ่งอนาคต และบุคลิกภาพ 2) ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ ฐานะทางเศรษฐกิจของผู้ปกครอง และการสนับสนุนด้านการเรียนของผู้ปกครอง และ 3) ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ได้แก่ลักษณะทางกายภาพในมหาวิทยาลัย สัมพันธภาพระหว่างนิสิต กับอาจารย์ สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน และการเลียนแบบเพื่อน งานวิจัยของ ธนิตา ซีรัตน์ (2554) ศึกษาคุณภาพชีวิตของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 368 คน แบ่งออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านกายภาพ เป็นความพึงพอใจหรือความรู้สึกบวกลบต่อการดำเนินชีวิต ในสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัย และการให้บริการต่างๆ 2) ด้านสังคม เป็นความพึงพอใจหรือความรู้สึกบวกลบในการดำเนินชีวิต มีความสามารถในการปรับตัว ยอมรับความสามารถและความสำคัญของผู้อื่น และการพัฒนาความรู้ความสามารถจากวิชาที่เรียน และ 3) ด้านจิตวิทยา เป็นความพึงพอใจหรือความรู้สึกบวกลบในการดำเนินชีวิตที่เกี่ยวข้องกับความมั่นใจในตนเอง ความสามารถในการตัดสินใจตนเอง ความกล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง และทักษะการควบคุมอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม ส่วนงานวิจัยของธัญญารัตน์ จันทร์เสนา (2555) ศึกษาความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 358 คน โดยแบ่งความเครียดเป็น 4 ด้าน คือ 1) ด้านการจัดการเรียนการสอน 2) ด้านทักษะในการเรียน 3) ด้านสภาพแวดล้อมทางการเรียน

และ 4) ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน และงานวิจัยของสุริยัน อันทองทิม และคณะ (2560) ศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษา 3 แห่ง ภายในเขตอำเภอเมือง จังหวัด เชียงราย ได้แก่ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย และวิทยาลัยเชียงราย รวม 30 คน เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) พบว่านักศึกษามีปัญหาการปรับตัวด้านการเรียน ด้านผู้สอน ด้านกลุ่มเพื่อน ด้านสภาพแวดล้อม และด้านกิจกรรม โดยนำข้อมูลดังกล่าวมาหาคำปรึกษาและแนะแนวแก่กลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

สรุปได้ว่า กรอบแนวคิดในการศึกษาการบริหารจัดการชีวิตของนักศึกษา ควรศึกษาให้ครอบคลุมปัญหาทั้ง 4 ด้านได้แก่ 1) การปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น 2) การจัดการความเครียดและความวิตกกังวล 3) ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค และ 4) ความมุ่งมั่นและมีวินัยในการเรียนรู้

แนวคิดเรื่องการบริหารจัดการชีวิตแนวเอสโอซี (SOC)

โมเดล SOC ได้รับการพัฒนาตั้งแต่ปี 1990 เพื่อทำความเข้าใจกระบวนการจัดการ พัฒนาการที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงวัยของชีวิตมนุษย์ โดยผ่านการวิเคราะห์ตั้งแต่ระดับจุลภาค ได้แก่ พัฒนาการทางความคิด จนนำไปสู่ระดับมหภาค ได้แก่ พัฒนาการทางสังคม โมเดล SOC มีพื้นฐานมาจากทฤษฎีจิตวิทยาผู้สูงอายุ (Psychology of Aging) และทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการตามช่วงวัย (Life Span Psychology) ประกอบด้วย การเลือก (Selection) การใช้ประโยชน์สูงสุด (Optimization) และการทดแทน (Compensation) โดยมีรายละเอียดดังนี้ (Freund & Baltes, 2002)

ตารางที่ 1 กรอบแนวคิดทฤษฎีเชิงปฏิบัติการของโมเดล SOC: Selection, Optimization และ Compensation

การเลือก (Selection)	การใช้ประโยชน์สูงสุด (Optimization)	การทดแทน (Compensation)
1. การเลือกที่เป็นไปได้ -ตั้งเป้าหมายที่เฉพาะเจาะจง -จัดลำดับขั้นตอนไปสู่เป้าหมาย -บริบทของเป้าหมาย -พันธะสัญญาตามเป้าหมาย 2. การเลือกที่เป็นไปไม่ได้ -เน้นเป้าหมายที่สำคัญที่สุด -จัดลำดับขั้นตอนใหม่ -ปรับเปลี่ยนมาตรฐาน -ค้นหาเป้าหมายใหม่	1. มุ่งมั่น ตั้งใจต่อเป้าหมาย 2. จัดกลุ่มตามโอกาสที่เหมาะสม 3. ยืนหยัดในแนวทางที่เลือก 4. แสวงหาทักษะ/ทรัพยากรใหม่ ๆ 5. ฝึกฝนทักษะให้ชำนาญ 6. จัดสรรทรัพยากรให้เหมาะสม (ความพยายาม, เวลา) 7. ทำตามตัวแบบที่ประสบความสำเร็จ	1. ปรับเปลี่ยนวิธีการ 2. ขอความช่วยเหลือจากภายนอกหรือบุคคลอื่น 3. ใช้วิธีการบำบัด 4. แสวงหาทักษะ/ทรัพยากรใหม่ๆ 5. นำทักษะ/ทรัพยากรที่ยังไม่เคยใช้มาปฏิบัติ 6. เปลี่ยนวิธีการจัดสรรทรัพยากร (ความพยายาม, เวลา) 7. ทำตามตัวแบบที่เคยเปลี่ยนวิธีการแล้วประสบความสำเร็จ 8. ละทิ้งการใช้ประโยชน์ด้วยวิธีการอื่นๆ

ที่มา : Freund & Baltes (2002)

Note. : Life-management strategies of selection, optimizations and Compensation : Measurement by self-report and construct validity, “by A.M. Freund and P.B. Baltes, 2002, *Journal of personality and social psychology*, 82 (4), p.642.

จากตารางที่ 1 Freund & Baltes (2002) สรุปลักษณะเฉพาะของการเลือก (Selection) การใช้ประโยชน์สูงสุด (Optimization) และการทดแทน (Compensation) ไว้ ดังนี้

การเลือก (Selection) หมายถึง การตั้งเป้าหมายในชีวิต การกำหนดบทบาทหน้าที่และความ เป็นไปได้ของทางเลือกในเป้าหมายนั้น ตามความเหมาะสม โอกาสและข้อจำกัด ในช่วงวัยต่าง ๆ ของชีวิต การเลือกจึงนำไปสู่การพัฒนาเพราะเป็นตัวชี้้นำไปสู่เป้าหมายส่วนบุคคลและการบริหารจัดการ พฤติกรรม การเลือกแบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ 1) การเลือกที่เป็นไปได้ (Elective Selection: ES) มีการตั้งเป้าหมายที่เฉพาะเจาะจง มีลำดับขั้นตอนที่จะนำไปสู่เป้าหมายนั้น คำนึงถึงบริบทต่างๆ และ มีความมุ่งมั่นหรือพันธะสัญญาต่อเป้าหมาย 2) การเลือกที่เป็นไปไม่ได้ (Loss-base Selection: LBS) จากความสูญเสียในเป้าหมายและวิธีการเดิม บุคคลนั้นก็จะมีการปรับโครงสร้างในการจัดระบบ เป้าหมายใหม่ โดยเน้นเป้าหมายที่สำคัญที่สุด จัดลำดับขั้นตอนใหม่และปรับเปลี่ยนมาตรฐานที่จะทำให้บรรลุเป้าหมายนั้นได้ง่ายขึ้น การเลือกทั้งสองรูปแบบดังกล่าวจึงมีลักษณะของการเลือกที่ตรงกันข้ามในมุมมองของการทำหน้าที่ อย่างไรก็ตามการตั้งเป้าหมายควรกำหนดไว้ให้เหมาะสม ตาม ศักยภาพของตนเอง ไม่สูงหรือต่ำเกินไป ในแต่ละช่วงชีวิต

การใช้ประโยชน์สูงสุด (Optimization) เป็นผลต่อเนื่องจากการเลือก และการกำหนดเป้าหมาย ที่เหมาะสมบนพื้นฐานของลักษณะส่วนบุคคลและสังคมวัฒนธรรม เมื่อมีการตั้งเป้าหมายที่เหมาะสม จะ สร้างแรงผลักดันให้เกิดการใช้ประโยชน์สูงสุดเพื่อให้เป้าหมายนั้นประสบความสำเร็จ โดยมีลักษณะที่ สำคัญคือ 1) ความมุ่งมั่น ตั้งใจ ทำตามแผนที่วางไว้ให้สำเร็จ 2) จัดกลุ่มตามโอกาสที่เหมาะสม 3) การใช้ ความเพียรพยายามและยืนหยัดในแนวทางที่เลือก 4) แสวงหาทักษะ/ทรัพยากรใหม่ ๆ 5) การฝึกฝน ทักษะจนชำนาญ 6) การจัดสรรทรัพยากร ทั้งความพยายามและเวลา 7) การปฏิบัติตามผู้อื่นหรือตัว แบบที่ประสบความสำเร็จมาก่อน

การทดแทน (Compensation) หมายถึง การรักษาไว้ซึ่งบทบาทหน้าที่ และเป้าหมาย โดย การหาวิธีการใหม่ เมื่อวิธีการเดิมที่นำไปสู่เป้าหมายเผชิญกับความล้มเหลว ทำให้เกิดการสูญเสีย ชั่วคราวหรือถาวร การทดแทนจึงเป็นวิธีการเช่นเดียวกับการปฏิบัติเพื่อให้เกิดการใช้ประโยชน์สูงสุดแต่ เป็นวิธีทางเลือก โดยมีลักษณะที่สำคัญคือ 1) มีการปรับเปลี่ยนวิธีการ 2) การขอความช่วยเหลือจาก ภายนอกหรือบุคคลอื่น 3) ใช้วิธีการบำบัดทดแทน 4) แสวงหาทักษะ/ทรัพยากรใหม่ๆ 5) นำทักษะ/ ทรัพยากรที่ยังไม่เคยใช้มาปฏิบัติ 6) เปลี่ยนวิธีการจัดสรรทรัพยากรความพยายามและเวลาใหม่ และ 7) ทำตามตัวแบบที่เคยเปลี่ยนวิธีการแล้วประสบความสำเร็จ ในสถานะที่สูญเสีย การทดแทนเป็นส่วนที่ สำคัญที่จะช่วยให้บุคคลรู้จักพิจารณาความต้องการของตนเองอย่างแท้จริง และกำหนดวิธีการใหม่ที่จะ ทำให้บรรลุเป้าหมายตามที่ต้องการ การทดแทนจึงเป็นมากกว่าการปรับตัว แต่เป็นกระบวนการชดเชย หรือกระบวนการหาสิ่งทดแทนนั่นเอง

กระบวนการของโมเดล SOC เป็นกลยุทธ์ที่ได้รับการนำไปใช้ในการศึกษาวิจัยการบริหาร จัดการชีวิตของบุคคลในช่วงวัยต่างๆอย่างกว้างขวาง และพบว่าเป็นกระบวนการที่ควบคุมพัฒนาการ ช่วยเหลือบุคคลในการปรับตัว กำหนดทิศทางของเป้าหมายให้พัฒนาไปสู่ความสำเร็จ และลดการ สูญเสียหรือผลกระทบทางลบที่อาจเกิดขึ้นในชีวิตได้ ตัวอย่างเช่น Freund & Baltes (2002) ศึกษา กลยุทธ์การบริหารจัดการชีวิตด้วย SOC ในกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุระหว่าง 14-87 ปี จำนวน 218 คน และอายุระหว่าง 18-89 ปี จำนวน 181 คน พบว่าการบริหารจัดการชีวิตมีความสัมพันธ์กับอายุ และ บ่งชี้การเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมไปตามช่วงวัย ในกลุ่มวัยรุ่นมีการศึกษาการควบคุมที่บูรณาการ เอสไอซี (SOC) ในพฤติกรรมต่างๆและสภาพแวดล้อมทางสังคม เช่นการศึกษาอิทธิพลของวัฒนธรรม

ที่เกี่ยวข้องกับการเผชิญปัญหาในกลุ่มวัยรุ่นมากกว่า 700 คน อายุ 17-18 ปี ที่มาจากอินเดีย อิตาลี ฮังการี สวีเดน และเยอรมัน ที่มีทั้งวัฒนธรรมที่แตกต่างและคล้ายคลึงกัน พบว่ามีการใช้ปัจจัยในการแก้ไขปัญหาแตกต่างกัน (Olah, 1995 cited in Lerner R. M. et al. 2001)

ดังนั้น การนำกระบวนการของโมเดล SOC มาศึกษาร่วมกับการบริหารจัดการชีวิตตามกรอบแนวคิด 4 ด้าน เพื่อกำหนดเป็นตัวแปรการบริหารจัดการชีวิตแนวเอสโอซี (SOC) ของนักศึกษาที่ประกอบด้วย การปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น การจัดการความเครียดและความวิตกกังวล ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค และความมุ่งมั่นและมีวินัยในการเรียนรู้ โดยแต่ละด้านมีขั้นตอน การเลือก (Selection) การใช้ประโยชน์สูงสุด (Optimization) และการทดแทน (Compensation) จะเป็นการศึกษาการบริหารจัดการชีวิตของนักศึกษาได้สมบูรณ์มากขึ้น

การประเมินการบริหารจัดการชีวิตแนวเอสโอซี (SOC)

Baltes et al. (1999) ได้สร้างแบบสอบถามการบริหารจัดการชีวิตแนวเอสโอซี (SOC) ในการศึกษาบุคคลทั่วไปที่มีอายุระหว่าง 14-87 ปี โดยวิธีการรายงานตนเอง (self-report approach) แต่ละด้าน ได้แก่ การเลือกที่เป็นไปได้ (ES) การเลือกที่เป็นไปไม่ได้ (LBS) การใช้ประโยชน์สูงสุด (O) และการทดแทน (C) ด้านละ 12 ข้อ รวม 48 ข้อ แต่ละข้อมีข้อความให้เลือกตอบ 2 ข้อ ต่อมาในปี 2002 Freund & Baltes ทำการทดสอบซ้ำเพื่อยืนยันผลความเที่ยงตรงและความเชื่อมั่นของแบบวัดการบริหารจัดการชีวิตด้วยการรายงานตนเองของ Baltes et al. (1999) โดยการวิเคราะห์ปัจจัย (factor analysis) ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่ 1 มีอายุระหว่าง 14-87 ปี แต่ใช้แบบวัดเพียง 3 ด้าน ได้แก่ การเลือกที่เป็นไปได้ (ES) การใช้ประโยชน์สูงสุด (O) และการทดแทน (C) ไม่มีการเลือกที่เป็นไปไม่ได้ (LBS) ได้ค่า Chi-square=6.95, $p=.03$, RMSEA=.030, GFI=.99, AGFI=.96 และกลุ่มตัวอย่างที่ 2 จำนวน 218 คน และอายุระหว่าง 18-89 ปี จำนวน 181 คน ใช้แบบวัดทั้ง 4 ด้าน ได้ค่า Chi-square=19.79, $p=.14$, RMSEA=.048, GFI=.97, AGFI=.93 ผลการศึกษายอมรับได้ทั้ง 2 ชุด และพบว่ากลุ่มวัยกลางคนที่มีอายุระหว่าง 43-67 ปี แสดงออกถึง SOC สูงกว่ากลุ่มวัยรุ่น และวัยผู้สูงอายุ ทั้งนี้อาจเนื่องจากข้อคำถามเน้นด้านการทำงานเป็นส่วนใหญ่

Geldhof et al. (2015) มีความเห็นว่าผลการวิจัยที่พบความแตกต่างในช่วงอายุดังกล่าว อาจเกิดจากวิธีการวัดเนื่องจากแนวคิดและการวัดการควบคุมตนเองตามรูปแบบ การเลือก การใช้ประโยชน์สูงสุด และการทดแทน (SOC) ในช่วงวัยที่ต่างกัน ย่อมมีความแตกต่างกัน จึงได้ศึกษาโครงสร้าง ความเชื่อมั่น ความเที่ยงตรง ของวิธีการวัดที่เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่น โดยเปรียบเทียบวิธีการวัดแบบบังคับเลือก (Forced-choice) ตามรูปแบบเดิมของ Freund & Baltes (2002) กับวิธีการวัดแบบลิเคิร์ต (Likert-type) ที่สร้างขึ้นใหม่ มีระดับความคิดเห็นต่อข้อความที่ชี้วัดปัจจัยต่างๆ ให้เลือกตอบอยู่ระหว่าง 1 น้อยที่สุด ถึง 5 มากที่สุด กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นตอนปลายที่เข้าร่วมโครงการศึกษา 4 H การพัฒนาเยาวชนเชิงบวก จำนวน 578 คน มีอายุเฉลี่ย 20.11 ปี จาก การวิเคราะห์ปัจจัยเชิงโครงสร้างพบว่ารูปแบบการวัดทั้งสองวิธีมีความเชื่อมั่นคล้ายคลึงกัน แม้ว่าความเที่ยงตรงของแบบวัดบังคับเลือก จะมีเกณฑ์ต่ำกว่าเล็กน้อย อย่างไรก็ตามรูปแบบการวัดทั้งสองวิธีมีความสัมพันธ์กัน จึงสรุปได้ว่าวิธีการวัดทั้งสองรูปแบบนั้นเป็นที่ยอมรับได้ แต่การเลือกใช้อาจขึ้นอยู่กับตัวอย่างปัญหา การวางแผนวิธีวิเคราะห์ปัญหา ขนาดกลุ่มตัวอย่าง และความเป็นอิสระของแต่ละกลุ่ม จึงควรมีการศึกษาวิจัยเพิ่มเติมต่อไปในอนาคต

ต่อมา Moghimi et al. (2020) ศึกษาการใช้รูปแบบ การเลือก การใช้ประโยชน์สูงสุด และการทดแทน (SOC) ในการอธิบายความพึงพอใจในการศึกษาและผลการเรียนของนักศึกษาผ่านความเชื่อในการรับรู้ความสามารถของตนเองที่สูงขึ้น โดยแบ่งการศึกษาเป็น 2 ส่วน ส่วนที่ 1 ศึกษากลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 จำนวน 366 คน ที่ยินยอมจะแสดงผลการเรียนเมื่อได้รับเกรด นักศึกษาจะตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติในการควบคุมตนเอง ความเชื่อในการรับรู้ความสามารถของตนเอง และความพึงพอใจในการเรียน และการศึกษาส่วนที่ 2 เก็บข้อมูลผลการเรียนภายหลังสิ้นภาคการศึกษา กลุ่มตัวอย่างคงเหลือจำนวน 242 คน เนื่องจาก 124 คน ไม่สามารถแสดงผลการเรียนได้ แบบสอบถาม SOC ที่ใช้ในการวิจัยนี้ ได้นำข้อความพื้นฐานด้านละ 12 ข้อ จากแบบสอบถามทั่วไปของ Baltes et al. (1999)แต่นำมาปรับปรุง โดยเพิ่มคำว่า “ในช่วงเวลาการศึกษาของฉัน” ในตอนเริ่มต้นของทุกข้อความ ตัวอย่างข้อความด้านการเลือก ได้แก่ “ในช่วงเวลาการศึกษาของฉัน ฉันใช้พลังทั้งหมดมุ่งไปที่เป้าหมายเพียงไม่กี่อย่างเท่านั้น” แบบสอบถามด้านการเลือกนี้มีค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .71 และ .76 ในการศึกษาส่วนที่ 1 และส่วนที่ 2 ตามลำดับ ตัวอย่างข้อความด้านการใช้ประโยชน์สูงสุด ได้แก่ “ในช่วงเวลาการศึกษาของฉัน ฉันดำเนินการในสิ่งที่วางแผนไว้จนกว่ามันจะบรรลุความสำเร็จ” แบบสอบถามด้านการใช้ประโยชน์สูงสุดมีค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .76 และ .74 ในการศึกษาส่วนที่ 1 และส่วนที่ 2 ตามลำดับ และตัวอย่างข้อความด้านการทดแทน ได้แก่ “ในช่วงเวลาการศึกษาของฉัน เมื่อวิธีการบางอย่างไม่สามารถใช้ได้อีกต่อไป ฉันจะพยายามหาวิธีการอื่นเพื่อให้ประสบผลสำเร็จเหมือนวิธีการเดิม” แบบสอบถามด้านการทดแทนนี้มีค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ .57 และ .60 ในการศึกษาส่วนที่ 1 และส่วนที่ 2 ตามลำดับ ในการวิจัยนี้ยังชี้ให้เห็นว่าการวิเคราะห์ข้อมูล ควรแยกวิเคราะห์ตัวแปรแต่ละองค์ประกอบของเอสไอซี SOC จะทำให้ได้ผลการวิจัยที่ชัดเจนมากกว่าการวิเคราะห์โดยรวม

อย่างไรก็ตาม แม้ว่าแบบสอบถามพื้นฐานดังกล่าวจะมีคุณภาพสูงและใช้ได้อย่างกว้างขวาง แต่จากรายงานความก้าวหน้าของจิตวิทยาตามช่วงวัย Li & Freund (2005) ได้เขียนบทความที่เน้นการศึกษาด้านชีววัฒนธรรม และอิทธิพลส่วนบุคคล โดยสรุปจากหลักฐานเชิงประจักษ์ว่าบุคคลที่มีอายุและสภาพแวดล้อมแตกต่างกันส่งผลต่อการปรับใช้กระบวนการของโมเดล SOC ในการพัฒนาความสำเร็จในชีวิต ความคิด การปรับตัวและเรื่องที่เกี่ยวข้องกับช่วงชีวิตแตกต่างกัน และเสนอแนะว่าการวิจัยในอนาคต ควรเชื่อมโยงวัฒนธรรม ที่มีอิทธิพลต่อบุคคล ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และพัฒนาการตามช่วงอายุให้มากขึ้น ผู้เขียนจึงมีความเห็นว่าเครื่องมือที่เหมาะสมในการวัดลักษณะการบริหารจัดการชีวิตแนวเอสไอซี (SOC) ของนักศึกษา ควรใช้การวัดและประเมินแบบรูบริก (Rubric Scale) ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ให้คะแนนตามเกณฑ์ที่คาดหวัง 3-5 ระดับ โดยมีรายละเอียดและคำอธิบายแตกต่างกันในแต่ละองค์ประกอบ สะท้อนระดับการยอมรับหรือไม่ยอมรับ ตามสถานการณ์ที่กำหนดขึ้นอย่างเฉพาะเจาะจงเพื่อให้ตรงกับเป้าหมายหรือสิ่งที่ต้องการประเมิน ปัจจุบันการวัดแบบรูบริก ถูกนำไปใช้ในการประเมินการเรียนการสอน เนื่องจากมีความยุติธรรมและโปร่งใส สามารถวางเป้าหมายและวิเคราะห์งานตามเกณฑ์ที่กำหนดได้ นอกจากนี้ยังมีการนำไปใช้ในการศึกษาวิจัยด้านอื่น ๆ ที่เน้นประสิทธิภาพด้วย (Chowdhury, 2019) สิ่งที่ต้องคำนึงถึงในการสร้างเครื่องมือวัดแบบรูบริก ได้แก่ 1) เกณฑ์การประเมิน คำจำกัดความ และการให้คะแนนอย่างมีคุณภาพ 2) การออกแบบของแต่ละองค์ประกอบของตัวแปร ต้องมีความแตกต่างกันชัดเจนอย่างชัดเจน และ 3) การรวบรวมแต่ละองค์ประกอบเข้าด้วยกัน

ดังนั้น ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือวัดการบริหารจัดการชีวิตแนวเอสโอซี (SOC) ของนักศึกษาแบบรูบริก ได้แก่ การกำหนดนิยามของการบริหารจัดการชีวิตแนวเอสโอซี (SOC) ของนักศึกษา ทั้ง 4 ด้าน คือ 1) ด้านการปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น หมายถึง การเลือกที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลหรือสภาพแวดล้อมที่ตนพึงพอใจ ใช้ประโยชน์จากการเลือกนั้นให้ได้อย่างเต็มที่ และอาจมีการปรับเปลี่ยนวิธีการอยู่ร่วมกับบุคคลหรือสภาพแวดล้อม เพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามที่ตั้งใจไว้ 2) ด้านการจัดการความเครียดและความวิตกกังวล หมายถึง การเลือก วิธีการควบคุมอารมณ์ของตนเอง เพื่อป้องกันหรือลดความเครียดและความวิตกกังวลที่อาจส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต ตลอดจนแสวงหาวิธีการอื่นๆ มาทดแทนตามความเหมาะสม 3) ด้านความสามารถในการฟื้นฝ่าอุปสรรค หมายถึง การเลือกวิถีปฏิบัติตน เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหาอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้น นำวิธีการที่เลือกนั้นมาปฏิบัติให้เกิดความปลอดภัยแก่ชีวิตและทรัพย์สินของตนเอง และสามารถหาวิธีการปรับเปลี่ยนการแก้ไขปัญหได้ตามสถานการณ์ เพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ได้ และ 4) ด้านความมุ่งมั่นและมีวินัยในการเรียนรู้ หมายถึง การเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับศักยภาพของตนเอง ร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ ใช้ความขยันหมั่นเพียร ความพยายามอย่างเต็มที่ และรู้จักปรับเปลี่ยนวิธีการเรียนรู้เพื่อให้ประสบความสำเร็จในการศึกษาตามเป้าหมาย การออกแบบข้อคำถามโดยสร้างจากสถานการณ์ที่เกี่ยวข้อง การออกแบบคำตอบที่สะท้อนว่านักศึกษามีการเลือก (Selection) ในระดับใด มีการใช้ประโยชน์สูงสุด (Selection) ในระดับใด และมีการทดแทน (Compensation) ในระดับใด โดยแต่ละข้อมีเกณฑ์คะแนน 3 ระดับ ให้เลือกตอบ การวัดในลักษณะดังกล่าวนี้ คาดว่าจะเป็นประโยชน์ในการประเมินการบริหารจัดการชีวิตแนวเอสโอซี (SOC) ของนักศึกษากลุ่มต่างๆ ในบริบทที่แตกต่างกัน ให้ได้ผลที่ชัดเจนมากขึ้น และผลที่ได้นั้นสามารถช่วยแก้ปัญหาได้ตรงตามวัตถุประสงค์อย่างแท้จริง

บทสรุป

การบริหารจัดการชีวิตแนวเอสโอซี (SOC) ของนักศึกษา เกิดจากการศึกษาข้อมูลเชิงประจักษ์และผลการวิจัยสรุปเป็นลักษณะการบริหารจัดการชีวิต 4 ด้าน ได้แก่ การปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น การจัดการความเครียดและความวิตกกังวล ความสามารถในการฟื้นฝ่าอุปสรรค และความมุ่งมั่นและมีวินัยในการเรียนรู้ เมื่อนำมาใช้ร่วมกับโมเดล SOC ได้แก่ การเลือก (S: Selection) การใช้ประโยชน์สูงสุด (O: Optimization) และการทดแทน (C: Compensation) จึงนับว่าเป็นแนวทางในการศึกษาการบริหารจัดการชีวิตของนักศึกษาที่ครอบคลุม ทั้งพฤติกรรม สภาพจิตใจภายในส่วนบุคคล สภาพแวดล้อมภายนอกที่เกี่ยวข้องมากที่สุด นอกจากนั้น แนวทางการวัดและประเมินแบบรูบริก (Rubric Scale) ที่ออกแบบตามสถานการณ์อย่างเฉพาะเจาะจง และประเมินการแสดงผลตามเกณฑ์ที่คาดหวัง 3-5 ระดับ สามารถนำไปใช้ในการศึกษาวิจัยกับนักศึกษากลุ่มต่าง ๆ เช่น นักศึกษาชั้นปีที่ 1 นักศึกษาที่ผลการเรียนต่ำ นักศึกษาต่างชาติ เป็นต้น โดยคาดว่าผลการศึกษาวิจัยจะเป็นประโยชน์ในการวางแผนแก้ไขปัญหเฉพาะกลุ่ม หรือนำไปใช้พัฒนานักศึกษาได้ตรงตามวัตถุประสงค์มากยิ่งขึ้น และคาดหวังว่าเมื่อนักศึกษาสามารถบริหารจัดการชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุขแล้ว ก็จะประสบความสำเร็จและก้าวไปสู่ผู้ใหญ่อที่มีคุณภาพต่อไปในอนาคต ดังนั้น จึงควรส่งเสริมให้มีการศึกษาการบริหารจัดการชีวิตแนวเอสโอซี (SOC) ในนักศึกษากลุ่มต่าง ๆ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลและสังคมต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- สำนักงานปลัดกระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม. (2562). *สถิติอุดมศึกษา ปีการศึกษา 2561*. กรุงเทพมหานคร: ซีโน พับลิชชิ่ง แอนด์ แพคเกจจิ้ง จำกัด.
- สำนักงานสภานโยบายการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรมแห่งชาติ. (2562). *พระราชบัญญัติการอุดมศึกษา พ.ศ. 2562*. สืบค้น 13 มิถุนายน 2562, จาก <https://www.nxpo.or.th/th/>
- เพาพะงา จิตต์สวาสดี. (2012). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยของนิสิตหลักสูตรการศึกษาระดับบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศึกษา (หลักสูตร 5 ปี) คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวังมณี กรุงเทพมหานคร (สารนิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.*
- สุริยัน อันทองทิม และคณะ. (2560). การปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษา ภายในเขต อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย. *วารสารสมาคมสถาบันอุดมศึกษาเอกชนแห่งประเทศไทย ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี*, 23, 18 - 25.
- ธนิตา ชีรัตน์. (2554). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ (สารนิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี ปทุมธานี ประเทศไทย.
- ธัญญารัตน์ จันทร์เสนา. (2555). *ความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (ปริญญาโท) (สารนิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- Baltes, M. M., & Lang, F. R. (1997). Everyday functioning and successful aging: The impact of resources. *Psychology and Aging*, 12, 433.
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). *Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation*. In P. B. Baltes & M. M. Baltes (Eds.), *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences* (p. 1–34). Cambridge University Press.
- Baltes, P.B., Baltes, M.M., Freund, A.M. & Lang, F.R. (1999). The measurement of selection, optimization, and compensation (SOC) by self report. *Technical Report · January 1999*. Max-Planck-Institut für Bildungsforschung, Materialien aus der Bildungsforschung, v.66.
- Center for Lifespan Psychology. (2004). *Annual Report. Max Planck Institute for Human Development*. Berlin: DruckVerlag Kettler GmbH.
- Chowdhury, F. (2019). Application of rubrics in the classroom: A vital tool for improvement in assessment, feedback and learning. *International Education Studies*, 12, 61-68.
- Freund, A. M., & Baltes, P. B. (2002). Life-management strategies of selection, optimization and compensation: Measurement by self-report and construct validity. *Journal of personality and social psychology*, 82, 642.

- Geldhof, G. J., Gestsdottir, S., Stefansson, K., Johnson, S. K., Bowers, E. P., & Lerner, R. M. (2015). Selection, optimization, and compensation: The structure, reliability, and validity of forced-choice versus Likert-type measures in a sample of late adolescents. *International Journal of Behavioral Development, 39*, 171-185.
- Lerner, R. M., Freund, A. M., De Stefanis, I., & Habermas, T. (2001). Understanding developmental regulation in adolescence: The use of the selection, optimization, and compensation model. *Human Development, 44*, 29-50.
- Li, S. C., & Freund, A. M. (2005). Advances in lifespan psychology: a focus on bicultural and personal influences. *Research in Human Development, 2*, 1-23.
- Moghimi, D., Van Yperen, N. W., Sense, F., Zacher, H., & Scheibe, S. (2020). Using the selection, optimization, and compensation model of action-regulation to explain college students' grades and study satisfaction. *Journal of Educational Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/edu0000466>
- Dawson, P. (2017). Assessment rubrics: towards clearer and more replicable design, research and practice. *Assessment & Evaluation in Higher Education, 42*, 347-360.
-

รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์

A LEARNING MODEL ON COGNITIVE PSYCHOLOGY, EXPERIENTIAL LEARNING, AND COGNITIVE STRATEGY

Received: May 30, 2020

Revised: Aug 29, 2020

Accepted: Sep 24, 2020

เนาวรัตน์ นาคสุข^{1*} ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา² ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์³
Naowarat Naksuk^{1*} Prasarn Malakul Na Ayudhaya² Pongpan Kirdpitak³

¹⁻³จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์, มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
¹⁻³Psychology for Developing Human Potentials, Kasem Bundit University

* Corresponding Author, E-mail: na_na433@hotmail.com

บทคัดย่อ

รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์ เป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่มีหลักและวิธีการตามแนวคิดทางจิตวิทยา 3 ทฤษฎี ได้แก่ 1) ทฤษฎีการรู้คิด ซึ่งมีหลักการที่สำคัญ คือ เป็นการเรียนรู้ของกระบวนการทางปัญญาที่จะนำไปสู่การปฏิบัติงาน ให้ประสบความสำเร็จ และมีแนวคิดที่สำคัญ คือ มุ่งเน้นให้บุคคลสามารถสร้างความรู้ด้วยตนเองจากความรู้เดิมและความรู้ใหม่ มุ่งเน้นให้เกิดความกระตือรือร้น มีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเองอย่างจริงจัง เป็นกระบวนการรับรู้ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการแสดงออก รวมไปถึงการทำงานของสมองระดับสูง คือ การคิด การตัดสินใจ การแก้ปัญหา และการวางแผนการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ 2) การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ซึ่งมีหลักการที่สำคัญ คือ เป็นวิธีการเรียนรู้จากประสบการณ์ทั้งหมด ด้วยการฝึกปฏิบัติแก้ปัญหาจากประสบการณ์เดิมจนนำไปสู่การประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานอย่างเชี่ยวชาญ จนกระทั่ง สามารถสร้างความรู้เป็นประสบการณ์ใหม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ มีแนวคิดที่สำคัญคือ มุ่งเน้นการสร้างการเรียนรู้ใหม่ที่เกิดจากประสบการณ์เดิมในการปฏิบัติงานจริง ให้เกิดการสะท้อนคิด พิจารณาอย่างมีเหตุมีผล การประยุกต์ใช้ความรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และการใช้วิจารณ์ญาณในการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปฏิบัติ และ 3) การคิดเชิงกลยุทธ์ ซึ่งมีหลักการที่สำคัญ คือ เป็นแผนงานวิธีการที่เกิดจากความสามารถทางการคิดของบุคคลในการหาทางเลือกที่ดีที่สุด ที่จะทำให้การทำงานสำเร็จตามเป้าหมาย โดยมีขั้นตอนการดำเนินการ 4 ขั้นตอนคือ 1) ขั้นเริ่มต้น 2) ขั้นตอนการดำเนินการ 3) ขั้นสรุปผล และ 4) ขั้นการประเมินผล

คำสำคัญ: รูปแบบการเรียนรู้, จิตวิทยาการรู้คิด, การเรียนรู้เชิงประสบการณ์, การคิดเชิงกลยุทธ์

Abstract

A learning model on cognitive psychology, experiential learning, and cognitive strategy consists of principles and methods of psychological concepts relating to 3 theories: 1) cognitive psychology with main principles in learning style of intellectual process leading to successful implementation emphasizing on capability to build intellect from existing knowledge and new knowledge to generate thoughts, enthusiasm, learning responsibility conscientiously, and cognitive process that causes expression behavior including the work of a high level of brain namely thinking, problem solving, decision making, efficient work planning and focus on work with concentration on event planning and work evaluation toward definite goals; 2) experiential learning with main principles in learning from entire experiences, exchange of experiences by practicing problem solving from previous experiences towards effective creation of new experiences, the main concepts focus on building new learning from previous experiences to real practices, learning by review of existing knowledge to reflect, consider reasonably and apply to work effectively including exchange of experiences and judgment in applying learning to practice; and 3) cognitive strategy with main principles in methodological planning from cognitive ability of a person to select best alternative to successfully achieve target. The model presents 4 steps of procedures in terms of 1) start stage, 2) implementation stage, 3) conclusion stage, and 4) evaluation stage.

Key words: Learning model, Cognitive learning, Experiential learning, Cognitive strategy

บทนำ

การพัฒนาตนเอง และการพัฒนาการทำงาน เป็นสิ่งที่ต้องกระทำอยู่ตลอดเวลา เพื่อให้ก้าวทันความเจริญของวิทยาการและเทคโนโลยีที่มีความก้าวหน้าเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว โดยที่บุคคลจำเป็นต้องพัฒนาตนเองให้มีความรอบรู้ที่กว้างขวาง ถูกต้องและทันสมัย ทั้งทางทฤษฎีและวิธีปฏิบัติ ส่วนการพัฒนาการทำงานนั้น ย่อมเป็นผลสืบเนื่องมาจากการพัฒนาตนเอง กล่าวคือ การจะพัฒนาการทำงานให้ประสบความสำเร็จต้องมีหลักคิด และหลักปฏิบัติประกอบกัน หลักประการแรกคือ หลักความคิด ซึ่งการทำความคิดให้กระจ่างจะเป็นเครื่องช่วยให้ใช้ความรู้ได้ถูกต้อง เนื่องจากการมีความคิดที่ใช้พิจารณาการใช้ความรู้ให้ถูกต้องย่อมทำงานได้ผลถูกต้องด้วยเช่นกัน ส่วนหลักการที่สองคือ หลักปฏิบัติ ซึ่งเป็นการปฏิบัติงานที่นำเอาความรู้ที่มีแบบแผน วิธีการ และความถูกต้องอันเป็นพื้นฐานจากประสบการณ์ของผู้ปฏิบัติที่นำมาใช้เป็นกลยุทธ์ที่ใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติงานเพื่อบรรลุความสำเร็จของงานและแก้ปัญหาได้อย่างแท้จริง ซึ่งเมื่อพิจารณาจากสภาพการณ์การแข่งขันในปัจจุบันที่นับวันยิ่งทวีความรุนแรงและเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว การที่องค์กรมีบุคลากรที่มีการพัฒนาทั้งตนเอง และพัฒนาการทำงานอยู่เสมอจะมีส่วนช่วยให้องค์กรสามารถแข่งขันได้ และ

เพื่อให้มั่นใจว่าการแข่งขันสามารถทำได้อย่างต่อเนื่องและยั่งยืน องค์กรจำเป็นต้องพร้อมรับการปรับตัวดังกล่าว จึงเป็นความต้องการจำเป็นอย่างยิ่ง ที่การพัฒนาบุคลากรที่นับว่าเป็นทรัพยากรที่สำคัญที่สุดขององค์กรให้มีการพัฒนาทั้งตนเอง และพัฒนาการทำงานอย่างต่อเนื่อง ซึ่งหลักการพัฒนาดังกล่าวสามารถนำรูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์มาปรับใช้ในการพัฒนาบุคลากรขององค์กรต่อไป

1. รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยา

1.1 ความหมายของรูปแบบการเรียนรู้

การเรียนรู้เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างต่อเนื่องอันเนื่องมาจากประสบการณ์ และการฝึกปฏิบัติอย่างต่อเนื่องจนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ค่อนข้างมั่นคงและถาวร (ไพบูลย์ เทวรักษ์, 2540: 10)

Keefe (1979a: 4) กล่าวว่า รูปแบบการเรียนรู้ หมายถึง ลักษณะทางกายภาพ ความคิดและความรู้สึกที่บุคคลใช้ในการรับรู้ ตอบสนอง และมีปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางการเรียนค่อนข้างคงที่

Bower & Hilgard (1981: 11) อธิบายว่า รูปแบบการเรียนรู้ หมายถึง การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้กระทำในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง อันมีเหตุผลมาจากการใช้ประสบการณ์ซ้ำ ๆ ในสถานการณ์นั้น ๆ ของบุคคลในการแสดงพฤติกรรม

Smith & Renzulli (1984: 45) ได้อธิบายว่า รูปแบบการเรียนรู้ เป็นลักษณะของยุทธศาสตร์ทางการเรียนรู้ที่นักเรียนชอบใช้ในการเรียน

Felder (1993: 289) กล่าวว่า รูปแบบการเรียนรู้ หมายถึง ลักษณะและวิธีการที่ผู้เรียนแต่ละคนใช้ในการเรียนรู้ การคิดหรือการแก้ปัญหาซึ่งสังเกตได้จากวิธีการรับและการจัดกระทำข้อมูล

Riding & Rayner (1998: 74) กล่าวว่า รูปแบบการเรียนรู้ หมายถึง วิธีการที่ผู้เรียนใช้ในการจัดการหรือการตอบสนองในการทำกิจกรรมการเรียน เพื่อให้เหมาะสมกับสถานการณ์ และงานในขณะนั้น ๆ ประกอบด้วย รูปแบบการคิด และกลยุทธ์การเรียนรู้

ทิสนา แคมมณี (2560: 3-4) กล่าวว่า รูปแบบการเรียนรู้ หมายถึง สภาพหรือลักษณะของการจัดการเรียนรู้ที่จัดขึ้นอย่างมีระบบระเบียบ มีแบบแผนตามหลักปรัชญา ทฤษฎี หลักการ แนวคิด หรือความเชื่อต่าง ๆ โดยอาศัยวิธีสอนและเทคนิคการสอนเข้ามาช่วยให้สภาพการเรียนการสอนนั้นเป็นไปตามหลักการที่ยึดถือ

สรุปได้ว่า รูปแบบการเรียนรู้ หมายถึง กรอบแบบแผนการจัดการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ ตามทฤษฎี หลักการ แนวคิดและเทคนิค โดยมีการจัดกระบวนการหรือขั้นตอน เพื่อให้เกิดความเข้าใจ และเกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์

1.2 รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยา

รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยา เป็นโครงสร้างที่มีหลักการและวิธีการตามแนวคิดทางจิตวิทยาในการเรียนรู้ ที่ใช้ในการตอบสนองต่อกิจกรรมเพื่อให้เหมาะสมกับสถานการณ์ในการรับรู้ การคิดเพื่อนำไปปฏิบัติให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ โดยได้มีนักวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมายไว้อย่างน่าสนใจดังนี้

วรรณิ ลิ้มอักษร (2551: 2-3) ได้ให้ความหมายว่า เป็นกระบวนการเรียนรู้ การพัฒนากระบวนการทางความคิด และโครงสร้างของความรู้ที่เกิดขึ้นในตัวผู้เรียน ตลอดจนการจัดสภาพแวดล้อมและบรรยากาศของการเรียนรู้ที่เหมาะสม การเรียนรู้ทางจิตวิทยาสอดคล้องอยู่ระหว่างการสอนกับการเรียนรู้ โดยประสบการณ์ ที่จัดให้มันจะส่งผลให้มีการเรียนรู้เกิดขึ้น มีการเปลี่ยนแปลงความรู้ ตลอดจนมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเกิดขึ้นในตัวผู้เรียนเป็นลักษณะการจัดสถานการณ์ภายนอกไปกระตุ้น สนับสนุน หรือส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้เกิดขึ้น

สุรางค์ โค้วตระกูล (2553: 1) ได้ให้ความหมายว่า เป็นกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ที่ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการเรียนรู้และ พัฒนาการของผู้เรียนในสภาพการเรียนการสอนหรือในชั้นเรียน เพื่อค้นคิดทฤษฎีและหลักการที่จะนำมาช่วยแก้ปัญหาทางการศึกษาและ ส่งเสริมการเรียนรู้ให้มีประสิทธิภาพ

นุชลี อุปภัย (2556: 3) ได้ให้ความหมายว่า เป็นกรอบในการเรียนรู้เพื่อนำมาใช้ในการดำเนินการเรียน การสอนให้มีประสิทธิภาพ โดยอาศัยแนวคิดและทฤษฎีทางจิตวิทยามาเป็นพื้นฐานในการสร้างสรรค์การสอนให้เกิดคุณค่าและเกิดประโยชน์สูงสุดแก่ผู้เรียน

ชาติชาย ม่วงปฐม (2557: 6) ให้ความหมายว่า โครงสร้างของการเรียนรู้ที่มีกระบวนการและแนวคิดทางจิตวิทยาที่มีบทบาทสำคัญมากในการอธิบายการเรียนรู้ของคน

สรุปได้ว่า รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยา เป็นแบบแผนการจัดการเรียนรู้ที่มีหลักการ วิธีการ และขั้นตอนในการเรียนรู้โดยอาศัยแนวคิดและทฤษฎีทางจิตวิทยามาประยุกต์ใช้ในการเรียนรู้

2. จิตวิทยาการรู้คิด (Cognitive learning)

2.1 ความหมายของจิตวิทยาการรู้คิด

จิตวิทยาการรู้คิด (Cognitive psychology) เป็นทฤษฎีที่เน้นการศึกษาทางความคิดเกี่ยวกับการรับรู้ การตีความ และการเก็บข้อมูลไว้ในความทรงจำเพื่อนำไปใช้ในการกระทำและการแก้ปัญหาต่าง ๆ โดยนักวิชาการได้ให้ความหมายไว้ดังนี้

Schunk (2004: 225) ได้ให้ความหมายของจิตวิทยาการรู้คิดว่าหมายถึง วิธีการเรียนรู้ของระบบปัญญาที่จะนำไปสู่การปฏิบัติงานหรือกิจกรรมต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จ ซึ่งประกอบไปด้วยกิจกรรมทางปัญญา ได้แก่ การเลือกและจัดการข้อมูล การเชื่อมโยงข้อมูลใหม่กับข้อมูลเดิมในหน่วยความทรงจำ และการสร้างความหมายให้แก่ข้อมูลใหม่ที่ได้รับ

Dalziel, Grismer & Thompson (2008: 2) ได้ให้ความหมายของจิตวิทยาการรู้คิด หมายถึง วิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลาย ๆ วิธีการที่สนับสนุนผู้เรียนสามารถควบคุม และนำการกระทำของตนให้บรรลุเป้าหมายในการเรียนรู้หรือสามารถปฏิบัติภาระงานต่าง ๆ ทางวิชาการ (academic tasks) ได้สำเร็จ

Tuckman & Monetti (2011: 285) ได้ให้ความหมายการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด หมายถึง กลวิธีที่เป็นระบบที่ผู้เรียนใช้ในการทำให้ข้อมูลมีความหมาย ประกอบด้วย การเข้ารหัส (coding) และเก็บรวบรวม (storing) ข้อมูลในหน่วยความทรงจำระยะยาว รวมทั้งกระบวนการในการเรียกข้อมูลกลับคืน (retrieving) กระบวนการในการเลือกข้อมูล (selecting) การจัดการข้อมูล (organizing) และการผสมผสานข้อมูล (integrating) เพื่อนำมาใช้ประโยชน์ในลักษณะต่าง ๆ

สอรานค์ ไคว์ตระกูล (2553: 197-198) ได้ให้ความหมายของจิตวิทยาการรู้คิด ว่าหมายถึง กระบวนการคิดทุกชนิดที่เริ่มตั้งแต่ความใส่ใจ (Attending) การรับรู้ (Perception) การระลึกได้หรือจำได้ (Remembering) การคิดอย่างมีเหตุผล (Reasoning) การจินตนาการหรือการวาดภาพในใจ (Imaging) การคาดการณ์ล่วงหน้าหรือการมีแผนรองรับกับสิ่งที่เกิดขึ้น (Anticipating) การตัดสินใจ (Deciding) การแก้ปัญหา (Problem Solving) การสื่อสารแลกเปลี่ยนความคิดเห็น

จุฑามาศ แหนจอน (2561: 5) ได้ให้ความหมายของจิตวิทยาการรู้คิด ว่าหมายถึง กระบวนการทำงานของสมองด้านการรู้คิด ได้แก่ การรับรู้ ความสนใจจดจ่อ ภาษา ความจำ ความรู้ การจินตนาการ การคิดแก้ปัญหา การให้เหตุผล และการตัดสินใจ โดยใช้กระบวนการทางวิทยาศาสตร์

สรุปได้ว่าการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด เป็นการศึกษากระบวนการทางความคิดเกี่ยวกับการรับรู้ ความจำ การแก้ปัญหา การคิดสร้างสรรค์ ความสนใจ การรับรู้ ความจำ การคิด และตัดสินใจเพื่อแก้ปัญหาอย่างใดอย่างหนึ่ง

2.2 แนวคิดทฤษฎีจิตวิทยาการรู้คิด (Cognitive theories)

ทฤษฎีการรู้คิด เป็นทฤษฎีการเรียนรู้กลุ่มพุทธินิยม ที่เน้นการรู้คิด เป็นกระบวนการทางสติปัญญา ในการสร้างความรู้ ความเข้าใจให้แก่ตนเองโดยมีการรับข้อมูล รวมถึงการมีพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งเร้า การสร้างความสัมพันธ์และความหมายของข้อมูล และการดึงข้อมูลออกมาใช้ในการกระทำและการแก้ปัญหาต่าง ๆ ทฤษฎีที่สำคัญในกลุ่มนี้ มีหลายทฤษฎี เช่น ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญา (Theory of Cognition Development) ของ Jean Piaget, Jerome S. Bruner และ Robert M. Gagne ทฤษฎีสรคานิยม (Constructivism) ของ Lev S. Vygotsky ทฤษฎีการเรียนรู้ที่มีความหมาย (A Theory of Meaningful Verbal Learning) ของ David Ausubel (ราชบัณฑิตยสถาน. 2556: 95)

นักวิชาการกลุ่มจิตวิทยาการรู้คิด (Cognitive Psychology) ได้อธิบายว่า สติปัญญานั้นเปลี่ยนแปลงไปตามการเจริญเติบโตของร่างกายและประสบการณ์ที่เพิ่มขึ้นตามวัย และเชื่อว่ามนุษย์เป็นผู้กระทำต่อสิ่งแวดล้อมมากกว่าทำตามสิ่งแวดล้อม เพราะมนุษย์มีจิตอัจฉริยะ หรือปัญญาจากการทำงานของสมองชั้นสูงของมนุษย์ จึงทำให้มนุษย์สามารถจัดการกับข้อมูลที่เข้ามาในสมองและคิดสร้างเป็นผลผลิตในการดำรงชีวิตหรือปรับตัวเข้ากับสิ่งต่าง ๆ ได้

Winne (1985) สรุปว่า วัตถุประสงค์ของจิตวิทยาการรู้คิด คือ 1) เน้นการเข้าถึงความรู้และภายในโครงสร้างทางจิต 2) มุ่งเน้นไปในแนวความคิดของผู้เรียน 3) กระบวนการเรียนรู้ข้อมูลจะได้รับการจัดเก็บและเรียกใช้ตามสถานการณ์ที่จำเป็น 4) มุ่งเน้นวิธีการที่แท้จริงขององค์ความรู้ สามารถเปลี่ยนแปลงผู้เรียนโดยการใช้กระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสม

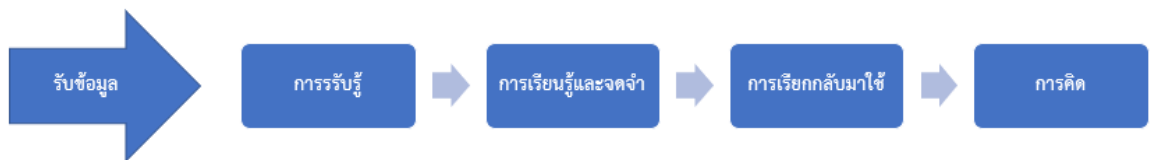
Shuell (1986) เสนอว่า วัตถุประสงค์ของจิตวิทยาการรู้คิด คือ เพื่อเสริมสร้างให้ผู้เรียนมีแรงจูงใจภายใน ค้นพบคุณค่าของความสามารถของ โดยสามารถนำทักษะต่าง ๆ ที่ตนมีอยู่มาใช้เพื่อบรรลุเป้าหมายตามที่ต้องการ ดังนี้ 1) เน้นบทบาทในการปฏิบัติที่สามารถแสดงความคิดเห็นและตรวจสอบได้ 2) การเรียนรู้มุ่งเน้นไปที่กิจกรรมทางความคิด เพื่อในผู้เรียนนำไปสู่การตอบสนองและกระบวนการคิด สร้างเป้าหมายและกลยุทธ์ของผู้เรียนได้

Shaw (1996: 175 -204) ได้กล่าวถึงแนวคิดจิตวิทยาการรู้คิดว่า เป็นกระบวนการที่เน้นการสร้างความรู้หรือความคิด (Ideas) ด้วยการสร้างหรือทำบางสิ่งบางอย่างของผู้เรียนที่ไม่เป็นเพียงผู้รับข้อมูลแต่เป็นผู้พยายามสร้างข้อมูลนั้นด้วยตนเอง ดังนั้นรูปแบบการเรียนรู้ตามทฤษฎีปัญญานิยมจึงให้

ความสำคัญกับการทบทวนเพื่อแก้ไขข้อผิดพลาดต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้และพยายามที่จะแสดงให้เห็นว่าองค์ความรู้ที่จะได้รับนั้น ได้จากการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นและจากการสร้างหรือทำบางสิ่งบางอย่างทำให้เราได้ข้อค้นพบและพัฒนาเป็นความรู้อันเกิดจากการเรียนรู้ด้วยตนเอง

Guzdial (1997) อธิบายถึงแนวคิดของจิตวิทยาการรู้คิด ว่าเป็นกระบวนการเน้นให้ผู้เรียนต้องใช้ความคิด มีความกระตือรือร้น มีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเองอย่างจริงจังและประจักษ์ชัดว่าตนเองรู้เพียงพอแล้ว รวมทั้งสามารถใช้สิ่งที่สร้างขึ้นมานั้นเป็นเป้าหมายสำหรับการสร้างสรรค์ความคิดใหม่ ๆ ต่อไปไม่มีที่สิ้นสุด

Groome et al. (2014) ได้อธิบายแนวคิดของจิตวิทยาการรู้คิดไว้ว่า เป็นขั้นตอนของการประมวลผลทางปัญญา (Stage of Cognitive process) ประสาทสัมผัสการรับรู้ข้อมูล (Input) รับและวิเคราะห์เนื้อหาที่รับเข้ามา (Perception) นำไปสู่การเรียนรู้และการจำ (Learning and memory storage) และการเรียกความจำกลับมาใช้ (Retrieval) เพื่อนำไปสู่กระบวนการคิด (Thinking)



ภาพ 1 แสดงขั้นตอนการประมวลผลทางปัญญา

ที่มา : An Introduction to Cognitive Psychology, by D. Groome et al., 2014, New York : Psychology Press.

จุฑามาศ แหนจอน (2561: 63) ได้อธิบายแนวคิดของจิตวิทยาการรู้คิด เป็นการศึกษากระบวนการเรียนรู้ของมนุษย์เริ่มตั้งแต่การรับรู้ (Perception) ความสนใจจดจ่อ (Attention) การเก็บรักษาความจำ (Memory) ผ่านจินตภาพ (Visual imagery) การเรียกคืนความจำที่ได้เก็บไว้ในอดีตกลายเป็นความรู้และนำไปคิดแก้ปัญหา ให้เหตุผล และตัดสินใจ รวมทั้งการใช้ภาษาสื่อสารกับตนเองและผู้อื่น กระบวนการเหล่านี้จะเกิดขึ้นไม่ได้หากขาดการรับรู้ต่อข้อมูลต่าง ๆ ที่ผ่านประสาทสัมผัสทั้งห้า แปลความหมายข้อมูลและนำไปใช้ในกระบวนการคิดอื่น ๆ ต่อไป

สรุปได้ว่า จิตวิทยาการรู้คิด มีแนวคิดจากทฤษฎีพุทธิปัญญา (Cognitive Theory) ซึ่งมุ่งเน้นให้บุคคลสามารถสร้างความรู้ด้วยตนเองจากความรู้เดิมและความรู้ใหม่ มุ่งเน้นให้เกิดความคิด มีความกระตือรือร้น มีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเองอย่างจริงจัง เป็นกระบวนการรับรู้ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการแสดงออก รวมไปถึงการทำงานของสมองระดับสูง คือ การคิด การแก้ปัญหา การตัดสินใจ การวางแผนการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน โดยการมีสมาธิในการวางแผนการงาน การประเมินผลงานให้มีการตอบสนองต่อเป้าหมายที่ชัดเจน

3. การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Experiential learning)

3.1 ความหมายของการเรียนรู้เชิงประสบการณ์

การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ เป็นกระบวนการที่ผู้เรียนนำประสบการณ์เดิมที่มีอยู่มาเรียนรู้เพื่อสร้างเป็นประสบการณ์ใหม่ โดยมีนักวิชาการให้ความหมายไว้ดังนี้

Kolb (1984) ได้ให้ความหมายการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ว่าหมายถึง กระบวนการเรียนรู้เกิดขึ้นจากสิ่งต่าง ๆ ที่บุคคลได้รับจากประสบการณ์

Burnard (1996) ได้ให้ความหมายการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ว่าหมายถึง การเรียนรู้โดยการกระทำ การคิดทบทวนเกี่ยวกับการกระทำ หรือการเรียนรู้โดยการเข้าไปเกี่ยวข้องกับสถานการณ์ต่าง ๆ หรือโดยการสังเกตผู้อื่น ซึ่งอาจเกิดขึ้นในการดำเนินชีวิต การทำงาน และการศึกษา

Beard & Wilson (2006) ได้ให้ความหมายการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ว่าหมายถึง การเรียนรู้ความเข้าใจอย่างชัดเจนลึกซึ้ง (insight) จากการผ่านกระบวนการภายในตน (internalization) ทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว (conscious or unconscious) เป็นประสบการณ์ที่สร้างขึ้นจากพื้นฐานประสบการณ์เดิมที่เคยได้รับหรือความรู้นั้นเอง

สมศักดิ์ ภูวิภาดาธรรม (2544: 39-40) ได้ให้ความหมายการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ว่าหมายถึง การเรียนรู้จากการได้ลงมือปฏิบัติจริง โดยผู้เรียนได้มีโอกาสรับประสบการณ์ แล้วได้รับการกระตุ้นให้สะท้อนสิ่งต่าง ๆ (Reflection) ที่ได้จากประสบการณ์ออกมาเพื่อพัฒนาทักษะใหม่ๆ เจตคติใหม่ๆ ๆ หรือวิธีการคิด ใหม่ ๆ

ภูธนวรรณ์ จันชومی (2561: 77) การเรียนรู้จากประสบการณ์ (Experiential learning) เป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่เกิดจากการพัฒนามโนทัศน์แห่งตน เป็นการเรียนรู้ที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จากกิจกรรมหรือการปฏิบัติซึ่งเป็นประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรมผ่านการสะท้อนประสบการณ์ (Reflection) การคิดวิเคราะห์ และการสรุปเป็นความคิดรวบยอด (Abstract conceptualization) เพื่อนำไปสู่ความรู้ความเข้าใจเชิงนามธรรม และการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จริง โดยผู้เรียนมีความพร้อมที่จะเรียนรู้ มีความผันแปรและพลวัตต่อการเรียนรู้ (Dynamic) ประสบการณ์ที่สั่งสมมาเป็นแหล่งทรัพยากรอันทรงคุณค่าของการเรียนรู้จากประสบการณ์และเป็นพื้นฐานที่เปิดกว้างต่อการเรียนรู้สิ่งใหม่

ทิตินา แคมมณี (2562: 130) ได้ให้ความหมายการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ว่าหมายถึง การดำเนินการอันจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามเป้าหมายโดยให้ ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ (experience) ที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ในเรื่องที่เรียนรู้อีก่อน แล้วจึงให้ผู้เรียนย้อนไปสังเกต ทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้นและนำสิ่งที่เกิดขึ้นมาคิดพิจารณาไตร่ตรองร่วมกันจนกระทั่งผู้เรียนสามารถสร้างความคิดรวบยอดหรือสมมติฐานต่าง ๆ ในเรื่องที่เรียนรู้แล้วจึงนำความคิด หรือสมมติฐานเหล่านั้นไปทดลองหรือประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ใหม่ ๆ ต่อไป

สรุปได้ว่า การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ หมายถึง กระบวนการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการเรียนรู้ จากการปฏิบัติจริง โดยนำความรู้เดิมของแต่ละบุคคลมาทบทวน การสะท้อนคิด การพิจารณาอย่างมีเหตุผล ให้ความหมายและสร้างเป็นความรู้ใหม่ของตน และประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานเพื่อแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3.2 แนวคิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์

การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ เป็นลักษณะบูรณาการแบบองค์รวม ที่มีแนวคิดในเรื่องประสบการณ์ การรับรู้ ความรู้ และพฤติกรรม ดังนั้นการเรียนรู้เชิงประสบการณ์จึงเป็นการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง ซึ่งรวมทั้งความรู้และทักษะที่ได้รับจากประสบการณ์จริงในชีวิต และจากการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง

Kolb (1984: 45) ได้เสนอการเรียนรู้จากประสบการณ์ว่าเป็นกระบวนการที่เกิดในตัวผู้เรียนเป็นวงจรแห่งการเรียนรู้ โดยการเรียนรู้จะเริ่มจากจุดใดจุดหนึ่งของวงจรแห่งการเรียนรู้ก็ได้ แต่ต้อง

ดำเนินการให้ครบวงจรแห่งการเรียนรู้ ซึ่งรูปแบบการเรียนรู้จากประสบการณ์ของ Kolb เสนอได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวาง รายละเอียดของวงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์มี ดังนี้

1. **ขั้นสร้างประสบการณ์ (Concrete Experience)** เป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อผู้เรียน เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่เป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ประสบการณ์จะนำไปสู่การรวบรวมความสามารถในการจัดการที่ยิ่งใหญ่ เป็นความสัมพันธ์ที่มีค่าซึ่งประสบการณ์อาจจะมีผลกระทบต่อ การเรียนรู้ได้ทั้งการยอมรับและการปฏิเสธ

2. **ขั้นสังเกตปฏิกริยาตอบสนอง (Reflective Observation)** เป็นการเรียนรู้ที่ดีที่สุดโดยการให้ผู้เรียนได้มีการสะท้อนกลับ มีการไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับ เพื่อนำไปใช้ในการพิจารณาว่าสิ่งใดเป็นประโยชน์ หรือไม่เป็นประโยชน์

3. **ขั้นสร้างมโนทัศน์เชิงนามธรรม (Abstract Conceptualization)** เป็นการรวบรวมความรู้เพื่อสร้างกรอบแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดอื่น ๆ ที่ได้จากประสบการณ์ในอดีตและความรู้ที่ได้จากกระทำ หรือได้รับมาก หรือการได้รับความรู้จากข้อมูล จากครูผู้สอน การสนทนาพูดคุย แล้วนำมา กำหนดเป็นกรอบแนวคิดของตนเอง

4. **ขั้นทดลอง (Active Experimentation)** เป็นสิ่งที่ท้าทายที่ดีที่สุด คือการฝึกปฏิบัติจริง เป็นการทดลอง ฝึกปฏิบัติ และตรวจสอบ เพื่อการลองผิดลองถูกเป็นการตรวจสอบแนวคิด หาความจริงในสถานที่แตกต่างกัน และนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง รวมถึงได้รู้จักการประยุกต์ใช้ ความรู้ และนำไปใช้ได้จริง

Goh (1998: 49) ได้เสนอรูปแบบการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ว่ามีวงจรการเรียนรู้ 5 ขั้นตอน โดยได้เสนอแนวคิดว่าในทุกรูปแบบการเรียนรู้จากประสบการณ์จะมีกระบวนการพื้นฐาน จำนวน 3 ขั้นตอน ประกอบด้วย การปฏิบัติ (Do) ไตร่ตรอง (Reflect) และการประยุกต์ใช้ (Apply) รายละเอียดวงจรการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ของ Esther Goh มี 5 ขั้นตอนประกอบ ดังต่อไปนี้

1. **ประสบการณ์ (Experience)** เป็นการรับรู้ประสบการณ์จากการปฏิบัติ จาก การเข้าร่วมกิจกรรม หรืออาจเป็นการกำหนดประสบการณ์ใหม่

2. **การแลกเปลี่ยน (Share)** เป็นการแลกเปลี่ยนข้อมูล การสังเกต การไตร่ตรอง และนำเสนอข้อมูล

3. **กระบวนการ (Process)** เป็นการถกเถียงอภิปรายผลข้อมูล การค้นหาประสบการณ์ การวิเคราะห์และสะท้อนกลับข้อมูล

4. **การสรุปภาพรวม (Generalize)** เป็นการสรุปภาพรวมและกำหนดเป็นประสบการณ์ใหม่ และทดสอบ ทดลองปฏิบัติจริง

5. **การประยุกต์ใช้ (Apply)** เป็นการนำผลการเรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ต่าง ๆ เป็นการนำไปปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน

สรุปได้ว่า การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ คือ การสร้างกระบวนการเรียนรู้ใหม่ที่เกิดจากการปฏิบัติจริง โดยนำความรู้เดิมของแต่ละบุคคลมาทบทวน การสะท้อนคิด การพิจารณาอย่างมีเหตุผล ให้ความหมายและสร้างเป็นความรู้ใหม่ของตน และประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานเพื่อแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. การคิดเชิงกลยุทธ์ (Cognitive strategy)

4.1 ความหมายของการคิดเชิงกลยุทธ์

การคิดเชิงกลยุทธ์ เป็นกระบวนการทางสมองในการคิดหาวิธีแก้ไขปัญหา และหาทางเลือกของการแก้ไขปัญหา โดยมีนักวิชาการให้ความหมายไว้อย่างน่าสนใจดังนี้

Potter (2005: 2) ได้อธิบายว่า การคิดเชิงกลยุทธ์ หมายถึง ความสามารถในการกำหนดแนวทางที่ดีที่สุด ภายใต้สภาวะต่าง ๆ เพื่อบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ มีลักษณะเป็นกระบวนการคิดที่เกิดขึ้นเมื่อมีเป้าหมายที่ต้องการทำให้สำเร็จ

สุวิทย์ มูลคำ (2548) ได้ให้ความหมายการคิดเชิงกลยุทธ์ ว่าหมายถึง ความสามารถทางการคิดประการหนึ่งของมนุษย์ในการหาวิธีการหรือทางเลือกที่ดีที่สุด ภายใต้สภาวะต่าง ๆ เพื่อบรรลุเป้าหมายที่ต้องการคิดเชิงกลยุทธ์มีลักษณะเป็นกระบวนการคิด เกิดขึ้นเมื่อมีเป้าหมายบางอย่างที่ต้องการทำให้สำเร็จ การจะบรรลุเป้าหมายต้องมีการกำหนดทางเลือกที่คิดว่ามีโอกาสประสบความสำเร็จมากที่สุดโดยการวิเคราะห์และประเมินสถานะ

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2553: 18-19) ได้ให้ความหมายของการคิดเชิงกลยุทธ์ ว่าหมายถึง กระบวนการคิดในการแก้ปัญหา (problem solving) มีความสามารถในการวางแผน (planning) ที่ดีที่สุดและการตัดสินใจ (decision making) เลือกทางที่เหมาะสมกับสภาวะต่าง ๆ เพื่อบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ โดยคนที่คิดเชิงกลยุทธ์ได้ดี จะสามารถหาทางเลือกที่ดีที่สุดมาใช้และบรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

อุทัย ดุลยเกษม (2558) ได้ให้ความหมายการคิดเชิงกลยุทธ์ ว่าหมายถึง การคิดหาหนทางที่จะทำให้การทำงานสำเร็จตามเป้าหมายโดยเอาชนะอุปสรรค และข้อจำกัดทั้งปวง

สรุปได้ว่า การคิดเชิงกลยุทธ์ หมายถึง ความสามารถในการหาวิธีการหรือทางเลือกที่ดีที่สุดในการนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้จากการเรียนรู้ไปใช้ในการปฏิบัติงาน แก้ปัญหา เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ต้องการ

4.2 แนวคิดการคิดเชิงกลยุทธ์

การคิดเชิงกลยุทธ์ ได้ประยุกต์นำทฤษฎีพุทธิปัญญา (Cognitive Theory) ที่ให้ความสำคัญในการศึกษาเกี่ยวกับการคิดอย่างมีเหตุผล (Reasoning) การคาดการณ์ล่วงหน้าหรือการมีแผนการรองรับ (Anticipating) การตัดสินใจ (Decision) การแก้ปัญหา (Problem solving)

การคิดเชิงกลยุทธ์ (Cognitive strategy) เป็นกระบวนการที่ฝึกคิดในการหาวิธีการหรือทางเลือกที่ดีที่สุด ท่ามกลางสถานการณ์ที่อาจมีอุปสรรคและความไม่แน่นอน เพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ นักบริหารที่ต้องการประสบความสำเร็จในยุคโลกาภิวัตน์ซึ่งมีการแข่งขันสูงเช่นในปัจจุบันการเรียนรู้ในเรื่องสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับธุรกิจเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งแต่การเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ รอบข้างนั้นก็ยังไม่อาจที่จะทำให้ประสบความสำเร็จที่แท้จริง ทักษะความคิดที่ดีที่สุดสำหรับนักบริหารคงหนีไม่พ้นความคิดเชิงกลยุทธ์ (Strategic Thinking) เพื่อให้ตนเองเป็นนักคิดเชิงกลยุทธ์ (Strategic Thinker) ใช้ประกอบกับความรู้ที่มี เพื่อคิดหาทางแก้ไขปัญหา และหาแนวทางที่ดีที่สุด สำหรับองค์กรต่อไป

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2546: 86-87) ได้อธิบายลักษณะของการคิดเชิงกลยุทธ์ไว้ดังนี้

1. มีลักษณะเป็นกระบวนการ ความคิดเชิงกลยุทธ์เป็นกระบวนการความคิด หรือเรียกว่าเป็น “ชุดความคิด” คือ คิดตั้งแต่เริ่มต้นจนบรรลุเป้าหมายไว้ล่วงหน้าก่อนลงมือดำเนินการ

เริ่มจากการมีเป้าหมายบางอย่างที่ต้องการทำให้สำเร็จ จากนั้นจึงหาวิธีดำเนินการไปสู่เป้าหมาย โดยมีการวางแผนเกี่ยวกับทิศทางและวิธีการปฏิบัติต่าง ๆ ที่น่าจะนำไปสู่เป้าหมายได้มากที่สุด

2. มีการวิเคราะห์และประเมินสถานะ ก่อนที่จะเลือกวิธีดำเนินการใด ๆ จะต้องมีการคิดวิเคราะห์และประเมินสถานะ ทั้งของตนเองและสภาพแวดล้อม เพื่อดูว่าตนเองมีศักยภาพเพียงพอที่จะบรรลุเป้าหมายหรือไม่ มีจุดแข็งใดที่เป็นโอกาสให้ประสบความสำเร็จ และมีจุดอ่อนใดบ้างที่อาจเป็นเหตุให้ประสบความสำเร็จล้มเหลว นอกจากนี้ต้องวิเคราะห์และประเมินสภาพแวดล้อมภายนอกที่เกี่ยวข้อง เพื่อพิจารณาโอกาสและอุปสรรคที่จะทำให้ไปถึงหรือไปไม่ถึงเป้าหมาย

3. มีการคาดการณ์อนาคต เพราะจะช่วยให้เห็นถึงจุดอ่อนซึ่งจะเป็นมูลเหตุก่อให้เกิดการสูญเสียต่าง ๆ และจุดแข็งซึ่งจะทำให้เห็นโอกาสที่จะเกิดขึ้นในอนาคต เพื่อค้นหาโอกาสที่จะได้รับประโยชน์จากการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น และเพื่อระมัดระวังตัวหรือหลบหลีกได้ทันหากมีสิ่งไม่พึงประสงค์เกิดขึ้น

4. มีการหาทางเลือกและประเมินทางเลือกก่อนดำเนินการ เนื่องจากการตัดสินใจทุกเรื่องมีความสำคัญ ถ้าตัดสินใจผิดพลาดอาจทำให้ไปไม่ถึงเป้าหมาย หรือต้องเสียเวลา เสียทรัพยากรในการแก้ปัญหา ดังนั้น จึงต้องพยายามหาทางเลือกมากกว่าหนึ่งทาง และประเมินทางเลือกนั้นก่อนนำไปใช้จริง โดยพิจารณาผลดี ผลเสียของทางเลือกแต่ละทาง โอกาสการเกิดผลกระทบในมุมที่ไม่พึงประสงค์ โอกาสการเกิดเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดมาก่อน เลือกทางที่มั่นใจในผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นมากที่สุดและคิดว่าน่าจะเป็นทางเลือกที่นำไปสู่ความสำเร็จมากที่สุด

5. มีการวางแผนอย่างเป็นขั้นตอน ที่นำไปสู่เป้าหมาย รู้ว่าเวลาใดควรทำอะไร ที่ไหน อย่างไร อาจมีการกำหนดเป้าหมายย่อย ๆ หลาย ๆ เป้าหมายที่ต้องทำให้สำเร็จทั้งหมดแล้ว เป้าหมายใหญ่จึงบรรลุ การวางแผนกลยุทธ์ในระดับองค์กรจะประกอบด้วยปัจจัยสำคัญสองส่วน คือ ส่วนที่หนึ่ง เป้าหมาย หรือจุดหมายที่ต้องการไปถึง และส่วนที่สอง แนวทางปฏิบัติ เพื่อบรรลุจุดหมายนั้น แผนกลยุทธ์ที่กำหนดไว้ล่วงหน้าจะนำไปสู่อนาคตที่พึงประสงค์ โดยจะเขียนออกมาเป็นขั้นตอน

สรุปได้ว่า การคิดเชิงกลยุทธ์ มีแนวคิดจากทฤษฎีพุทธิปัญญา (Cognitive Theory) ในการศึกษาเกี่ยวกับการคิดอย่างมีเหตุผล (Reasoning) การคาดการณ์ล่วงหน้าหรือการมีแผนการรองรับ (Anticipating) การตัดสินใจ (Decision) การแก้ปัญหา (Problem solving) เป็นการกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหาที่ชัดเจน ประเมินสถานภาพปัญหาทั้งของตนเองและขององค์กร และคาดการณ์ในอนาคต หาวิธีการทางเลือกและประเมินทางเลือกก่อนดำเนินการตามกลยุทธ์ วางแผนการปฏิบัติงานในการแก้ปัญหาอย่างเป็นขั้นตอน

5. รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์

รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์ คือ กรอบแบบแผนในการดำเนินงาน ที่มีแนวคิด หลักการ วิธีดำเนินการและขั้นตอนที่ชัดเจน สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางปฏิบัติเพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ โดยมีแนวคิดทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้อง 3 แนวคิดได้แก่ ทฤษฎีการรู้คิด (Cognitive Theory) การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Experiential learning) และคิดเชิงกลยุทธ์ (Cognitive strategy) ดังนี้

5.1 หลักการที่สำคัญ

1) เป็นวิธีการเรียนรู้ของกระบวนการทางปัญญาที่จะนำไปสู่การปฏิบัติงานหรือกิจกรรมต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จ รวมถึงการคิดทุกชนิด ตั้งแต่ความใส่ใจ การรับรู้ การระลึกได้หรือจำได้ การคิดอย่างมีเหตุผล การจินตนาการหรือการวาดภาพในใจ การคาดการณ์ล่วงหน้า หรือการมีแผนรองรับกับสิ่งที่เกิดขึ้น ซึ่งจะทำให้บุคคลเกิดความรู้ ความสามารถ ทักษะและมีคุณลักษณะที่ตรงกับความต้องการขององค์กรในการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2) เป็นวิธีการเรียนรู้จากประสบการณ์ทั้งหมด อันได้แก่ การรับรู้ปัญหา การหาทางแก้ปัญหา การทบทวน การสังเกต การคิดพิจารณาไตร่ตรอง การสร้างความคิดรวบยอดหรือสมมติฐานต่าง ๆ ในเรื่องที่เรียนรู้ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความสามารถในการจัดการความรู้ การสะท้อนกลับ การตรวจสอบ และการบูรณาการ การคิดหาแนวทางแก้ปัญหาด้วยการฝึกปฏิบัติแก้ปัญหาจากประสบการณ์เดิมจนนำไปสู่การประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานอย่างเชี่ยวชาญจนกระทั่ง สามารถสร้างความรู้เป็นประสบการณ์ใหม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะทำให้พนักงานเกิดความรู้ ความสามารถ ทักษะและมีคุณลักษณะที่ตรงกับความต้องการขององค์กรในการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3) เป็นแผนงาน วิธีการที่เกิดจากความสามารถทางการคิดของบุคคลในการหาทางเลือกที่ดีที่สุด ที่จะทำให้การทำงานสำเร็จตามเป้าหมาย ซึ่งจะทำให้พนักงานชายเกิดความรู้ ความสามารถ ทักษะ และมีคุณลักษณะที่ตรงกับความต้องการขององค์กรในการปฏิบัติงานชายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5.2 แนวคิด

1) มุ่งเน้นให้บุคคลสามารถสร้างความรู้ด้วยตนเองจากความรู้เดิมและความรู้ใหม่ มุ่งเน้นให้เกิดความคิด มีความกระตือรือร้น มีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเองอย่างจริงจัง เป็นกระบวนการรับรู้ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมแสดงออก รวมไปถึงการทำงานของสมองระดับสูง คือ การคิด การแก้ปัญหา การตัดสินใจ การวางแผนการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และ มุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน โดยการมีสมาธิในการวางแผนการทำงาน การประเมินผลงานให้มีการตอบสนองต่อเป้าหมายที่ชัดเจน

2) มุ่งเน้นการสร้างการเรียนรู้ใหม่ที่เกิดจากประสบการณ์เดิมในการปฏิบัติงานจริง การเรียนรู้ด้วยการทบทวนความรู้เดิม ให้เกิดการสะท้อนคิด พิจารณาอย่างมีเหตุมีผล การประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การสะท้อนคิดและการใช้วิจารณ์ญาณในการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปฏิบัติ

3) มุ่งเน้นในการกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหาที่ชัดเจน ประเมินสถานภาพปัญหาทั้งของตนเองและขององค์กร และคาดสถานการณ์ในอนาคต หาวิธีการทางเลือกและประเมินทางเลือกก่อนดำเนินการตามกลยุทธ์ และวางแผนการปฏิบัติงานในการแก้ปัญหาย่างเป็นขั้นตอน

5.3 ขั้นตอนการดำเนินการ

จากรูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และการคิดเชิงกลยุทธ์ ซึ่งประกอบไปด้วยทฤษฎีการรู้คิด (Cognitive Theory) การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Experiential learning) การคิดเชิงกลยุทธ์ (Cognitive strategy) โดยมีขั้นตอนการดำเนินการ 4 ขั้น ได้แก่ 1) ขั้นเริ่มต้น 2) ขั้นดำเนินการ 3) ขั้นสรุปผล และ 4) ขั้นการประเมินผล โดยดำเนินการดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเริ่มต้น เป็นขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพ สร้างพันธสัญญาในการเรียนรู้ระหว่างสมาชิกผู้เข้าร่วมกิจกรรม ชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอน กำหนดเป้าหมาย กฎกติกา บทบาท หน้าที่ และการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่ม และสร้างบรรยากาศในการเรียนรู้แต่ละครั้ง

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นดำเนินการ มีขั้นตอนการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และการคิดเชิงกลยุทธ์ ดังนี้

ขั้นที่ 1 การสร้างความรู้หรือความคิด โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีการรู้คิด (Cognitive Theory) ซึ่งมีแนวคิดดังนี้ (1) มุ่งเน้นให้บุคคลสามารถสร้างความรู้ด้วยตนเองจากความรู้เดิมและความรู้ใหม่ (2) มุ่งเน้นให้เกิดความกระตือรือร้น มีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเองอย่างจริงจัง (3) เป็นกระบวนการรับรู้ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการแสดงออก รวมไปถึงการทำงานของสมองระดับสูง คือ การคิด การแก้ปัญหา การตัดสินใจ การวางแผนการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และ (4) มุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน โดยการมีสมาธิในการวางแผนการงาน การประเมินผลงานให้มีการตอบสนองต่อเป้าหมายที่ชัดเจน

โดยมีวิธีการขั้นตอนในการสร้างความรู้หรือความคิด คือ การสร้างการรับรู้ การแสวงหาความรู้ การทำความเข้าใจกับปัญหา เรียนรู้วิธีการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล เรียนรู้วิธีการวางแผน เรียนรู้วิธีการแก้ปัญหา เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้อง

ขั้นที่ 2 การฝึกปฏิบัติ โดยใช้ประยุกต์ใช้การเรียนรู้จากประสบการณ์ (Experiential learning) ซึ่งมีแนวคิดดังนี้ (1) การสร้างการเรียนรู้ใหม่ที่เกิดจากประสบการณ์เดิมในการปฏิบัติงานจริง (2) การเรียนรู้ด้วยการทบทวนความรู้เดิม ให้เกิดการสะท้อนคิด พิจารณาอย่างมีเหตุผล (3) สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และ (4) การแลกเปลี่ยนประสบการณ์การสะท้อนคิด และการใช้วิจารณ์ญาณในการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปฏิบัติ

โดยมีวิธีการขั้นตอนในการฝึกปฏิบัติ คือ การค้นพบปัญหา การตั้งคำถาม การตอบคำถาม การนำความรู้ไปประยุกต์ใช้

ขั้นที่ 3 การนำไปใช้ ด้วยการประยุกต์ใช้การคิดเชิงกลยุทธ์ (Cognitive strategy) ซึ่งมีแนวคิดดังนี้ (1) การกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหาที่ชัดเจน (2) ประเมินสถานการณ์ปัญหาทั้งของตนเองและขององค์กร และคาดการณ์ในอนาคต (3) หาวิธีการ ทางเลือกและประเมินทางเลือก ก่อนดำเนินการตามกลยุทธ์ และ (4) วางแผนการปฏิบัติงานในการแก้ปัญหาย่างเป็นขั้นตอน

โดยมีวิธีการขั้นตอนในการนำไปใช้ คือ การวิเคราะห์ความเปลี่ยนแปลง ทำการตรวจสอบ ทบทวนสิ่งที่รู้ การกำหนดแนวความคิด ด้วยการคาดการณ์ว่าจะไปในทิศทางใด ตัดสินใจเลือกทางเลือกและวางแผนปฏิบัติด้วยการสร้างทางเลือก ตรวจสอบความเป็นไปได้ ตัดสินใจนำไปสู่การปฏิบัติ

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุป เป็นการสรุปผล และให้ข้อมูลป้อนกลับการเรียนรู้ โดยร่วมกันทบทวนเรื่องที่ได้เรียนรู้ เปิดโอกาสให้ซักถามสิ่งที่สงสัยร่วมกัน และนำสิ่งที่สรุปและเรียนรู้ร่วมกันไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นประเมินผล การประเมินผลเกิดขึ้นในขณะที่ทำกิจกรรมต่าง ๆ โดยประเมินการเรียนรู้ จากการสังเกต การให้ความสนใจ ความกระตือรือร้น การเต็มใจให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมกลุ่ม และยุติการทำกิจกรรมการเรียนรู้

การสรุปแนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์ แสดงในตารางที่ 1
 ตารางที่ 1 สรุปแนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์

จิตวิทยาการรู้คิด (Cognitive psychology)	การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Experiential learning)	การคิดเชิงกลยุทธ์ (Cognitive strategy)	รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์
<p>เป็นกระบวนการทำงานของสมองด้านปัญญาระดับสูงที่เกี่ยวข้องกับความรู้ เชี่ยวชาญ ความฉลาด จินตนาการ การรับรู้ เรียนรู้ ความจำ การทำความเข้าใจ การคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล การวางแผน การแก้ปัญหา โดยมีการจำแนกข้อมูลของสิ่งเร้าภายนอกและภายในร่างกาย และมีการจัดข้อมูลในการกระทำอย่างเหมาะสม ซึ่งจะก่อให้เกิดความรู้ ความสามารถแก้ปัญหา และวางแผนเพื่ออนาคต สำหรับการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีองค์ประกอบพื้นฐาน ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) มุ่งเน้นให้สามารถสร้างความรู้ด้วยตนเองจากความรู้เดิมและความรู้ใหม่ 2) มุ่งเน้นให้เกิดความคิด กระตือรือร้น มีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเองอย่างจริงจัง 3) เป็นกระบวนการรับรู้ที่ทำให้เกิดพฤติกรรม การแสดงออก การทำงานของสมองระดับสูง คือ การคิด การแก้ปัญหา การตัดสินใจ การวางแผนการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ 4) มุ่งเน้นในการปฏิบัติงาน โดยการมีสมาธิในการวางแผนการทำงาน การประเมินผลงานให้มีการตอบสนองต่อเป้าหมายที่ชัดเจน 	<p>เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง โดยนำความรู้เดิมของแต่ละบุคคลมาทบทวน การสะท้อนคิด การพิจารณาอย่างมีเหตุผล ให้ความหมาย และสร้างเป็นความรู้ใหม่ของตน และประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานเพื่อแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีองค์ประกอบพื้นฐาน ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) การสร้างเรียนรู้ใหม่ที่เกิดจากประสบการณ์เดิมในการปฏิบัติงานจริง 2) การเรียนรู้ด้วยการทบทวนความรู้เดิม ให้เกิดการสะท้อนคิดพิจารณาอย่างมีเหตุผล 3) การประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ 4) การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การสะท้อนคิดและการใช้วิจารณ์ญาณในการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปฏิบัติ 	<p>แผนงานวิธีการที่เกิดจากความสามารถทาง การคิดของบุคคลในการหาทางเลือกที่ดีที่สุด ที่จะทำให้การทำงานสำเร็จตามเป้าหมายโดยมีองค์ประกอบพื้นฐาน ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) การกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหาที่ชัดเจน 2) ประเมินสถานการณ์ปัญหาทั้งของตนเองและขององค์กร และคาดสถานการณ์ในอนาคต 3) หาวิธีการทางเลือกและประเมินทางเลือกก่อนดำเนินการตามกลยุทธ์ 4) วางแผนการปฏิบัติงานในการแก้ปัญหาอย่างเป็นขั้นตอน 	<p>กรอบแบบแผนการดำเนินงาน ที่ประกอบด้วยที่หลักการและวิธีการตามแนวคิดทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้อง 3 แนวคิด ได้แก่ จิตวิทยาการรู้คิด มุ่งเน้นให้สร้างความรู้ด้วยตนเองจากความรู้เดิมและความรู้ใหม่ ให้เกิดความคิด มีความกระตือรือร้น มีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง เป็นกระบวนการรับรู้ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการแสดงออก การทำงานของสมองระดับสูง คือ การคิด การแก้ปัญหา การตัดสินใจ การวางแผนการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และ มุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน ในการวางแผน การประเมินผลงานเพื่อตอบสนองต่อเป้าหมายที่ชัดเจน การเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นการสร้างการเรียนรู้ใหม่ที่เกิดจากประสบการณ์เดิมในการปฏิบัติงานจริง ด้วยการทบทวนความรู้เดิม สะท้อนคิดพิจารณาอย่างมีเหตุผล นำมาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงาน และการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และการใช้วิจารณ์ญาณในการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปฏิบัติ และการคิดเชิงกลยุทธ์ มีแนวคิดในการกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหา ประเมินสถานการณ์ปัญหาทั้งของตนเองและขององค์กร และคาดสถานการณ์ในอนาคต หาวิธีการทางเลือกและประเมินทางเลือก วางแผนการปฏิบัติงานในการแก้ปัญหาอย่างเป็นขั้นตอน เพื่อเสริมสร้างให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์</p>

การสรุปแนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์ แสดงในตารางที่ 1
 ตารางที่ 1 สรุปแนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์

จิตวิทยาการรู้คิด (Cognitive psychology)	การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Experiential learning)	การคิดเชิงกลยุทธ์ (Cognitive strategy)	รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์
<p>เป็นกระบวนการทำงานของสมองด้านปัญญาระดับสูงที่เกี่ยวข้องกับความรู้ เซาว์ปัญญา ความฉลาด จินตนาการ การรับรู้ เรียนรู้ ความจำ การทำความเข้าใจ การคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล การวางแผน การแก้ปัญหา โดยมีการจำแนกข้อมูลของสิ่งเร้าภายนอกและภายในร่างกาย และมีการจัดข้อมูลในการกระทำอย่างเหมาะสม ซึ่งจะทำให้เกิดความรู้อย่างมีประสิทธิภาพ และวางแผนเพื่ออนาคตสำหรับการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีองค์ประกอบพื้นฐาน ดังนี้</p> <p>5) มุ่งเน้นให้สามารถสร้างความรู้อย่างแท้จริงจากความรู้เดิมและความรู้ใหม่</p> <p>6) มุ่งเน้นให้เกิดความคิด กระตือรือร้น มีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเองอย่างจริงจัง</p> <p>7) เป็นกระบวนการรับรู้ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการแสดงออก การทำงานของสมองระดับสูง คือ การคิด การแก้ปัญหา การตัดสินใจ การวางแผนการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ</p> <p>8) มุ่งเน้นในการปฏิบัติงาน โดยการมีสมาธิในการวางแผนการทำงาน การประเมินผลงานให้มีการตอบสนองต่อเป้าหมายที่ชัดเจน</p>	<p>เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง โดยนำความรู้เดิมของแต่ละบุคคลมาทบทวน การสะท้อนคิด การพิจารณาอย่างมีเหตุผล ให้ความหมาย และสร้างเป็นความรู้อย่างใหม่ของตนเอง และประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานเพื่อแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีองค์ประกอบพื้นฐาน ดังนี้</p> <p>5) การสร้างเรียนรู้ใหม่ที่เกิดจากประสบการณ์เดิมในการปฏิบัติงานจริง</p> <p>6) การเรียนรู้ด้วยการทบทวนความรู้เดิม ให้เกิดการสะท้อนคิดพิจารณาอย่างมีเหตุผล</p> <p>7) การประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ</p> <p>8) การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การสะท้อนคิดและการใช้วิจารณ์ญาณในการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปฏิบัติ</p>	<p>แผนงานวิธีการที่เกิดจากความสามารถทาง การคิดของบุคคลในการหาทางเลือกที่ดีที่สุด ที่จะทำให้การทำงานสำเร็จตามเป้าหมายโดยมีองค์ประกอบพื้นฐาน ดังนี้</p> <p>5) การกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหาที่ชัดเจน</p> <p>6) ประเมินสถานการณ์ปัญหาทั้งของตนเองและขององค์กร และคาดสถานการณ์ในอนาคต</p> <p>7) หาวิธีการทางเลือกและประเมินทางเลือกก่อนดำเนินการตามกลยุทธ์</p> <p>8) วางแผนการปฏิบัติงานในการแก้ปัญหาอย่างเป็นขั้นตอน</p>	<p>กรอบแบบแผนการดำเนินงาน ที่ประกอบด้วยที่หลักการและวิธีการตามแนวคิดทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้อง 3 แนวคิด ได้แก่ จิตวิทยาการรู้คิด มุ่งเน้นให้สร้างความรู้ด้วยตนเองจากความรู้เดิมและความรู้ใหม่ ให้เกิดความคิด มีความกระตือรือร้น มีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง เป็นกระบวนการรับรู้ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมแสดงออก การทำงานของสมองระดับสูง คือ การคิด การแก้ปัญหา การตัดสินใจ การวางแผนการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และ มุ่งเน้นในการปฏิบัติงานในการวางแผนการประเมินผลงานเพื่อตอบสนองต่อเป้าหมายที่ชัดเจน การเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นการสร้างการเรียนรู้ใหม่ที่เกิดจากประสบการณ์เดิมในการปฏิบัติงานจริง ด้วยการทบทวนความรู้เดิม สะท้อนคิด พิจารณาอย่างมีเหตุผล นำมาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงาน และการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และการใช้วิจารณ์ญาณในการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปฏิบัติ และการคิดเชิงกลยุทธ์ มีแนวคิดในการกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหา ประเมินสถานการณ์ปัญหาทั้งของตนเองและขององค์กร และคาดสถานการณ์ในอนาคต หาวิธีการทางเลือกและประเมินทางเลือกวางแผนการปฏิบัติงานในการแก้ปัญหาอย่างเป็นขั้นตอน เพื่อเสริมสร้างให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์</p>

บทสรุป

รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิด การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และการคิดเชิงกลยุทธ์ เป็นกรอบการเรียนรู้ที่มีหลักการและวิธีการตามแนวคิดทางจิตวิทยาเกี่ยวข้อง 3 แนวคิด ได้แก่ 1) การเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิดซึ่งช่วยให้บุคคลเกิดความตระหนักรู้ในความคิดของตนเองที่มีอยู่เดิม และเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจกับข้อมูลใหม่ ๆ 2) การเรียนรู้เชิงประสบการณ์ เป็นวิธีการเรียนรู้ที่ช่วยในการพัฒนาตนเองที่เกิดจากการกระทำในสถานการณ์ต่าง ๆ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การสะท้อนคิด จนเกิดความเข้าใจ การมีวิจาร์ณญาณในการนำประสบการณ์ที่ได้จากการเรียนรู้ ฝึกปฏิบัติการแก้ปัญหาต่าง ๆ รวมถึงการสร้างความรู้ใหม่จากประสบการณ์เดิม และ 3) การคิดเชิงกลยุทธ์เป็นแผนงานที่เกิดจากความสามารถทางการคิดของบุคคลในการหาทางเลือกที่ดีที่สุด ที่จะทำให้การทำงานสำเร็จตามเป้าหมายโดยเอาชนะอุปสรรค และข้อจำกัดที่บังพวngเพื่อนำแผนงานที่ได้จากการคิดเชิงกลยุทธ์สู่การประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานให้ประสบความสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพ นำไปสู่การพัฒนาตนเอง พัฒนาการทำงานอย่างแท้จริง โดยมีโครงสร้างที่มีหลักการและวิธีการที่อธิบายถึงวิธีการเรียนรู้ การรู้คิดเพื่อเสริมสร้างกระบวนการทางปัญญาในการปฏิบัติงาน การเสริมสร้างการฝึกปฏิบัติ และวิธีการคิดในการหาทางเลือกที่ดีที่สุดที่จะทำให้การทำงานสำเร็จเพื่อเสริมสร้างการนำไปใช้ในการปฏิบัติงาน โดยที่รูปแบบมีขั้นตอนการดำเนินการ 4 ขั้นตอน ดังนี้ 1) ขั้นเริ่มต้น เป็นขั้นตอนการสร้างสัมพันธ์ภาพร่วมกัน 2) ขั้นตอนการ ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นที่ 1 การสร้างความรู้หรือความคิด ขั้นที่ 2 ขั้นฝึกปฏิบัติ และขั้นที่ 3 ขั้นนำไปใช้ 3) ขั้นสรุปผล เป็นการสรุปผลและให้ข้อมูลย้อนกลับ และ 4) ขั้นการประเมินผล เป็นขั้นประเมินผลของการเรียนรู้ร่วมกัน ซึ่งรูปแบบการเรียนรู้ที่พัฒนาขึ้นนี้ สามารถนำไปใช้ศึกษาวิจัยและทดลองปฏิบัติกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ปฏิบัติงานในหน่วยงานและองค์กรต่าง ๆ ได้ต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2546). *การคิดเชิงกลยุทธ์*. กรุงเทพมหานคร: ชัคเชส มีเดีย.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2553). *การคิดเชิงกลยุทธ์*. กรุงเทพมหานคร: ชัคเชส มีเดีย.
- จุฑามาศ แหนจอน. (2561). *จิตวิทยาการรู้คิด (Cognitive Psychology)*. กรุงเทพมหานคร: แกรนด์พอยท์
- ชาติชาย ม่วงปฐม. (2557). *ทฤษฎีการเรียนรู้การสอน*. อุดรธานี: มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี.
- ทิตินา แคมมณี. (2560). *รูปแบบการเรียนรู้การสอน: ทางเลือกที่หลากหลาย*. (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทิตินา แคมมณี. (2562). *ศาสตร์การสอนองค์ความรู้เพื่อการจัดการกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ*. พิมพ์ครั้งที่ 23. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2554* เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคล เฉลิมพระชนมพรรษา 7 รอบ 5 ธันวาคม 2554. กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตยสถาน.
- ไพบูลย์ เทวรักษ์. (2540). *จิตวิทยาการเรียนรู้*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ เอส ดี เพรส การพิมพ์.

- ภูธนวรรณ์ จันชูมี. (2561). *การพัฒนากลยุทธ์ทางจิตวิทยาแนวภาวะผู้นำที่แท้จริง เพื่อเสริมสร้างกรอบคิดวัฒนธรรมนวัตกรรมการปฏิบัติงานของผู้บริหารระดับต้นกลุ่มอุตสาหกรรมผลิตชิ้นส่วนยานยนต์.* (ดุชนิพนธ์) สาขาวิชาจิตวิทยา กลุ่มวิชาจิตวิทยาเพื่อพัฒนาศักยภาพมนุษย์และองค์การ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- นุชลี อุปภัย. (2556). *จิตวิทยาการศึกษา.* กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วรรณิ ลิ้มอักษร. (2551). *จิตวิทยาการศึกษา.* (พิมพ์ครั้งที่ 4). สงขลา: บริษัท นำศิลป์โฆษณา จำกัด.
- สมศักดิ์ ภูวิภาดาวรรณ. (2544). *การยัดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางและการประเมินตามสภาพจริง.* กรุงเทพมหานคร: เดอะโนว์เลจ.
- สุวิทย์ มูลคำ. (2548). *การสอนคิดเชิงกลยุทธ์.* กรุงเทพมหานคร: ดวงกลมสมัย.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2553). *จิตวิทยาการศึกษา.* กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อุทัย ดุลยเกษม. (2558). *ศาสตร์การคิด : รวมบทความเรื่องการคิดและการสอนคิด.* กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต.
- Beard, C and Wilson, J. (2006). *Experiential learning: A best practice handbook for trainers and educators.* London: Kogan Page.
- Bower, H. & Hilgard, E. R. (1981). *Theories of learning.* Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice - Hall.
- Burnard. (1996). *Acquiring interpersonal skills: A hand book of experiential learning for health professionals.* 2nd ed. London: Chapman & Hall.
- Dalziel, K.H., Grismer, L., & Thompson, S. (2008). *Exploring Cognitive Strategy Instruction (CSI), Schema-based Instruction (SBI) and Strategic Content Learning (SCL) with Students with Learning and Developmental Disabilities in Higher-order Mathematics: Two Interrelated Action Research Projects.* Dr. Stirling McDowell Foundation.
- Felder,R.M. (1993). Reaching the second tier: Learning and teaching styles in college science education. *Journal of College Science Teaching.* 23,286-290.
- Groome, D. & et al. (2014). *An Introduction to Cognitive Psychology.* 3rd ed. New York: Psychology Press.
- Goh, E. (1998). *Processing experiential learning.* 2nd ed. Jossey Bass/Pfeiffer.
- Guzdial, M. (1997). *Constructivism vs. constructionism.* New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Keefe, J.W. (1979a). *Learning style: An overview.* In J.W. Keefe (Ed), *Student learning styles: Diagnosing and prescribing programs rest on,* VA: National Association of Secondary School Principals. p4.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning: Experience as the source of learning and development.* Englewood Cliffs, N. J.: Prentice-Hall.
- Potter, W. James. (2005). *Becoming a strategic thinker: developing skill for success.* New Jersey: Pearson Education Inc.

- Riding, R. and Rayner, S. (1998). *Cognitive styles and learning strategies: understanding style differences in learning and behavior*. London: David Fulton Publishers.
- Schunk, D. H. (2004). *Learning theories: An educational perspective*. Upper Saddle River, NJ: Pearson Prentice Hall.
- Shaw, A., (1996). *Social constructionism and the inner city, in constructionism in practice designing, thinking, and learning in a digital world*. New jersey: Lawrence Erlbaum.
- Shuell, T. J. (1986). Cognitive conceptions of learning. *Review of Educational Research*, 56, 411–436.
- Smith, L.H. and RenZulli. J. S. (1984). Learning Style Preferences: a Practical Approach for Classroom Teachers. *Theory into Practice*, 23, 44-45.
- Tuckman, B. W and Monetti, D. M (2011). *Educational Psychology*, International Edition. United States: Wadsworth.
- Winne, P.H. (1985). Cognitive processing in the classroom. In T.Husen & T.N. Postlethwaite (Eds.), *The International Encyclopedia of Education*, 2: 795-808. Oxford, England: Pergamon Press.
-

รูปแบบการเรียนรู้

LEARNING STYLES

Received: Jun 11, 2020

Revised: Sep 13, 2020

Accepted: Oct 16, 2020

เปศล ชอบผล¹

จีราพร พระคุณอนันต์² กรพินธุ์ ฤทธิบุตร³

นิติบดี สุขเจริญ^{4*}

Paison Chobphon¹

Chiraphorn Phrakhunanan² Koraphin Ritthibut³

Nitibodee Sukjaroen^{4*}

¹ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

²⁻³ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

⁴ สำนักวิจัย มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

¹ Faculty of Education, Chulalongkorn University

²⁻³ Faculty of Nursing, Kasem Bundit University

⁴ Research Center, Kasem Bundit University

*Corresponding Author, E-mail: nitibodee.suk@kbu.ac.th

บทคัดย่อ

รูปแบบการเรียนรู้แบ่งได้หลากหลายตามแนวคิดของนักศึกษามีผู้จัดระบบรูปแบบการเรียนรู้แบบต่าง ๆ เพื่อให้ก่อเกิดประโยชน์กับการนำไปทำความเข้าใจผู้เรียนได้จัดกลุ่มรูปแบบการเรียนรู้ตามลักษณะหัวหอมที่มี 3 ชั้น ชั้นนอกสุดเป็นการจัดระบบรูปแบบการเรียนรู้ที่สังเกตได้ในลักษณะของความชอบในวิธีเรียนเกิดจากการที่ผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมรอบตัว ชั้นกลางเป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่ขึ้นกับลักษณะการประมวลสารสนเทศของผู้เรียน ส่วนชั้นในสุดเป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่พัฒนาจากความคิดและบุคลิกภาพของผู้เรียน การวัดรูปแบบการเรียนรู้ด้วยแบบความสามารถ บ่งชี้รูปแบบของผู้เรียนแต่ละคนจากการสำรวจงานวิจัยในประเทศไทย เกี่ยวกับรูปแบบการเรียนรู้ พบว่า ส่วนใหญ่ใช้แนวคิดของ กราชา และไรซ์แมน และรูปแบบการเรียนรู้ที่พบมากที่สุดคือ แบบมีส่วนร่วม และแบบร่วมมือ

คำสำคัญ: รูปแบบการเรียนรู้ การจัดรูปแบบการเรียนรู้

Abstract

Learning styles can be classified according to different concepts of scholars. There have been numerous attempts to group learning styles for better understanding learners. Curry (1983) designed the three-layered onion model for grouping existing learning styles. An outer layer was “instructional preference” layer that influenced by interacting with environment and easily observed. The middle layer was “information processing style” layer. And the inner layer was “cognitive personality” layer. The learning style inventory could assess and identify learning preference of each learner. From the survey of Thai empirical research studies related to learning style, it was found that Thai students tend to have participant and collaborative style.

Key words: Learning Styles, Learning Styles Classification

บทนำ

รูปแบบ (style) ในทางจิตวิทยา หมายถึงลักษณะที่บุคคลมีอยู่หรือเป็นอยู่ ที่ใช้ในการตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อม อย่างค่อนข้างคงที่ เรามักจะใช้คำทับศัพท์ว่า “สไตล์” เช่น สไตล์การพูด สไตล์การทำงาน และสไตล์การแต่งตัว เป็นต้น ซึ่งก็หมายถึง ลักษณะเฉพาะตัวของเราที่เป็นอยู่ หรือเราทำอยู่เป็นประจำ หรือค่อนข้างประจำ ดังนั้น รูปแบบการเรียนรู้จึงเป็นวิธีการเรียนรู้ที่มีลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคล ที่มีส่วนสำคัญต่อการพัฒนาศักยภาพทางการเรียนของคนนั้น โดยวิธีการของการเรียนมีหลากหลายวิธี แต่จากการสำรวจส่วนใหญ่พบว่า การสอนแบบตัวต่อตัว หรือการตีพิมพ์ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้มากกว่าวิธีการใดๆ แต่ทั้งนี้ลักษณะการสอนที่นำมาใช้ต้องคำนึงถึงลักษณะของผู้เรียนเป็นสำคัญ เพราะ การสอนที่เหมาะสมกับลักษณะรูปแบบการเรียนรู้ของผู้เรียนในแต่ละแบบส่งผลให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่สูงขึ้น (Naimie, and et.al., 2010) นอกจากนี้รูปแบบการเรียนรู้ยังมีความสัมพันธ์กับองค์ประกอบอื่นๆด้วย เช่น รูปแบบการคิด (Xie, and et.al., 2013) บุคลิกภาพ (Busato, V.V., 1999) เป็นต้น ส่วนปัจจัยที่เป็นสาเหตุของความแตกต่างพบได้จากความแตกต่างทางวัฒนธรรมหรือเพศ เป็นต้น (Joy, S., and Kolb, D.A., 2009) ความหลากหลายมากมายของรูปแบบการเรียนรู้ที่แบ่งตามแนวคิดของแต่ละกลุ่มนักวิชาการ ทำให้เกิดความสงสัยในการเลือกใช้ให้เหมาะสม ดังนั้นการจัดกลุ่มแนวคิดการแบ่งรูปแบบการเรียนรู้จึงทำให้สะดวกต่อการพิจารณาเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสม และเป็นการสร้างฐานแนวคิดเพื่อการวิจัยต่อไปได้

ความหมายของรูปแบบการเรียนรู้

รูปแบบการเรียนรู้ (Learning styles) หมายถึง ลักษณะหรือวิธีการจัดการเฉพาะบุคคล โดยใช้องค์ประกอบด้านปัญญา ด้านอารมณ์ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ประสบการณ์ และด้านการศึกษามาจัดกระทำ เพื่อการเรียนรู้ การคิด และการแก้ปัญหา (Dunn &Dunn, 1992; Hill, and others, 1971; Keefee, 1987; Kolb, 1984; Smith and Renzzulli, 1984)

การจัดกลุ่มรูปแบบการเรียนรู้

เนื่องจากรูปแบบการเรียนรู้ที่คิดและเผยแพร่โดยนักวิชาการต่างๆ มีหลากหลายแตกต่างกัน การจัดกลุ่มเพื่อรวมแผนการเรียนรู้ที่สามารถจัดอยู่ในกลุ่มเดียวกันได้ จึงเป็นประโยชน์ต่อการทำความเข้าใจและนำไปใช้ประโยชน์

Curry's Orion Model (Curry, 1983) ได้จัดกลุ่มรูปแบบการเรียนรู้ออกเป็น 3 ชั้นตามวงภายในของ "หัวหอม" ดังนี้

ชั้นที่ 1 ชื่อว่า Outer Layer : Instructional Preference

ชั้นนอกสุดนี้ อธิบายรูปแบบการเรียนรู้ของผู้เรียนที่สามารถสังเกตได้ แต่ไม่คงที่เพราะอาจถูกอิทธิพลภายนอกครอบงำ อิทธิพลภายนอก ได้แก่ สภาพแวดล้อมของการเรียนรู้ ปฏิสัมพันธ์และการตอบสนองต่อสภาพแวดล้อม ทำให้ผู้เรียนเกิดความชอบในวิธีการเรียน (Instructional Preference) อิทธิพลภายนอกได้แก่

สภาพแวดล้อม ได้แก่ : ระดับเสียง, แสง, อุณหภูมิ และการออกแบบห้องเรียน เป็นต้น

อารมณ์ ได้แก่ : แรงจูงใจ, ความอดทน, ความรับผิดชอบ และโครงสร้าง เป็นต้น

สภาพทางสังคม ได้แก่ : กลุ่มผู้เรียน, ผู้นำที่มีอำนาจ, การเรียนด้วยวิธีต่างๆ เป็นต้น

สภาพทางกายภาพ ได้แก่ : การรับรู้, เวลา และการเคลื่อนไหว เป็นต้น

สภาพทางจิตใจ ได้แก่ : มองภาพรวม, มองอย่างมีวิเคราะห์ สะท้อนคิด, กตัญญู เป็นต้น

นักวิชาการที่กำหนดรูปแบบการเรียนรู้ในชั้นที่ 1 นี้ ได้แก่ Dunna Dun (1978)

ชั้นที่ 2 ชื่อว่า Middle Layer : Information Processing Style

ชั้นกลางนี้ให้ความสำคัญกับกระบวนการทางปัญญาของแต่ละบุคคลในการรับข้อมูลข่าวสาร (Curry, 1983) รูปแบบการเรียนรู้ในกลุ่มนี้ เป็นที่แพร่หลาย เป็นรูปแบบที่ค่อนข้างคงที่เพราะไม่ถูกอิทธิพลของสภาพแวดล้อมมากเหมือนชั้นที่ 1 ทฤษฎีสำคัญ 5 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ Experiential Learning ของ Kolb (1984) ที่มาจาก Honey & Mumford's Model (1982), Gardner's Multiple Intelligence (1993), McCarthy's 4 MAT Model, (1997) และ Gregorc's Learning Style (1979)

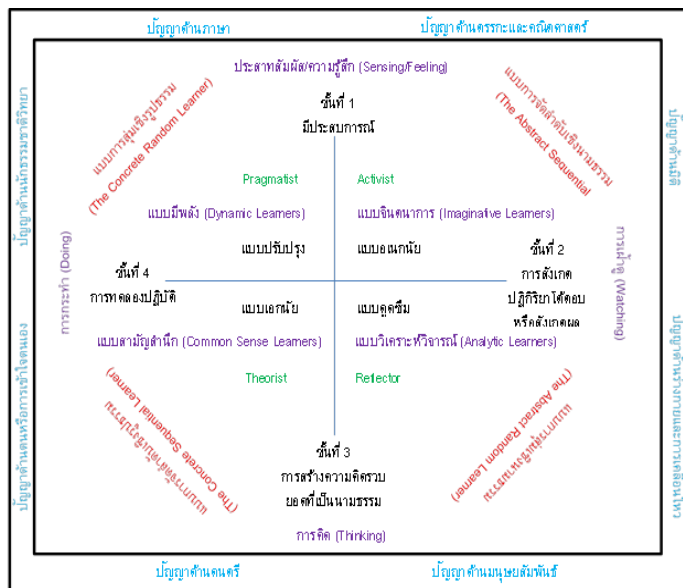
ชั้นที่ 3 ชื่อว่า Inner Layer : Cognitive Personality Style

ชั้นในสุดนี้ เป็นรูปแบบการเกิดและบุคลิกภาพ เป็นกระบวนการที่ผู้เรียนใช้ในการคิด กระบวนการที่ผู้เรียนใช้อธิบายได้ด้วยหลักการของ Felder & Silverman (1988), Witkin et al. (1997), Myers-Briggs (1995) และ Riding & Rayner (1998) จากที่กล่าวมา สรุปได้ดังภาพที่ 1

รูปแบบทางความคิดในการเรียน				
Dunn (1979: 29-31) - สภาพแวดล้อม	- อารมณ์ความรู้สึก	- สังคมวิทยา	- จิตวิทยา	
รูปแบบทางการกระทำกับข้อมูล				
1) ทฤษฎีการเรียนรู้จากประสบการณ์ของ Kolb	2) รูปแบบการเรียนรู้ของ Honey และ Mumford (1992:6-20)	3) รูปแบบการเรียนรู้แบบ 4MAT ของ McCarthy (1998: 100-105)	4) รูปแบบการเรียนรู้ของ Gregorc (1977:20-26)	5) ทฤษฎีพหุปัญญาของ Howard Gardner
-แบบคิดแยกแยะ (divergent)	-Activist	-แบบมีพลัง (Dynamic Learners)	-การจัดลำดับเชิงนามธรรม	-ด้านภาษา
-แบบดูดซึม (Assimilation)	-Reflector	-แบบจินตนาการ (Imaginative Learners)	-การลุ่มเชิงนามธรรม	-ด้านตรรกะและคณิตศาสตร์
-แบบคิดแยกกัน (Convergent)	Theorist	-แบบสามัญสำนึก (Common Sense Learners)	-การจัดลำดับเชิงรูปธรรม	-ด้านมิติ
-แบบปรับปรุง (Accommodation)	Pragmatist	-แบบวิเคราะห์วิจารณ์ (Analytic Learners)	-การลุ่มเชิงรูปธรรม	-ด้านร่างกาย
				-ด้านดนตรี
				-ด้านมนุษยสัมพันธ์
				-ด้านตน
				-ด้านธรรมชาติวิทยา
รูปแบบทางการคิดและบุคลิกภาพ				
1) Felder & Silverman (1995: 15-21)	2) Witkin และคณะ (1977: 1-64)	3) Myers-Briggs	4) Riding & Rayner	
-ข้อมูล ประเภทที่ผู้เรียนรับรู้ได้อย่างจำกัด	-แบบพึ่งพาสภาพแวดล้อม	-แบบเก็บตัว	-Wholistic-analytic	
-ผู้เรียนรับข้อมูลด้วยวิธีการใด	-แบบไม่พึ่งพาสภาพแวดล้อม	-แบบใช้ประสาทสัมผัส	-Verbal-imaginary	
-ระบบการจัดข้อมูลแบบใดที่ผู้เรียนใช้		-แบบใช้ความคิด		
-ผู้เรียนมีแบบแผนการประมวลผลสารสนเทศอย่างไร		-แบบใช้การพิจารณา		
-ผู้เรียนใช้วิธีการใดในการช่วยให้เข้าใจในสิ่งที่เรียน				

ภาพ 1 Curry's Onion Model

แบบคิดหรือหลักการที่นำมาใช้เป็นกรอบของการสร้างรูปแบบการเรียนรู้โดยนักวิชาการและนักจิตวิทยาต่าง ๆ มีทั้งที่มาจากฐานรากเดียวกันซึ่งมีความสัมพันธ์กันเห็นได้ชัดเจน แต่ก็มีที่มาจากแนวคิดที่แตกต่างกัน การนำคุณลักษณะของรูปแบบการเรียนรู้มาแสดงความสัมพันธ์กันย่อมช่วยให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะของผู้เรียนดียิ่งขึ้น ดังภาพที่ 2 แสดงความเชื่อมโยงสัมพันธ์ลักษณะของผู้เรียนที่คล้ายคลึงกันเฉพาะในชั้นที่ 2 หรือชั้นกลาง ดังนี้



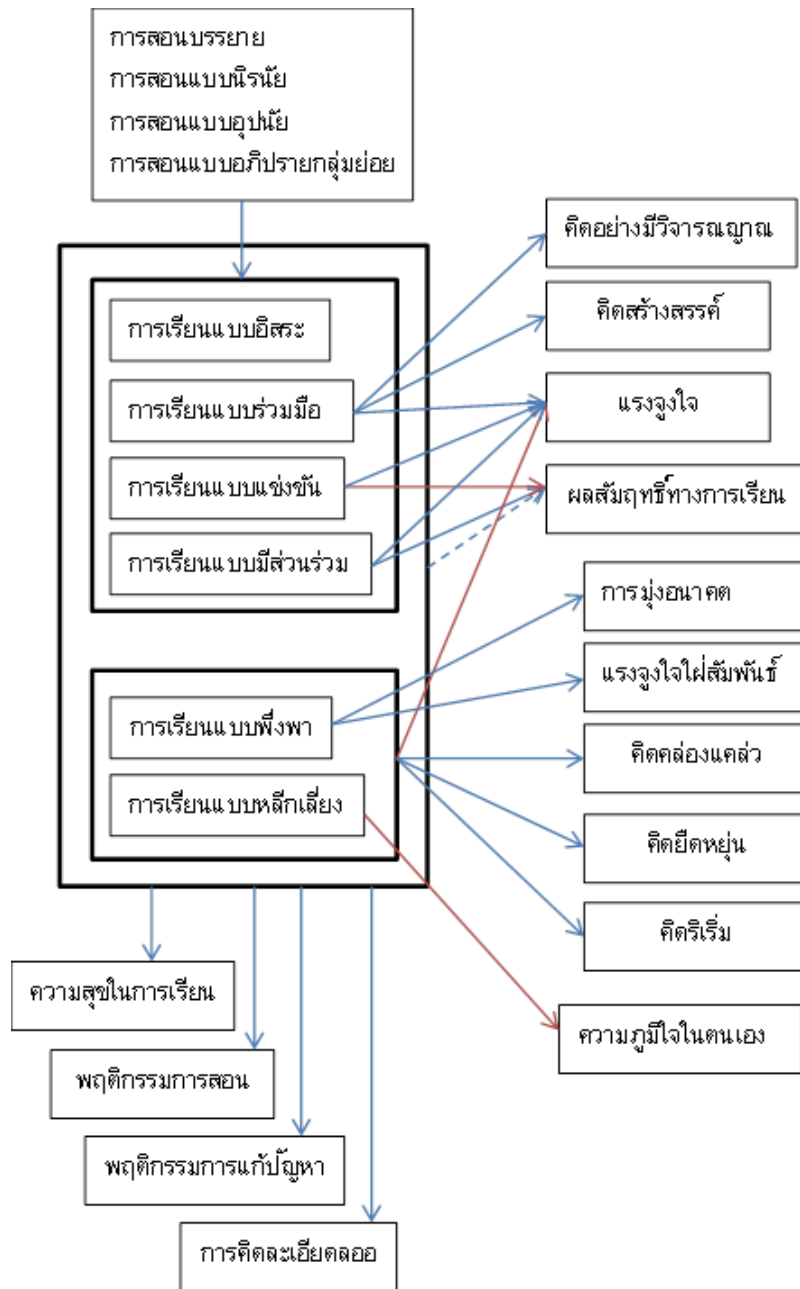
ภาพ 2 ความสัมพันธ์ของแนวคิดการจัดรูปแบบการเรียนรู้
ในส่วนชั้นกลางของ Curry's Onion Model

เพื่อให้ผู้อ่านเห็นความเกี่ยวข้องของรูปแบบการเรียนรู้ที่แตกต่างกัน โดยเฉพาะในชั้นกลาง จึงขอแสดงรายละเอียดด้วยตารางที่ 1 ดังนี้

ตาราง 1 ความสัมพันธ์ของรูปแบบการเรียนรู้ที่แบ่งตามแนวคิดต่าง ๆ ของในชั้นกลาง Curry's Onion Model

ลักษณะ	แบบการเรียนรู้						
	Grasha & Reichman (1975)	Mann (1975)	Canfield (1988)		Razler & France	Clark & Trow	
-ชอบเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น มีความสุขในการเรียนรู้หากได้ปฏิสัมพันธ์ และทำงานร่วมกับผู้อื่น สามารถเรียนรู้ได้ดี หากได้ทำกิจกรรมต่างๆกับกลุ่ม	ประสบการณ์ต่างๆที่มีลักษณะเป็นรูปธรรม หรือ การประยุกต์ใช้ความรู้ในสถานการณ์ต่างๆ	แบบร่วมมือ (Collaborative)	แบบแสวงหาความสนใจ (Attentive)	แบบอิงสังคม (Social style)	แบบสังคมเชิงประยุกต์ใช้ (Social applied style) แบบสังคมเชิงโนทัศน์ (Social conceptual style)	แบบร่วมมือ (Interpersonal)	แบบกลุ่มวิชาการ (Academic Subculture)
-ลักษณะท้าทายและความพยายามที่จะเรียนรู้ให้ดีกว่าผู้อื่น การได้คะแนน หรือ รางวัลที่มากกว่าผู้อื่นทำอะไรได้ดีกว่าผู้อื่น สามารถชนะผู้อื่น		แบบแข่งขัน (Competitive)				แบบผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (Student structure)	
-มีความรับผิดชอบ และพยายามที่จะเรียนรู้ให้ได้มากที่สุด ในเรื่องที่ต้องการ หรือที่กำหนดให้ โดยการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆที่เกี่ยวข้องกับสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ หรือตอบสนองต่อเป้าหมายการเรียนรู้ของตน แต่ไม่สนใจการเข้าร่วมในกิจกรรมอื่นๆ ที่ไม่สัมพันธ์กับเป้าหมายการเรียนรู้ของตน		แบบมีส่วนร่วม (Participant)	แบบยินยอม (Compliant)			แบบผู้สอนเป็นศูนย์กลาง (Teacher structure)	
-ขาดความรู้ ความสามารถ และความมั่นใจในตนเอง จึงพยายามยึดผู้อื่นเป็นแหล่งพึ่งพิง หรือเป็นแนวทางในการเรียนรู้ โดยพยายามเลียนแบบ หรือปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้อื่น		แบบพึ่งพา (Dependent)	แบบวิตกกังวล (Anxious Dependent)				
-ชอบเรียนรู้คิด และทำสิ่งต่างๆด้วยตนเอง เป็นผู้มีความสุขหากได้คิด ได้ด้วยตนเอง โดยไม่มีผู้อื่นรบกวน แต่เป็นผู้ที่ชอบฟังความคิดเห็นของผู้อื่น	กิจกรรมที่มีลักษณะเป็นรูปธรรม หรือ การประยุกต์ใช้ความรู้ในสถานการณ์ต่างๆ	แบบอิสระ (Independent)	แบบอิสระ (Independent)	แบบอิสระ (Independent style)	แบบอิสระเชิงประยุกต์ใช้ (Independent applied style) แบบอิสระเชิงโนทัศน์ (Independent conceptual style)	รายบุคคล (Individual)	แบบกลุ่มต่อต้าน (Non-conformist Subculture)
-ขาดแรงจูงใจในการเรียนรู้ขาดจุดหมายในการเรียนรู้ จึงไม่สนใจและพยายามหลีกเลี่ยงการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ต่าง ๆ		แบบหลีกเลี่ยง (Avoidant)	แบบสงบเงียบ (Silent)				
	มองตนเองในแง่ลบ		แบบท้อใจ (Discouraged)				
-ไม่มีความชอบในวิธีการ หรือแบบการเรียนรู้แบบใดแบบหนึ่งเป็นพิเศษโดยเฉพาะ สามารถเรียนรู้โดยใช้แบบการเรียนรู้ที่หลากหลาย					แบบเป็นกลาง (Neutral preference)		
-ชอบคิดและทำงานกับเรื่องที่มีลักษณะเป็นนามธรรม หลักการ หรือทฤษฎี					แบบคิดเชิงโนทัศน์ (Conceptual style)	แบบนามธรรม (abstract)	
-เป็นที่รู้จักของคนอื่น เรียนเก่ง ผลงานมีทั้งประเภทสร้างสรรค์ และสร้างสรรค์รู่ ก่อให้เกิดความไม่พอใจได้ มีลักษณะความพึงพอใจในอำนาจ ทำให้พยายามสร้างเอกลักษณ์โดยการแสดงออก			แบบวีรบุรุษ (Heroic)				
-มองโลกในแง่ร้ายมีความภูมิใจในตนเองน้อย มักทำให้ผู้สอนโกรธโดยไม่เหตุผล มีแนวโน้มเป็นปฏิปักษ์กับผู้สอน			แบบลอบยิง (Sniper)				
-ชอบการเรียนรู้ในสิ่งที่ได้เห็น และได้สัมผัสอันเป็นการฝึกหัดเกี่ยวกับทักษะ						แบบรูปธรรม (Concrete)	
-ไม่ชอบการเรียนรู้จริงจัง แต่ชอบการเรียนรู้จากกิจกรรมนอกหลักสูตร							แบบกลุ่มกิจกรรม (Collegiate Subculture)
-สนใจศึกษาเล่าเรียนเพื่อรับใบรับรองวุฒิเพื่อไปประกอบวิชาชีพ ไม่สนใจเรื่อง ความคิดความอ่านอย่างแท้จริง สนใจเฉพาะกิจกรรมที่มีรายได้							แบบกลุ่มอาชีพ (Vocational Subculture)

ตารางที่ 1 แสดงให้เห็นรายละเอียดของลักษณะรูปแบบการเรียนรู้และชื่อเรียกรูปแบบการเรียนรู้ที่จำแนกตาม Grasha & Reichman (1975), Mann (1975), Canfield (1988), Razier & France



ภาพ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการเรียนรู้ที่แบ่งตามแนวคิดของ Grasha & Reichman กับปัจจัยอื่นๆ

สรุป

นักวิชาการและนักจิตวิทยาต่างพยายามศึกษาลักษณะของผู้เรียนว่าใช้รูปแบบอะไรในการเรียน จึงเกิดเป็นรูปแบบการเรียนรู้ของผู้เขียนขึ้น ซึ่งมีแตกต่างกันมากมายตามหลักคิดของนักวิชาการหรือนักจิตวิทยานั้น Curry's Onion Model ช่วยทำให้ผู้ศึกษารูแบบการเรียนรู้เข้าใจผู้เขียนได้ง่ายขึ้นจากการที่ Model นี้ แบ่งผู้เรียนเป็น 3 ลักษณะที่สำคัญตามวงชั้นนอก ชั้นกลาง และชั้นใน ชั้นนอกอภิบาย

ความชอบในวิธีการเรียนของผู้เรียนที่แตกต่างกัน ชั้นกลางอธิบายแบบการรับข้อมูลข่าวสารของผู้เรียน และชั้นในสุด อธิบายแบบการคิดและบุคลิกภาพของผู้เรียน ในแต่ละชั้นประกอบไปด้วยรูปแบบการเรียนมากมายที่มีทั้งเหมือนใกล้เคียงกันและแตกต่างกัน มีการนำรูปแบบการเรียนไปศึกษาวิจัยและพบว่า รูปแบบการเรียนส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และส่งผลต่อความสามารถด้านอื่น ๆ ของผู้เรียน

เอกสารอ้างอิง

- Antoniou, A., and Lepouras, G. (2010). Adaptation to visitors' visiting and cognitive style. *Journal on Computing and Cultural Heritage*. 3: 7.
- Atkins, H., Moore, D., Shape, S.& Hobbs, D. (2001). Learning style theory and computer mediated communication. In ED-MEDIA 2001 World Conference on Educational Multimedia, Hypermedia & Communication Proceedings. Tampere, Finland, June 25-30, 2001: 71-75.
- Busato, V.V., Prins, F.J., Elshout, J.J., and Hamaker, C. (1999). The relation between learning styles, the big five personality traits and achievement motivation in higher education. *Personality and Individual Differences*, 26: 129-140.
- Canfield, A. (1988). *Learning Styles Inventory Manual*. CA: Western Psychological Services,
- Cassidy, S. (2004). Learning Styles: An overview of theories, models, and measures. *Educational Psychology*. 24: 419-444.
- Curry, L. (1983). Patterns of learning style across selected medical specialists. *Educational Psychology*. 11: 247- 278.
- Dunn, R. (1979). Learning a matter of style. *Educational Leadership*. 6: 430: 432.
- Dunn, R., and Dunn, K. (1992). *Teaching students through their individual learning style: Practical approaches for grade 3-6*. Massachusetts: Allyn and Bacon. p2.
- Felder, R.M. (1995). A longitudinal study of engineering student performance and retention. *Journal of Engineering Education*. 2: 15-21.
- Gardner, H. (1993). *Frame of mind: The theory of multiple intelligences*. 2nd Ed. London: Fontana.
- Grasha, A., and Reichman, S. (1975). *Student learning styles university of Cincinnati: questionnaire*. Faculty Resource Center.
- Gregorc, A. F. (1979). Learning and teaching styles: Potent forces behind them. *Educational Leadership*. 36: 234-236.
- Hill, J., and others. (1971). *Personalized education programs utilize cognitive style mapping*. Bloomfield Hills, Mich: Oakland Community College.
- Honey, P. and Mumford. A. (1992). *The Manual of Learning Styles*. Maidenhead: Peter Honey.
- Joy, S., and Kolb, D.A. (2009). Are there culture differences in learning style? *International Journal of Intercultural Relations*. 33: 69-85.

- Keefee, W. (1987). *Learning style: Theory and practice*. Virginia: National Association of Secondary School Principals.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning*. New Jersey: Prentice-Hall.
- MacKeracher, D. (2004). *Styles in learning. Making sense of adult learning*. 2nd ed. University of Toronto Press.
- Mann, R.D., and et al. (1970). *The college classroom: Conflict, change and learning*. New York: John Wiley.
- McCarthy, B. (1997). A Tale of four learners: 4 MATs learning styles. *Educational Leadership*. 1: 45-52.
- Naime, Z., Siraj, S. Paiw, C.Y., Shagholi, R., and Abuzaid, R.A. (2010). Do you think your match is made in heaven? Teaching styles/learning styles match and mismatch revisited. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 2: 349-353.
- Pashler, H., McDaniel, M., Rohrer, D. and Bjork, R. (2009). Learning styles concepts and evidence. *Association for Psychological Science*. 9: 105-119.
- Smith, L.H. and Renzulli, J.S. (1984). Learning style preference: A practical approach for classroom teachers. *Theory into Practice*. 23: 44-50.
- Tsianos, N., Germanakos, P., Lekkas, Z., & Mourlas, C. (2007). Individual learning characteristics in web-based communities of practice. In Proceedings of the 2nd International Workshop on Building Technology Enhanced Learning solutions for Communities of Practice (TEL-CoPs'07), held in conjunction with the 2nd European Conference on Technology Enhanced Learning (ECTEL'07), Crete, Hellas, September 17-20, 2007.
- Witkin, H.A., C.A. Moore, D.R. Goodenough and P.W.Cox. (1977). Field Dependent and Field Independent Cognitive Styles and Their Education Implications. *Review of Educational Research*. 1: 1-64.
- Xie, Q., Gao, X., and King, R.B. (2013). Thinking styles in implicit and explicit learning. *Learning and Individual Differences*. 23: 267-271.
-

การจัดการเรียนรู้สำหรับภาวะพหุพลัง

LEARNING MANAGEMENT FOR ACTIVE AGING

Received: Jul 17, 2020

Revised: Oct 21, 2020

Accepted: Nov 19, 2020

พรรณทิพา เวชรังษี^{1*}

อุระณี รัตนพิทักษ์² ยูพิน ยศศรี³ ชลนกุล คำนิง⁴

นิติบดี ศุขเจริญ⁵

Phantipa Wetcharungsri^{1*}

Uraanee Ratanapitak² Yupin Yotsri³ Chonakul Kamnueng⁴

Nitibodee Sukjaeroen⁵

¹วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ โรงพยาบาลตำรวจ

¹Police Nursing College

²⁻⁴คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

²⁻⁴Faculty of Nursing, Kasem Bundit University

⁵สำนักวิจัย มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

⁵Research Center, Kasem Bundit University

*Corresponding Author, E-mail: Phantipa.w@nursepolice.go.th

บทคัดย่อ

ประเทศไทยมีความก้าวหน้าของเทคโนโลยีและมีการพัฒนาทางด้านการแพทย์และการสาธารณสุข นำไปสู่การลดของอัตราการตายและการเพิ่มขึ้นของอายุเฉลี่ยของประชาชน ทำให้ประชากรผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นและมีอายุยืนยาวมากขึ้น ซึ่งผู้สูงอายุเป็นวัยที่ต้องปรับตัวและปรับใจจากปัจจัยหลายรูปแบบที่เกิดขึ้นซึ่งนำมาในเรื่องของความถดถอยของสมรรถภาพหรือมีภาวะโรคเรื้อรังต่าง ๆ และมีผลต่อสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ อีกทั้งลักษณะสังคมสมัยใหม่และความไม่เท่าเทียมกันในด้านต่าง ๆ ทำให้ผู้สูงอายุต้องพึ่งพาตนเองมากขึ้น ทำให้มีงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุเพิ่มจำนวนมากขึ้น เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีภาวะพหุพลัง โดยผู้สูงอายุต้องการเรียนรู้และเข้ารับการศึกษารูปแบบต่าง ๆ เพื่อภาวะพหุพลัง ตอบแทนผู้อื่นและสังคม ถวายทอดความรู้หรือทักษะของตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิต

คำสำคัญ: พหุพลัง การมีส่วนร่วม หลักประกัน

ภาวะพหุพลัง (Active Aging) มีกระบวนการ 3 เสาหลัก คือ มีสุขภาพที่ดี มีส่วนร่วม และมีหลักประกัน การจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุที่ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีภาวะพหุพลังนั้น จะอยู่ในส่วนของการมีส่วนร่วม โดยการเปิดโอกาสในการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิต ได้แก่ การศึกษาขั้นพื้นฐาน ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ การศึกษาตลอดชีวิต ดังนั้น ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุมีส่วนสำคัญเป็นอย่างยิ่งในการศึกษาแนวทางในการพัฒนาการศึกษาและหลักสูตรสำหรับผู้สูงอายุที่ส่งเสริมการมีภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวตามการเปลี่ยนแปลงของสังคมและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

Abstract

Thailand has advanced technology and development in medicine and public health, which leading to a reduction in mortality and an increase in the average age of the people. The cause is elderly population to increase and live longer. The elderly must adjust behavior and mind in many forms that lead to the decline in performance or have various chronic diseases and affect the mental state of the elderly. Moreover, modern society features and inequality in various fields make the elderly more self-reliant. As a result, there is an increasing number of research studies on the elderly. To encourage the elderly to be active aging. The elderly need to learn and receive various forms of education to have active aging, give back to others and society, Transfer own knowledge or skills and lifelong learning.

Active aging has three pillars of process: to lead to health, participation. and security. Education management for the elderly that promote the elders to have active aging that will be in the participation section by providing opportunities for education and lifelong learning such as basic education, knowledge of health and lifelong education. Therefore, those involved in the provision of education for the elderly are very important in the study of guidelines for the development of education and curriculum for the elderly that promote active aging of the elderly. So that the elderly can adapt to social changes and have a good quality of life.

Key words: Active Aging, Lifelong Education

บทนำ

ความก้าวหน้าของเทคโนโลยีและการพัฒนาทางการแพทย์และการสาธารณสุข โดยเฉพาะการวางแผนครอบครัวที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น นำไปสู่การลดของอัตราการตายและการเพิ่มขึ้นของอายุเฉลี่ยของประชากร ทำให้ประชากรผู้สูงอายุ มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นและมีอายุยืนยาวมากขึ้น ผู้สูงอายุเป็นวัยที่ต้องปรับตัวปรับใจกับการเปลี่ยนแปลงหลายรูปแบบที่เกิดขึ้น เช่น การเปลี่ยนแปลงสภาพทางกายของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย อันนำมาซึ่งความถดถอยของ สมรรถภาพหรือมีภาวะโรคเรื้อรังต่าง ๆ และต้องปรับด้านจิตใจจากสภาพต่าง ๆ เช่น การเกษียณอายุจากงานประจำ การเคยเป็นที่ยอมรับของสังคมหรือ

มีการสูญเสียอย่างรุนแรงที่มีผลต่อสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ คือ การพลัดพรากจากสิ่งที่ตนรัก การแยกครอบครัวของบุตร เป็นต้น (วิลโล่ คูปต์นิริติศัยกุล และคณะ, 2545) สิ่งเหล่านี้ล้วนส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุที่อยู่ในสังคม โดยเฉพาะสังคมสมัยใหม่ และเมื่อสังคมไทยเข้าสู่สังคมสูงอายุ (Aging society) อาจเป็นอุปสรรคในการพัฒนาของระบบทุนนิยม เนื่องจากโอกาสการแข่งขันทางเศรษฐกิจจากการปันผลประชากรที่มีสัดส่วนประชากรวัยแรงงานลดลงเรื่อย ๆ ด้วยเหตุนี้สังคมจึงคาดหวังให้ผู้สูงอายุมีพลังพล่งหรือ Active aging เพื่อให้สามารถเป็นที่พึ่งและช่วยสังคมต่อไปได้

พลังพล่ง ตามความหมายขององค์การอนามัยโลกหรือ WHO หมายถึง กระบวนการเพิ่มโอกาสด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมและด้านหลักประกันความมั่นคง เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตให้ผู้สูงอายุให้ตระหนักในศักยภาพของตนเองทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม (World Health Organization, 2002)

การพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม และประชากร ได้เปลี่ยนแปลงรูปแบบของการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว การมีจำนวนบุตรให้พึ่งพามีจำนวนลดลง ตลอดจนการเปลี่ยนสภาพจากสังคมชนบทเป็นสังคมเมืองและระบบการทำงานเชิงอุตสาหกรรมของคนรุ่นใหม่ของประเทศในทวีปเอเชีย ทำให้ครอบครัวดูแลผู้สูงอายุน้อยลง ตลอดจนค่านิยมในการเลี้ยงดูผู้สูงอายุน้อยลง และทำให้ผู้สูงอายุต้องพึ่งพาตนเองมากขึ้น (เพ็ญแข ประจันปัจฉินิก, 2550) อย่างไรก็ตามสิ่งหนึ่งที่เห็นได้จากสภาพปัญหาเศรษฐกิจในปัจจุบันที่หนุ่มสาวต้องไปประกอบอาชีพในเมืองใหญ่ ปล่อยให้ผู้สูงอายุต้องอยู่ตามลำพังหรือต้องเลี้ยงดูบุตรหลานแทนนั้นมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น อาจสะท้อนให้เห็นว่า ผู้สูงอายุไม่ได้เป็นภาระให้บุตรหลาน ในทางกลับกันอาจจะเป็นผู้ที่เข้ามาช่วยเหลือบุตรหลานมากกว่า

นอกจากนี้ในสังคมไทยผู้สูงอายุยังต้องเผชิญกับความไม่เท่าเทียมกันในด้านต่าง ๆ รวมทั้งด้านสิทธิระหว่างเพศ ผู้สูงอายุหญิง ผู้สูงอายุที่ยากจน ผู้สูงอายุในเขตชนบท ผู้สูงอายุที่ไม่สามารถอ่านออกเขียนได้ มักจะไม่สามารถเข้าถึงบริการสุขภาพ กิจกรรมที่สร้างรายได้และกระบวนการตัดสินใจต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ (วาทีณี บุญชะลักษ์, 2545) โดยเฉพาะปัญหาด้านการศึกษาของผู้สูงอายุไทย และจากการศึกษาของ Knodel และ Chayovan (2008) พบว่า แนวโน้มสถิติผู้สูงอายุที่มีการศึกษาระดับประถมศึกษาจะมีจำนวนลดลงและช่องว่างระดับการศึกษาของผู้สูงอายุชายและหญิงจะลดลง โดยจะมีการศึกษาที่เพิ่มสูงขึ้น แต่จะมีปัญหาเกี่ยวกับผู้ดูแลผู้สูงอายุ เนื่องจากการไม่แต่งงานของผู้สูงอายุทำให้จำนวนเด็กที่เกิดน้อยลง ซึ่งส่งผลต่อจำนวนผู้ดูแลในด้านสุขภาพของผู้สูงอายุในอนาคต

ถึงแม้ในปัจจุบันจะมีนโยบายทางการศึกษาที่รองรับสังคมผู้สูงอายุ แต่ยังมีขาดงานวิจัยเกี่ยวกับการศึกษาและการเรียนรู้ในผู้สูงอายุอีกมาก ส่วนใหญ่มุ่งไปทางด้านสาธารณสุข เพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ ซึ่งจากการศึกษาของ เอกพล จันทรสถิตพร (2551) ศึกษาเกี่ยวกับการประเมินความต้องการจำเป็นในการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ความต้องการด้านการพัฒนาตนเองอยู่ในอันดับแรก รองลงมาเป็นด้านสาธารณสุขและความเป็นอยู่ ถัดมาเป็นด้านการนับถือตนเองและการปรับตัว สุดท้ายเป็น ด้านสุขภาพจิตและคุณธรรม ดังนั้นจึงจำเป็นที่จะต้องมีการศึกษาเพื่อส่งเสริมการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุให้มากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการประมาณการว่าในอนาคต ผู้ทำงานคนหนึ่งอาจต้องดูแลผู้สูงอายุถึง 4 คน ซึ่งเป็นภาวะการณ์ที่ทุกประเทศต้องหาทางแก้ไข โดยแนวทางแก้ไขอันหนึ่ง คือ หันมาพัฒนาตัวผู้สูงอายุเอง โดยให้การศึกษาและการเรียนรู้ รวมทั้งการฝึกอบรม ก่อให้เกิดศักยภาพที่จะดูแลตนเองและสังคมได้ (เพ็ญแข ประจันปัจฉินิก, 2550) และเน้นการจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุ คือ คำตอบสำคัญ ที่จะบรรเทาเบาบางต่อปัญหาที่กำลังจะเกิดขึ้นในอนาคตอันใกล้นี้ เพราะเมื่อ

ภาครัฐ ภาคเอกชน ตลอดจนภาคประชาชนให้ความสนใจต่อการสนับสนุนด้านการศึกษา สำหรับบุคคลทุกเพศ ทุกวัย อย่างทั่วถึงและมีคุณภาพ การศึกษาจะเป็นเครื่องมือและเครื่องช่วยในการจัดการคุณภาพชีวิตของบุคคลในสังคมโดยเฉพาะบุคคลผู้อยู่ในวัยเกษียณอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น อย่างน้อยก็เพื่อเป็นการแบ่งเบาภาระของสังคม ในความคาดหวังที่ผู้สูงอายุหรือผู้เกษียณอายุเป็นบุคคลผู้มีความสามารถดำรงชีวิต ดูแลรักษาสุขภาพ ตลอดจนถึงการดูแลตนเองเบื้องต้นได้ ทั้งการจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุยังก่อให้เกิดประโยชน์นอกเหนือจากตัวผู้สูงอายุเอง คือ ผู้สูงอายุซึ่งมีศักยภาพและความพร้อม ยังสามารถที่จะเข้าร่วมหรือสนับสนุนภารกิจทางสังคมได้อีกเป็นอย่างมาก (นพเกตุ สุขสมเพียร, 2549)

จากที่กล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่า การจัดการศึกษาในผู้สูงอายุมิบทบาทในการลดปัญหาต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวตามการเปลี่ยนแปลงของสังคมและมีคุณภาพชีวิตที่ดี ผู้ศึกษาจึงต้องการทบทวนวรรณกรรมและเอกสาร โดยการสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวกับการจัดการศึกษาในผู้สูงอายุ เพื่อค้นหาแนวทางการจัดการศึกษาและแนวทางการพัฒนาหลักสูตรทางการศึกษาและการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุต่อไป

การจัดการศึกษาให้ผู้สูงอายุ

การศึกษาเกี่ยวกับการจัดการศึกษาในผู้สูงอายุโดยการสังเคราะห์งานวิจัยต่าง ๆ พบว่า การจัดการศึกษาในผู้สูงอายุ มีเป้าหมายที่ต้องการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุและผู้ดูแลผู้สูงอายุ เนื่องจากปัญหาของผู้สูงอายุมีแนวโน้มจำนวนเพิ่มมากขึ้นและมีความแตกต่างจากวัยอื่น ๆ หากไม่ได้รับการดูแล อาจเกิดปัญหาและเป็นภาระแก่สังคมได้ ทั้งนี้จากงานวิจัยที่เกี่ยวกับการจัดการศึกษาจำแนกตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัย โดยสามารถสรุปผลได้ดังนี้

1. เพื่อการเตรียมความพร้อมและการพัฒนาภาวะพลุดพลังของผู้สูงอายุ งานวิจัยที่ศึกษาได้แก่ ทิพาพร ทองสว่าง (2541) เพ็ญแข ประจณปัจจนิก (2550) สมฤดี ธีมกิตติคุณ (2550) อาชญญา รัตนอุบล และคณะ (2552) และอุษา โพนทอง (2553)

2. เพื่อการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ เบญจวรรณ วงษาวดี (2550) เพ็ญแข ประจณปัจจนิก (2550) อรอำไพ บุรานนท์ (2554) และเอกพล จันทร์สถิตย์พร (2551)

3. เพื่อศึกษารูปแบบการศึกษาที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ซึ่งพบว่า มีทั้งการศึกษาในระบบ นอก ระบบและตามอัธยาศัย โดยมีลักษณะการศึกษาตามช่วงชีวิต เนื้อหาการเรียนรู้ การจัดการเรียนการสอน และสถานที่ต่าง ๆ งานวิจัยที่ศึกษาได้แก่ กฤษณพันธ์ เฟิงศรี (2553) จิตตินันท์ พรหมสุวรรณ (2547) นพเกตุ สุขสมเพียร (2549) สุพัตรา คชาทอง (2545) อรอำไพ บุรานนท์ (2554) อุตสาหกรรม กล้าถึก (2550) และ Farguhar (2010)

4. เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาการเรียนรู้ในผู้สูงอายุ จากผลของการจัดการเรียนรู้ ปัจจัยและปัญหาการเรียนรู้ในผู้สูงอายุ งานวิจัยที่ศึกษา ได้แก่ ชโลทัย บัญติ (2540) Farguhar (2010) Villar และคณะ (2010) เป็นต้น

5. เพื่อพัฒนาหลักสูตรในการผู้ดูแลผู้สูงอายุและบุคลากรทางสุขภาพ งานวิจัยที่ศึกษา ได้แก่ ทวีศักดิ์ รูปสิงห์ (2550) ยุทธ ไกรยวรรณ (2545) และลัดดาวัลย์ พุทธรักษา (2553) เป็นต้น

ตารางที่ 1 ประเด็นเกี่ยวกับการจัดการศึกษาและการเรียนรู้ในผู้สูงอายุ (นพเกตุ สุขสมเพียร (2549) เพ็ญแข ประจันปัจฉิม (2550) Johnson and Bungum (2008) Lewis (2010) Villar และคณะ (2010)

ทำไม	อะไร	อย่างไร	ที่ไหน
<p>1. เพื่อภาวะพลุดพลัง ดำรงและรักษาความรู้สึกรักของแข็งแรง, ใช้สมอง, การออกกำลังกาย, คงไว้ซึ่งหัวใจปัญหา, สุขภาพและการเจริญเติบโต, เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น ปรับตัวได้ง่าย</p> <p>2. เพื่อต้องการให้ตอบแทนแก่ผู้อื่นและสังคม เกิดความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนใหม่ เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น</p> <p>3. เพื่อต้องการสอนหรือถ่ายทอดความรู้และการใช้ทักษะของตนเอง</p> <p>4. เพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยเรียนรู้อย่างสม่ำเสมอ, ไม่หยุดนิ่ง, และการเรียนรู้ที่มีความหมายแก่ชีวิต ขยายความคิด และความสามารถในการเรียนรู้ คิดบวก มีเป้าหมาย</p>	<p>1. วัฒนธรรมต่าง ๆ</p> <p>2. ความคิดใหม่, ความสามารถพิเศษ</p> <p>3. ทักษะใหม่, อาชีพ (การปรึกษา, การจัดสวน), การขับรถ</p> <p>4. งานอดิเรก เช่น งานฝีมือ, การวาดรูป, การทาสี ดนตรี</p> <p>5. การใช้ภาษา</p> <p>6. เทคโนโลยี E-mail, Internet, Computer, โปรแกรมกราฟฟิก, การถ่ายภาพ, โทรศัพท์เคลื่อนที่</p> <p>7. ความเชื่อทางจิตวิญญาณ</p> <p>8. สถานการณ์ปัจจุบัน, นโยบายของรัฐ</p> <p>9. ลักษณะผู้คนและการคิด</p>	<p>1. การท่องเที่ยว</p> <p>2. การอ่าน การเขียน</p> <p>3. กิจกรรมและการเรียนรู้สิ่งใหม่</p> <p>4. การออกกำลังกายวิธีการใหม่, การเดิน</p> <p>5. กิจกรรมทางวัฒนธรรม</p> <p>6. การเคลื่อนย้ายไปที่รู้สึกสบาย</p> <p>7. การศึกษานอกระบบ</p> <p>8. การศึกษาตามอัธยาศัย</p> <p>9. การจัดการศึกษาในระบบ</p>	<p>1. มหาวิทยาลัยวัยที่ 3 (U3A)</p> <p>2. สถาบันเกี่ยวกับเกษียณอายุ</p> <p>3. ชมรมหรือกลุ่มต่าง ๆ</p> <p>4. โบสถ์</p> <p>5. ที่ทำงาน</p> <p>6. สถานศึกษาที่มีการจัดการศึกษาในระบบ</p> <p>7. หน่วยอาสาต่าง ๆ</p> <p>8. สวนสาธารณะ</p> <p>9. ศูนย์กีฬา</p>

การจัดการศึกษาในผู้สูงอายุในด้านวิทยาการผู้สูงอายุสาขาการศึกษา (Education Gerontology) เป็นส่วนหนึ่งพัฒนาการของความรู้ทางด้านผู้สูงอายุ โดยวิทยาการที่เกี่ยวกับการสูงอายุมีทั้งหมด 3 ด้าน ได้แก่ วิทยาการผู้สูงอายุด้านการแพทย์ (Geriatrics) วิทยาการเชิงสังคม (Social Gerontology) และวิทยาการผู้สูงอายุสาขาการศึกษา (Education Gerontology) ซึ่งเป็นวิทยาการที่เกิดขึ้นล่าสุด เป็นเรื่องของการศึกษาค้นคว้าและการเผยแพร่ความรู้ด้านวิชาการและกระบวนการเรียนรู้ให้แก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้สามารถปรับตัวได้และดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ มีความสุข สามารถกลับมาเป็นบุคลากรที่มีคุณภาพของสังคมได้อีกครั้งหนึ่ง วิทยาการผู้สูงอายุสาขาการศึกษา (Education Gerontology) เป็นการผสมผสานปรัชญา หลักการ และวิธีการสอนผู้ใหญ่ (Adult Method) ร่วมกับวิทยาการผู้สูงอายุทางการแพทย์และเชิงสังคม นำมาจัดเป็นรูปแบบการสอนให้แก่ผู้เรียนวัยสูงอายุ (Older Adult) โดยมีแนวคิดว่าการเรียนรู้ของบุคคลสามารถปรับตัวและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ดังที่แมคคัสกี ปราชญ์ด้านวิทยาการผู้สูงอายุด้านการศึกษา ได้กล่าวไว้ว่า “ในช่วงวัยปลายชีวิตของมนุษย์มีสิ่งที่ดีกว่าการเสื่อมถอย และความสิ้นหวัง การศึกษาจะช่วยให้สามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้” ซึ่งหมายถึงการศึกษาจะเป็นเครื่องมือช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวและดำรงชีวิตที่ดีในสังคมได้ (เพ็ญแข ประจันปัจฉิม, 2550) และได้เสนอไว้ว่า ผู้สูงอายุมีความจำเป็นต้องได้รับการศึกษา หรือการเรียนรู้เพื่อสนองความต้องการพื้นฐาน 5 ด้าน ได้แก่

1. ความต้องการความรู้เพื่อสามารถปรับตัวดำรงตนอยู่ในสังคม (Coping Needs)
2. ความต้องการทักษะเพื่อสามารถเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคมได้ (Express Needs)

3. ความต้องการความรู้เพื่อสามารถถ่ายทอดให้แก่สังคม (Contributive Needs)
4. ความต้องการความรู้เพื่อควบคุมสภาพแวดล้อม (Influence Needs)
5. ความต้องการความรู้ที่จะพัฒนาให้ดีขึ้นกว่าเดิม (Transcendence Needs)

ความต้องการพื้นฐานเหล่านี้มีความสอดคล้องกับผลการสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวกับการจัดการศึกษาในผู้สูงอายุ จะเห็นได้ว่า งานวิจัยส่วนใหญ่พบว่า การจัดการศึกษาในผู้สูงอายุเข้ามาทำให้ผู้สูงอายุเกิดสิ่งต่าง ๆ ดังนี้

1. เพื่อภาวะพหุผลพลึง
2. เพื่อตอบแทนผู้อื่นและสังคม
3. เพื่อถ่ายทอดความรู้หรือทักษะของตนเอง
4. เพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต

การศึกษาในช่วงวัยสูงอายุนี้ มักจะมีวัตถุประสงค์ตามความต้องการที่ผู้สูงอายุต้องการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเอง หรือเพื่อให้ผู้สูงอายุมุ่งเน้นการเตรียมความพร้อมในด้านต่าง ๆ (เพ็ญแข ประจันปัจฉิม, 2550; อาชญญา รัตนอุบล และคณะ, 2552) ตามที่องค์การสหประชาชาติ มีหลักการที่เน้นในการดูแลผู้สูงอายุไว้ 4 ด้าน ได้แก่ การมีความอิสระ (Independence) การมีส่วนร่วม (Participation) การได้รับการดูแล (Care) และการมีศักดิ์ศรี (Dignity) จากหลักการดังกล่าวมีประเด็นที่ถือว่าสำคัญมาก ได้แก่ การพัฒนาตัวเองของผู้สูงอายุ (Development) และการเตรียมประชากรเข้าสู่วัยสูงอายุตั้งแต่วัยต้นของชีวิต (Lifelong Individual Development) รวมทั้งการฝึกอบรมและการให้การศึกษแก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้สามารถเป็นประชากรที่มีคุณภาพของสังคม โดยการพัฒนาตัวผู้สูงอายุให้มีคุณภาพ มีศักยภาพ มีความพร้อมที่จะช่วยเหลือตนเองได้ ไม่เป็นภาระแก่สังคมที่เรียกว่า พหุผลพลึง (Active Aging) ซึ่งสามารถทำได้โดยจัดให้การศึกษาและการเรียนรู้ (Education and Learning) แก่ผู้สูงอายุ ทั้งในวัยก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุและเมื่ออยู่ในวัยสูงอายุแล้ว (เพ็ญแข ประจันปัจฉิม, 2550)

โดยภาวะพหุผลพลึง (Active Aging) มีกระบวนการ 3 เสาหลัก คือ มีสุขภาพที่ดี (healthy) มีส่วนร่วม (participation) และมีหลักประกัน (security) ซึ่งการจัดการศึกษาในผู้สูงอายุจะอยู่ในส่วนของการมีส่วนร่วม (participation) โดยการเปิดโอกาสในการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิต ได้แก่ การศึกษาขั้นพื้นฐาน ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ การศึกษาตลอดชีวิต (วัลย์พร นันทศุภวัฒน์, 2551) จะเห็นได้ว่า การศึกษาตลอดชีวิตเป็นส่วนสำคัญที่จะส่งเสริมให้เกิดภาวะพหุผลพลึงในผู้สูงอายุ ซึ่งน่าจะสอดคล้องจากการศึกษางานวิจัยที่พบว่า มีงานวิจัยที่เกี่ยวกับการเรียนรู้ตลอดชีวิตในผู้สูงอายุจำนวนมากว่าด้านอื่น แต่ยังไม่เห็นคุณลักษณะของผู้สูงอายุที่มีการเรียนรู้ตลอดชีวิต ซึ่งหากศึกษาคุณลักษณะของการเรียนรู้ตลอดชีวิตจะพบว่า สมิตและสเปอร์ลิง ได้ให้นิยามคุณลักษณะของผู้เรียนรู้ตลอดชีวิตเป็นการแสดงออก 2 ด้าน โดยแต่ละส่วนจะไม่สามารถแยกจากกันได้ (อรอำไพ บุรานนท์, 2554) คือ

ส่วนที่ 1 การแสดงการเรียนรู้ที่เห็นเป็นเชิงประจักษ์ เป็นการเรียนรู้ที่ตั้งใจและมีการวางแผนที่จะดำเนินไปอย่างต่อเนื่องตลอดช่วงชีวิต

ส่วนที่ 2 คุณธรรมในการเรียนรู้ เป็นหลักการพื้นฐานทางคุณธรรม 4 ประการ ได้แก่ ความมุ่งมั่นส่วนบุคคล (personal commitment to learning) ความมุ่งมั่นต่อสังคม (social commitment to learning) การนับถือหรือการยอมรับของผู้อื่น (respect for other learning) และ การนับถือความจริง (respect in truth)

จากการศึกษาการพัฒนาตัวบ่งชี้การจัดการศึกษาเพื่อการเรียนตลอดชีวิตของนิตยา สำเร็จผล (2547) พบว่า จะต้องมึเจตคติต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต มีทักษะและความสามารถที่เอื้อในการเรียนรู้ ทักษะการเรียนรู้ตลอดชีวิต คุณลักษณะที่เอื้อในการเรียนรู้ตลอดชีวิต และแนวทางการพัฒนา หลักสูตรที่ส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตต้องกำหนดให้มีการพัฒนาผู้เรียนรู้ตลอดชีวิตสำหรับหลักสูตร สาขาวิชาเป็นจุดประสงค์หลัก หรือกำหนดให้เป็นคุณลักษณะของบัณฑิต และมีเกณฑ์การเรียนการสอนที่ส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตไว้ดังนี้ คือ

1. การบูรณาการแนวดิ่ง

- 1.1 ผู้เรียนวางแผนการเรียนรู้ของตนเอง
- 1.2 ผู้เรียนประเมินการเรียนรู้ของตนเอง
- 1.3 ให้นำหนักการประเมินแบบย่อย มากกว่าแบบรวม

2. การบูรณาการแนวนอน

- 2.1 ให้นำหนักกับการเรียนรู้แบบผู้เรียนเป็นผู้กระทำเชิงรุกมากกว่าเชิงรับ
- 2.2 กระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ทั้งในระบบ นอกกระบบและตามอัธยาศัย
- 2.3 กระตุ้นการเรียนรู้จากเพื่อน (Peer learning)
- 2.4 ผู้เรียนมีการบูรณาการวัสดุ เนื้อหาความรู้จากสาขาวิชาต่าง ๆ
- 2.5 มีการใช้กลวิธีการเรียนรู้ต่าง ๆ ในสถานการณ์ต่าง ๆ
- 2.6 มีการใช้ความรู้เพื่อจัดการกับปัญหาในโลกจริง
- 2.7 ให้นำหนักกับการเรียนรู้อย่างน้อยเท่า ๆ กับเนื้อหาการเรียนรู้
- 2.8 กระตุ้นให้มีการประเมินตนเองโดยพิจารณาจากเกณฑ์ในสังคมจริง

การเรียนรู้ที่ผู้สูงอายุต้องการเรียนรู้อาจแบ่งเป็นด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ด้านทักษะ เช่น ทักษะใหม่ทั้งการคิดและการทำงาน การใช้เทคโนโลยี
2. ด้านการสื่อสาร เช่น การใช้เทคโนโลยีทางด้าน e-mail โทรศัพท์เคลื่อนที่ได้ การเขียน การอ่าน

3. ด้านจิตใจและความเชื่อ เช่น การทำงานอดิเรก ความเชื่อทางด้านจิตวิญญาณ

4. ด้านสังคม เช่น การศึกษาลักษณะผู้คนและการคิด วัฒนธรรม การท่องเที่ยว

จากข้อสรุปข้างต้นมีความสอดคล้องกับการศึกษาของสุมาลี สังข์ศรี (2543) เกี่ยวกับความจำเป็นของการศึกษาตลอดชีวิต เนื่องมาจาก

1. ความเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจและอาชีพการงาน การศึกษามีความจำเป็นกับชีวิตมาก โดยเฉพาะในสภาพสังคมเศรษฐกิจในปัจจุบันที่เกิดการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ อย่างรวดเร็ว
2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมและวัฒนธรรม ปัญหาสังคมมีความซับซ้อนมากขึ้น มีการแข่งขัน เอารัดเอาเปรียบ มีความแตกต่างของกลุ่มคน คนจน คนรวย ประเพณีดั้งเดิมของประเทศต่าง ๆ หรืออารยธรรมต่าง ๆ ถูกครอบงำอย่างรวดเร็วโดยวัฒนธรรมใหม่ ๆ

รูปแบบการจัดการเรียนรู้สำหรับภาวะพหุคูณพลัง

การพัฒนาารูปแบบการจัดการเรียนรู้เริ่มต้นในปี ค.ศ. 1970 และในปี ค.ศ. 1975 เริ่มมีการจัดการศึกษาแบบมหาวิทยาลัยวัยที่สาม (U3A : University of The Age) และมีการจัดการเรียนการ

สอนรูปแบบ Elder hotel ซึ่งมีลักษณะการจัดชั้นเรียนให้แก่ผู้สูงอายุในมหาวิทยาลัย และมีการขยายการจัดการศึกษาในผู้สูงอายุในรูปแบบต่าง ๆ ด้วยหน่วยงาน สถาบันที่เกี่ยวกับการเกษียณอายุ จากงานวิจัย พบว่า การจัดการศึกษาที่เป็นหลักในผู้สูงอายุ คือ การจัดการศึกษาในระบบ

การจัดการศึกษานอกระบบและการจัดการศึกษาตามอัธยาศัย ซึ่งแนวทางการจัดการศึกษาที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุหลังเกษียณ ควรเน้นการจัดการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (นพเกตุ สุขสมเพียร, 2549 และ Lamdin and Fugate, 1997) เพื่อพัฒนาตนเองอันดับแรกและอย่างต่อเนื่อง (เอกพล จันทร์สถิตย์พร, 2551) อีกทั้งยังมีแนวทางการจัดการศึกษา เพื่อพัฒนาความพร้อมเพื่อนำไปสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ หรือภาวะพลุดพลัง โดยจากงานวิจัยของ เพ็ญแข ประจันปัจฉิม (2550) ได้แบ่งเป็น 2 ขั้นตอน ได้แก่

1. ระยะก่อนเกษียณ หรือก่อนอายุ 60 ปี โดยการจัดต้องจัดเป็นการศึกษาในระบบ นอกระบบ และตามอัธยาศัยร่วมกัน

2. ระยะหลังการเกษียณ หรือหลังอายุ 60 ปี ควรได้รับศึกษาในระยะก่อนเกษียณมาก่อน เพื่อการปรับตัวให้เข้าสู่ระยะหลังเกษียณได้ง่ายขึ้น โดยเนื้อหาควรเป็นไปตามทฤษฎีของแมคคัลสกี ที่เน้นความรู้ด้านสุขอนามัยและสุขภาพจิต การเรียนรู้เพื่อการมีส่วนร่วมในสังคม การบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคม การได้รับความรู้และสื่อประเภทต่าง ๆ เพื่อสามารถตามทันต่อการเปลี่ยนแปลงในสังคม และการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง

นอกจากนี้ส่วนใหญ่มีการจัดการศึกษาในผู้สูงอายุตามหน่วยงานหรือสถาบันต่าง ๆ เช่น มหาวิทยาลัย ศูนย์บริการผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุ สวนสาธารณะ เป็นต้น ซึ่งมีความหลากหลายขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของผู้สูงอายุที่ต้องการเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับ Ronald และคณะ (1995) ที่ได้สรุปรูปแบบการจัดการศึกษาที่หน่วยงานต่าง ๆ ได้เข้ามามีบทบาทในการจัดการศึกษาในผู้สูงอายุออกเป็น 5 แบบ โดยเป็นการจัดการศึกษาจากสถาบันต่าง ๆ ดังนี้

1. วิทยาลัยและมหาวิทยาลัยที่มีแนวทางของสถาบันการเกษียณอายุ
2. หน่วยงานที่ให้บริการและข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุ (OASIS : Older Adult Service and Information)
3. ศูนย์ให้คำแนะนำผู้มีปัญหา (Shepherd's center)
4. วิทยาลัยชุมชน
5. ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ

สรุปสาระสำคัญ

การจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งในการส่งเสริมการมีภาวะพลุดพลังของผู้สูงอายุ และสามารถปรับตัวตามการเปลี่ยนแปลงของสังคม โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนการสอนทั้งการศึกษาในระบบ นอกระบบและตามอัธยาศัย เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตในผู้สูงอายุ ซึ่งจักต้องมีการออกแบบการเรียนรู้ที่มีความเหมาะสมกับผู้เรียนและตามความต้องการของแต่ละบุคคล พร้อมทั้งศึกษาแนวทางในการพัฒนาการศึกษาและหลักสูตรสำหรับผู้สูงอายุที่ส่งเสริมการมีภาวะพลุดพลัง เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

ประเด็นที่น่าสนใจจากงานวิจัย

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ นั้น เป็นเป้าหมายของการดูแลผู้สูงอายุในสังคม โดยการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยใช้การจัดการศึกษาด้วยรูปแบบหรือวิธีการต่าง ๆ หรือการแก้ปัญหาในผู้สูงอายุ ตามสถานการณ์ที่พบได้บ่อย ซึ่งพบว่า มีประเด็นที่น่าสนใจดังนี้

1.คุณลักษณะของผู้สูงอายุไทยที่มีการเรียนรู้ตลอดชีวิต ซึ่งพบว่า มีงานวิจัยหลาย ๆ เรื่องที่ศึกษาแนวทางการจัดการศึกษาเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตในผู้สูงอายุ แต่ยังไม่มียงานวิจัยที่สามารถอธิบายได้ว่า คุณลักษณะใดที่เป็นผู้สูงอายุที่มีการเรียนรู้ตลอดชีวิตที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตตามบริบทของสังคมไทย

2.การพัฒนาหลักสูตรการอบรมเพื่อเตรียมความพร้อมให้ผู้สูงอายุก้าวเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ (Active Aging) จากงานวิจัยพบว่า มีหลักสูตรที่เน้นฝึกทักษะในการดูแลแก่กลุ่มบุคลากรสุขภาพและผู้ดูแลผู้สูงอายุ แต่ขาดการพัฒนาหลักสูตรที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับอาชัญญา รัตอุบล และคณะ (2552) กล่าวว่า ยังไม่มีหลักสูตรการอบรมเพื่อเตรียมความพร้อมให้ประชาชนก้าวเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ (Active Aging) ที่ชัดเจน

เอกสารอ้างอิง

- กฤษณพันธ์ เฟ็งศรี. (2553). *รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมสำหรับผู้สูงอายุ*. (ปริญญาณิพนธ์ดุขฎิบัณฑิต). สาขาการศึกษาผู้ใหญ่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- จิตตินันท์ พรหมสุวรรณ. (2547). *ความต้องการการศึกษาหลังเกษียณอายุของอาจารย์ที่เป็นสมาชิกชมรม มก. อาวุโสและชมรมผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*. (ปริญญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). สาขาการศึกษาผู้ใหญ่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- ชโลทัย บัญติ. (2540). *ปัญหาในการเรียนของนักศึกษาผู้ใหญ่วัยกลางคนและสูงอายุในหลักสูตรการศึกษานอกโรงเรียนสายสามัญ วิธีเรียนทางไกล จังหวัดกำแพงเพชร*. (ปริญญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). สาขาการศึกษาผู้ใหญ่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- ทวีศักดิ์ รูปสิงห์. (2550). *การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สำหรับบุคลากรด้านสุขภาพ*. (ปริญญาณิพนธ์การศึกษาดุขฎิบัณฑิต). สาขาการพัฒนาศูนย์การมนุษย์. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- ทิพาพร ทองสว่าง. (2541). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณของวัยผู้ใหญ่กลางคน*. (ปริญญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). สาขาจิตวิทยาพัฒนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- นพเกตุ สุขสมเพียร. (2549). *รูปแบบการจัดการศึกษาหลังเกษียณอายุสำหรับข้าราชการพลเรือนไทย*. (ปริญญาณิพนธ์การศึกษาดุขฎิบัณฑิต). สาขาการศึกษาผู้ใหญ่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.

- นิตยา สำเร็จผล. (2547). *การพัฒนาตัวบ่งชี้การจัดการศึกษาเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต*. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษา ดุษฎีบัณฑิต). สาขาการศึกษาผู้ใหญ่บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- เบญจวรรณ วงษาดี. (2550). *ศึกษาเกี่ยวกับการศึกษาความต้องการกิจกรรมการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุ*. (ปริญญาานิพนธ์มหาบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ สุรินทร์ ประเทศไทย.
- เพ็ญแข ประจันปัจฉินัก. (2550). *การจัดการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิต เพื่อเตรียมความพร้อมในการพัฒนาภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุไทย*. ภาควิชาการศึกษาผู้ใหญ่ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- ยุทธ ไกรยวรรณ. (2545). *การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุ*. (วิทยานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต). สาขาวิจัยและพัฒนาหลักสูตร บัณฑิตวิทยาลัย สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- ลัดดาวลัย พุทธรักษา. (2553). *รูปแบบการพัฒนาผู้ดูแลผู้สูงอายุโดยการเรียนรู้การนำตนเองและการจัดการความรู้*. (ปริญญาานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต). สาขาการศึกษาผู้ใหญ่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- วาทีณี บุญชะลัทธิ. (2545). *โครงการนโยบายและทิศทางนโยบายด้านผู้สูงอายุในอนาคต*. (ออนไลน์). แหล่งที่มา : http://www.thaigri.org/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=22&Itemid=27. วันที่สืบค้น 19 กันยายน 2563.
- วิไล คุปต์นิรติชัยกุล, รุ่งนิรันดร์ ประดิษฐ์วรรณ และ เจนจิต แสงศิรินาคะกุล. (2545). สุขภาพจิตของผู้สูงอายุ : สิ่งที่ถูกมองข้าม. *วารสารพัฒนาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ*, 3: 33-37.
- สมฤดี ธีมกิตคุณ. (2550). *ปัจจัยทางชีวสังคม ที่คนคิดการเกษียณ และคร่ำคร่าในศาสนากับการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานของบุคลากรฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์*. (ปริญญาานิพนธ์มหาบัณฑิต). สาขาจิตวิทยาพัฒนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- สุพัตรา คชาทอง. (2545). *การใช้อินเทอร์เน็ตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาสมาชิกกลุ่ม OPPY Club*. (ปริญญาานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). สาขาบรรณารักษศาสตร์และสารนิเทศศาสตร์. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- สุมาลี สังข์ศรี. (2543). *รายงานสรุปการสัมมนา นโยบายส่งเสริมการศึกษาตลอดชีวิตของประเทศไทย*. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักงานกฤษฎมนตรี.
- อรอำไพ บุรานนท์. (2554). *แนวทางการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตตามความต้องการของผู้สูงอายุ ศูนย์บริการผู้สูงอายุดินแดง สังกัดกรุงเทพมหานคร*. (ปริญญาานิพนธ์มหาบัณฑิต). สาขาการศึกษาผู้ใหญ่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- อาชัญญา รัตน์อุบลและคณะ. (2552). *การศึกษาสภาพ ปัญหา ความต้องการ และรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านการเตรียมความพร้อมเมื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุของผู้ใหญ่วัยแรงงาน*. กรุงเทพมหานคร. มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย.

- อุสรพร กล้าถึก. (2550). *การพัฒนากระบวนการเรียนรู้ทางสุขภาพของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ตำบล ดงคอน อำเภอสรรคบุรี จังหวัดชัยนาท*. (ปริญญาานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). สาขา ยุทธศาสตร์การพัฒนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- เอกพล จันท์สถิตย์พร. (2551). *การประเมินความต้องการจำเป็นในการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร*. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต) สาขาการวิจัยและ สถิติทางการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย.
- Farquhar, L. (2010). Wisdom in a learning in retirement institute. *Educational Gerontology, 36*: 641-653.
- Johnson, M.L. and Bungum, T. (2008). Aging adults learning new avocations: Potential increases in activity among educated baby-boomers. *Educational Gerontology, 34*: 970-996.
- Knodel, J. and Chayovan, N. (2008). *Population Ageing and the Well-being of Older Persons in Thailand*. Population Studies Center University of Michigan Institute of Social Research.
- Lamdin, L., and Fugate, M. (1997). *Elder learning new frontier in an aging society*. The Oryx Press, United state of America.
- Lewis, G.M.B. (2010). Education and learning for the elderly: Why, How, What. *Educational Gerontology, 36*: 213-228.
- Ronald, J., Denise, M., Snodgrass, D., and McKenzie, M.D. (1995). *Older adult education*. Greenwood Publishing Group, United state of America.
- Villar, F., Triado, C., Pinazo, S., Celdran, M., and Sole, C. (2010). Reasons for older adult participation in university programs in Spain. *Educational Gerontology, 36*: 244-259.
- World Health Organization. (2002). Active ageing: a policy frame work. *World Health Organization*. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/67215>.
-

การดูแลแบบประคับประคองเพื่อเพิ่มความสุขให้วัยรุ่นที่เป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลือง PALLIATIVE CARE TO INCREASE HAPPINESS OF ADOLESCENTS WITH LYMPHOMA

Received: Jul 22, 2020

Revised: Oct 16, 2020

Accepted: Nov 18, 2020

สุนีย์ ชื่นจันทร์^{1*} อัญชลี ประเสริฐ² นารีรัตน์ อมรสุภรณ์ศาสตร์³
Sunee Chuenjan^{1*} Anchalee Prasert² Nareerat Amornsupirnsart³

¹⁻³ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
¹⁻³ Faculty of Nursing, Kasem Bundit University

* Corresponding Author, E-mail: sunee.chu@kbu.ac.th

บทคัดย่อ

วัยรุ่นที่เป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลือง ความสุขของวัยรุ่นเหล่านี้ จะหาความสุขได้อย่างไร เมื่อได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลือง ต้องเข้ารับการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด รวมระยะเวลาอีก 1-2 ปี โดยยังไม่ทราบผลลัพธ์ที่แน่นอนของการรักษา มะเร็งต่อมน้ำเหลืองพบได้บ่อยติดอันดับ 1 ใน 5 ของมะเร็งที่พบบ่อยในคนไทยและเป็นมะเร็งที่พบบ่อยในวัยรุ่น พยาบาลมีบทบาทสำคัญในการดูแลวัยรุ่นที่เป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองเหล่านี้ ในทุกขั้นตอนของการรักษา ตั้งแต่เริ่มได้รับการวินิจฉัย ระยะเวลาได้รับยาเคมีบำบัด ระยะเวลาได้รับรังสีรักษา และแม้แต่ในระยะเวลาที่วัยรุ่นเหล่านี้อยู่ในระยะสุดท้ายของชีวิต ที่สำคัญที่สุดคือ พยาบาลเป็นตัวละครสำคัญในอันที่จะจัดสรร, จัดการ และเสริมสร้าง ความสุขให้แก่วัยรุ่นที่เป็นโรคมะเร็งต่อมน้ำเหลือง โดยบูรณาการเข้ากับหลักการของการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) ตั้งแต่ระยะเริ่มแรกรับการวินิจฉัยโรค จนกระทั่งผู้ป่วยหายขาดจากโรค หรือแม้กระทั่งถึงระยะที่ผู้ป่วยรอเวลาที่จะจากโลกนี้ไปอย่างสงบด้วยไม่สามารถรักษาโรคให้หายต่อไปได้

บทความนี้ขอเสนอแนวทางการดูแลวัยรุ่นที่เป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองด้วยการประคับประคอง เพื่อเป็นการเพิ่มความสุขให้กับผู้ป่วยตลอดช่วงเวลาของการรักษามะเร็งต่อมน้ำเหลือง

Abstract

For teens with lymphoma cancer the happiness of these teens how to find happiness when diagnosed with lymphoma and must be treated with periodic chemotherapy without knowing the exact outcome of the treatment. Lymphoma is the most common cancer in adolescents in Thailand. Nurses play an important role in the care of teens with these lymphoma at all stages of treatment. Since being diagnosed stage of receiving chemotherapy radiotherapy and even in these teenage years in the final stages of life and most importantly nurses are an important role in the allocation, management and promotion. Happiness for

คำสำคัญ: การดูแลแบบประคับประคอง ความสุข วัยรุ่นที่เป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลือง

teenagers with lymphoma, regardless of the color shade of happiness. By using the principles of palliative care from the initial stage of diagnosis until the patient is cured from the disease or even to the point that the patient waits for the time to leave the world peacefully, unable to cure the disease further.

This article presents guidelines for caring adolescents with lymphoma by palliative care to increase happiness for them during the lymphoma treatment.

Key words: Palliative Care, Happiness, Adolescents, Lymphoma

บทนำ

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีแต่ความสดใส ร่าเริง ชีวิตกำลังอยู่ในช่วงมีความหวัง มีความงาม มีความสุข มีอนาคตที่สดใส วัยที่มีความเป็นส่วนตัว เป็นตัวของตัวเอง มีความต้องการจัดการสิ่งที่เกิดขึ้นและเกี่ยวข้องกับตัวเองด้วยตัวเอง ไม่ต้องการการบังคับ หรือควบคุม การมีสุขภาพที่แข็งแรงมาตลอดเวลา แต่เมื่อได้รับคำวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองนั้น มันเป็นเรื่องร้ายและทำให้วัยรุ่นนั้นเจ็บปวด ตกใจ และเสียใจ วัยรุ่นหรือคนทุกคนย่อมไม่ต้องการให้เกิดขึ้นกับตนเอง เขาเหล่านั้นย่อมรู้สึกโกรธ เศร้าใจ โทษโชคชะตาของตนเอง ดังนั้นความสำคัญของการให้การดูแลเยียวยาจิตใจของวัยรุ่นที่ได้ผลดีในช่วงนี้คือ การให้ข้อมูล และ แผนการรักษาของแพทย์ การให้กำลังใจของ พ่อ แม่ คนรัก และเพื่อน การส่งเสริมเพิ่มพลังใจให้วัยรุ่น เอาชนะกับโรคร้าย มีเป้าหมายให้รักษาหายขาดโรคสงบได้จะเป็นวิธีที่ดีที่สุด อารมณ์ของวัยรุ่นที่พบมากที่สุดเมื่อได้รับข่าวร้ายนั้น ได้แก่ ความกลัว กังวล และเศร้าหมอง บางคน อาจปฏิเสธ ไม่เชื่อ ในคำวินิจฉัยของแพทย์ อาจมีอาการโกรธ โกรธตัวเองที่ดูแลตนเองไม่ดี โกรธโชคชะตา วัยรุ่นอาจอยากอยู่คนเดียว ร้องไห้เป็นระยะเวลานาน นอนไม่หลับ ไม่รับประทานอาหาร แต่เมื่อเวลาผ่านไป 1-2 อาทิตย์ วัยรุ่นจะเริ่มยอมรับความจริง อาจจะมีอาการเสีย ละเหี่ยวใจ ไม่มีสมาธิ ไม่มีแรง

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอความหมายและขั้นตอนการรักษาโรคมะเร็งต่อมน้ำเหลือง ตลอดจนบทบาททางจิตวิทยาของพยาบาลในการประยุกต์ใช้หลักการดูแลแบบประคับประคอง ในอันที่จะจัดสรร, จัดการ และสร้างเสริมความสุข ให้แก่วัยรุ่นที่เป็นโรคมะเร็งต่อมน้ำเหลืองในทุกขั้นตอนของการรักษา

ผลกระทบของโรคมะเร็งต่อมน้ำเหลืองต่อสุขภาพจิต

ต่อมน้ำเหลือง (Lymph node) มีลักษณะคล้ายเม็ดถั่ว ภายในประกอบด้วยเม็ดเลือดขาวชนิด Lymphocyte ทำหน้าที่ต่อสู้กับเชื้อโรคโดยสร้างสารภูมิต้านทาน และทำลายเชื้อโรคที่เข้าสู่ร่างกาย มีการขนส่งน้ำเหลืองไปตามท่อน้ำเหลืองทั่วร่างกาย เราจะพบต่อมน้ำเหลืองได้ตามร่างกายหลายแห่งมาก เช่นที่ ลำคอ รักแร้ ข้างหู เต้านม หรือบริเวณขาหนีบ นอกจากนี้ยังมีอวัยวะอื่นที่จัดอยู่ในระบบน้ำเหลืองเหมือนกัน ได้แก่ ต่อมทอนซิล ม้าม และ ต่อมไทมัส เมื่อมีการเจริญเติบโตของต่อมน้ำเหลืองหรือเนื้อเยื่อน้ำเหลืองที่มากเกินไป ในระบบน้ำเหลืองเราเรียกว่า เป็น มะเร็งต่อมน้ำเหลือง (Lymphoma) มีผู้ป่วยใหม่ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองปีละกว่า 3,000 ราย หรือ 8 รายต่อวัน (ธานินทร์ อินทรกำรชชัย, 2562) ขั้นตอนการรักษามะเร็งต่อมน้ำเหลืองมี อยู่ 4 ขั้นตอน คือ รักษาด้วยการให้ยาเคมีบำบัด, การให้รังสีรักษา การรักษาด้วยแอนติบอดี และการปลูกถ่ายเซลล์ต้นกำเนิด (stem cell transplantation) มะเร็งต่อม

น้ำเหลืองมี 2 ชนิดด้วยกัน คือ ชนิด Hodgkin Lymphoma (HL) ซึ่งจะพบมากในวัยรุ่น และผู้ใหญ่ตอนต้น (อายุ 20-30ปี) ส่วนอีกชนิดคือ ชนิด Non Hodgkin Lymphoma(NHL) ซึ่งพบมากในผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ ลักษณะอาการของมะเร็งต่อมน้ำเหลืองเนื่องจากการหลั่งของ cytokine จากเซลล์ที่ผิดปกติ cytokine ที่หลั่งออกมาทำให้เกิดอาการต่าง ๆ ของโรค เช่น มีไข้ ความผิดปกติของเซลล์ต่อมน้ำเหลืองทำให้การทำงานของระบบต่อมน้ำเหลือง ซึ่งทำหน้าที่เป็นภูมิคุ้มกันต้านเชื้อโรคผิดปกติไป โดยทั่วไป HL จะเริ่มเป็นในต่อมน้ำเหลืองต่อมเดียวก่อนและจะแพร่กระจายไปยังต่อมน้ำเหลืองใกล้เคียง ส่วนสาเหตุของการเกิดมะเร็งต่อมน้ำเหลืองนั้นยังไม่ทราบแน่ชัด (ศ.นพ.ธานินทร์ อินทรกำธรชัย) ประธานชมรมโรคมะเร็งต่อมน้ำเหลืองแห่งประเทศไทย กล่าวว่า การตรวจวินิจฉัยโรคนี้ แพทย์จะตัดต่อมน้ำเหลืองหรือชิ้นเนื้อที่ต้องสงสัย เพื่อตรวจทางพยาธิวิทยา ตรวจเลือด ตรวจไขกระดูกและตรวจทางรังสี เช่น การตรวจทางรังสีของทรวงอก เอกซเรย์คอมพิวเตอร์ (CT scan) หรือการเอกซเรย์คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า (MRI) การตัดชิ้นเนื้อจากต่อมน้ำเหลืองที่โตไปตรวจเพื่อดูชนิดของเซลล์น้ำเหลืองว่าเป็นชนิดใดเป็นเซลล์มะเร็งหรือไม่ เมื่อพบว่าเป็นเซลล์มะเร็งแล้วแพทย์จะนัดไปรับการตรวจไขกระดูก เพื่อสืบหาว่า เซลล์มะเร็งได้กระจาย ลูกกลมเข้าไปในไขกระดูกหรือยัง เป็นความโชคร้ายผสมกับโชคดีคือ มะเร็งต่อมน้ำเหลืองในเด็กทุกชนิดจะมีการแบ่งตัวเร็ว ทำให้ก้อนใหญ่ขึ้นอย่างรวดเร็ว หากไม่รีบรักษาจะป่วยหนักและถึงแก่ชีวิตในระยะเวลาอันสั้น แต่ถ้าได้รับการรักษาจะมีโอกาสหายขาดได้ โดยแพทย์จะรักษาด้วยสูตรยาเคมีบำบัด (Chemotherapy protocol) เป็นการให้ยาเคมีหลายชนิดเรียงต่อกันเป็นชุดตามลำดับ สูตรยาแต่ละชนิดจะผ่านการวิจัยมาแล้วว่าสามารถรักษามะเร็งแต่ละชนิดให้หายขาดได้ เซลล์มะเร็งแต่ละชนิดจะได้รับสูตรการให้ยาเคมีบำบัดแตกต่างกันออกไป ในปัจจุบันนอกจากการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด การฉายรังสี การผ่าตัดแล้ว ยังมีการรักษาด้วยการเปลี่ยนถ่ายเซลล์ต้นกำเนิด (Stem cell) ซึ่งสามารถใช้วิธีการรักษาในชนิดของมะเร็งต่อมน้ำเหลืองบางประเภท แผนการรักษาของมะเร็งต่อมน้ำเหลือง ขั้นตอนแรกที่สำคัญที่สุด คือ การรักษาด้วยยาเคมีบำบัด ตามโปรแกรมที่แพทย์ผู้รักษาคิดว่าเหมาะสมกับชนิดของมะเร็งชนิดนั้น จะมีการให้ยาเคมีบำบัดเป็นเข็ม อาจจะให้เดือนละ 1 เข็ม การให้ยาอาจจะกินระยะเป็นปี

จากข้อมูลดังกล่าว ชี้ให้เห็นว่าผู้ป่วยที่เป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองต้องได้รับการรักษาดูแลทางการแพทย์ ตั้งแต่การตรวจวินิจฉัย การตรวจทางรังสี การตัดชิ้นเนื้อ การรักษาด้วยเคมีบำบัด การฉายรังสี การผ่าตัด หรือการเปลี่ยนถ่ายเซลล์ต้นกำเนิด ทุกขั้นตอนย่อมสร้างความทุกข์ทรมาน ความวิตกกังวล นำมาซึ่งการขาดความสุข ด้วยเหตุนี้ การสร้างความสุขให้วัยรุ่นที่เป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองจึงมีความสำคัญยิ่ง การสร้างความสุขวิธีหนึ่งจะเกิดขึ้นได้ก็ด้วยการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative Care)

การดูแลแบบประคับประคอง

ลักษณะที่สำคัญของการดูแลแบบประคับประคองคือ การดูแลแบบองค์รวมตั้งแต่การดูแลทางด้านร่างกาย จิตใจ จิตสังคมและจิตวิญญาณ โดยครอบครัวเป็นส่วนหนึ่งของทีมการดูแล เน้นการทำงานแบบสหสาขาวิชาชีพ มีเป้าหมายที่สำคัญคือ ทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและครอบครัวดีขึ้น (พรทวี ยอดมงคล, 2556) โดยช่วยให้ผู้ป่วยเด็กและครอบครัวสามารถปรับตัว ปรับใจ และมีพลังต่อสู้กับโรค ที่อาจหายขาดหรือรักษาไปแล้วระยะเวลาหนึ่งอาจจะไม่สามารถรักษาต่อไปได้ กลายเป็นผู้ป่วยระยะสุดท้ายจนกระทั่งเสียชีวิต และยังรวมถึงการดูแลครอบครัวของผู้ป่วยหลังการสูญเสียด้วย

กิจกรรมการดูแลแบบประคับประคองตามขั้นตอนการรักษามะเร็งต่อมน้ำเหลือง

ผู้เขียนขอแนะนำการใช้กิจกรรมการดูแลแบบประคับประคองตามขั้นตอนการรักษามะเร็งต่อมน้ำเหลือง เป็น 4 ขั้นตอน ดังนี้

1. กิจกรรมการดูแลแบบประคับประคองตามขั้นตอนการยืนยันผลการตรวจวินิจฉัยโรคว่าวัยรุ่นเป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลือง

ขั้นตอนนี้ วัยรุ่นอาจยังไม่ได้ ได้รับความรักษาอยู่ในโรงพยาบาล วัยรุ่นจะมาพบแพทย์ที่ คลินิกโรคทางโลหิตวิทยา ในวันที่แพทย์นัดเพื่อยืนยันผลการตรวจชิ้นเนื้อ ปัญหาสำคัญที่สุดในขั้นตอนนี้คือ การได้รับแจ้งข่าวร้าย วัยรุ่นและครอบครัวจะเจ็บปวดกับคำวินิจฉัยของแพทย์ การรับฟัง การให้คำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาของตัวเองเช่นการต้องหยุดเรียนหนังสือเพื่อให้ยาเคมีบำบัด แผนและรายละเอียดของการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด แพทย์ และพยาบาลผู้ดูแลให้กำลังใจ วัยรุ่นและครอบครัวในการเพิ่มพลังอำนาจในตนเองให้ได้รับการรักษาและมีความคิดเชิงบวก

- กิจกรรมกลุ่มสนับสนุน (Group support) โดยวัยรุ่นที่เป็นมะเร็งเหมือนกันและผ่านพ้นการรักษาและอยู่ในขั้นตอนของโรคสงบ มาให้กำลังใจ บอกรายละเอียดของการปฏิบัติตนเมื่อต้องได้รับการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด เช่น ยาเคมีบำบัดตัวนี้ จะปวดเส้นเลือดมากต้องใช้น้ำอุ่นประคบเส้นแล้วจะดีขึ้น โดยทั้งนี้จะมีพยาบาลผู้มีความเชี่ยวชาญด้านเคมีบำบัด คอยให้ข้อมูลและตอบข้อสงสัยต่างๆ แก่ วัยรุ่น รายใหม่ที่กำลังจะเข้าทำการรักษา การรับฟัง การยอมรับ การให้ความกระจ่างในสิ่งสงสัย การให้กำลังใจ ปลอบโยน และการให้ผู้ป่วยและครอบครัวมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น ช่วยประคับประคองให้ผู้ป่วยและครอบครัวเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง สามารถมีพลังในการยอมรับการรักษา และต่อสู้กับอุปสรรคที่จะเกิดขึ้นระหว่างรับการรักษาต่อไปได้

- พยาบาลหรือผู้ดูแล วางแผนช่วยเหลือเด็กป่วยและผู้ปกครองโดย การประเมินความรู้ทัศนคติ ความเชื่อที่ผิด และการทำความเข้าใจที่ถูกต้องในคำอธิบายที่เกี่ยวกับโรค และการรักษาพยาบาล ในระยะนี้ เด็กป่วยและผู้ปกครองจะมีความเครียด วิตกกังวล และความทุกข์อย่างมาก พยาบาลสามารถเปิดโอกาสให้เด็กป่วยและผู้ปกครองได้ระบายความทุกข์ร้อน สอบถามข้อมูลต่าง ๆ ในเรื่องการเตรียมตัวเข้ารับการรักษา และการเป็นที่ปรึกษาในเรื่องของปัญหาต่างๆก่อนเข้ารับการรักษา พยาบาลสามารถใช้เวลานี้ในการสร้างสัมพันธภาพแก่เด็กป่วยและผู้ปกครอง และโน้มน้าวให้เกิดทัศนคติที่ดีในการเข้ารับการรักษาเสริมแรงทำให้เด็กป่วยและผู้ปกครองเกิดพลังอำนาจในตนเองในอันที่จะต่อสู้กับโรคต่อไป ในขั้นตอนนี้พยาบาลต้องระมัดระวังเรื่องความเครียดของเด็กป่วยและผู้ปกครอง อาจจะทำให้การรับรู้เป็นไปด้วยความยากลำบากอาจมีการเข้าใจผิดหรือการรับรู้จำกัด พยาบาลจำเป็นต้องมี เมตตา และตั้งใจจริงในการอธิบายข้อมูลต่างๆ พยายามอย่าใช้คำพูดที่สั้น และห้วนตรง และ ไม่มีการฟ้อนหนักฟ้อนเบา เพราะเป็นไปได้ว่า ผู้ป่วยและผู้ปกครองอาจจะยังไม่สามารถยอมรับการเจ็บป่วยครั้งนี้ได้ ให้เวลาผู้ป่วยและผู้ปกครองในการยอมรับสิ่งที่เด็กป่วยเป็น และตั้งสติยอมรับแผนการรักษาต่อไป

- เมื่อมีการส่งผู้ป่วยไปเข้ารับการรักษาคืออาจจะส่งต่อไปรับยาเคมีบำบัดที่ตึกดูแล (day care) หรือแพทย์อาจรับเด็กป่วยไว้ในโรงพยาบาลเพื่อให้ยาเคมีบำบัดตามแผน พยาบาลที่ดูแลควรส่งต่อข้อมูลสำคัญของเด็กป่วยไปยังตึกที่จะ admit หรือ day care ต่อเนื่องด้วย เช่น ข้อมูลว่าเด็กป่วยเส้นเลือดดำ

เปาะแตกง่าย เด็กจะเป็นลมง่ายถ้าเจ็บมากเพราะจะมีกล้ามเนื้อ หรือข้อมูลอื่น ๆ ที่พยาบาลสามารถวางแผนป้องกันอันตรายต่างๆที่จะเกิดขึ้นกับเด็กป่วยได้

2. กิจกรรมการดูแลแบบประคับประคองตามขั้นตอนการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด

ขั้นตอนการรักษาด้วยยาเคมีบำบัดในเด็กป่วยมะเร็งต่อมน้ำเหลืองนั้น ใช้ระยะเวลายาวนานที่สุดอาจกินระยะเวลาเป็นปี มีความสำคัญที่สุดในขั้นตอนนี้ วัยรุ่นที่ป่วยเป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลือง อาจจะมาโรงพยาบาลเป็นระยะที่หน่วยการให้ยาเคมีบำบัดเมื่อให้ยาเคมีบำบัด แล้วกลับบ้าน หรืออาจมาพักรักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาลจากภาวะแทรกซ้อนของยาเคมีบำบัดเช่น มีการติดเชื้อจากเม็ดเลือดขาวต่ำ เกล็ดเลือดต่ำ ยาเคมีบำบัดบางตัวอาจทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนทางหัวใจ เช่น ทำให้ภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ เพราะยาเคมีบำบัดมีผลในการทำลายเซลล์มะเร็ง ก็จริงแต่ก็มีผลกระทบต่อเซลล์ปกติของร่างกายด้วยหรือมีผลต่อเซลล์ของร่างกายที่มีการแบ่งตัวเร็วด้วย เช่น เซลล์เยื่อหูทางเดินอาหาร และเซลล์รากผม กิจกรรมของพยาบาลในขั้นตอนนี้ พยาบาลมีบทบาทในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อวัตถุประสงค์หลัก 3 ประการด้วยกันคือ

1. บรรเทาความเจ็บปวดทุกข์ทรมานทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ
2. เพิ่มความสุขในขณะที่ต้องได้รับการรักษาอยู่ในโรงพยาบาล
3. เพิ่มความสามารถในการดูแลตนเองในขณะที่เด็กป่วยและครอบครัวอยู่ที่บ้าน ซึ่งจะขอกล่าวถึงกิจกรรมการดูแลที่สามารถปฏิบัติดังนี้

2.1. ก่อนให้ยาเคมีบำบัดแก่ผู้ป่วย พยาบาลจำเป็นต้องมีความรู้เกี่ยวกับตัวยาเคมีบำบัดแต่ละตัวอย่างละเอียดลึกซึ้ง ตั้งแต่ รู้ถึงภาวะแทรกซ้อนที่เกิดจากยาตัวนั้น รู้วิธีการบริหารยา วิธีแก้พิษ วิธีการเก็บรักษายา และวิธีบรรเทาความทรมานจากการให้ยาตัวนั้น เช่น ยา Vincristine เป็นยาที่มีการทำลายเซลล์ห้ามรั้วซึมออกนอกเส้นเลือด พยาบาลต้องระมัดระวังในการเลือกเส้นเลือดดำที่ใหญ่และตรงถ้ามีการรั้วซึมจะต้องใช้วิธีการประคบร้อน ยาตัวนี้มีผลทำให้เด็กป่วยท้องผูกต้องให้คำแนะนำแก่เด็กป่วยและผู้ปกครองให้ดื่มน้ำมากๆและรับประทานผักและผลไม้กระตุ้นให้มีการเคลื่อนไหวตามสภาพเด็กป่วยเพื่อป้องกันอาการท้องผูก การที่พยาบาลมีความรู้ ในเรื่องของยาเคมีบำบัดแต่ละตัวอย่างลึกซึ้งสามารถบรรเทาความทุกข์ทรมานอันเกิดจากภาวะแทรกซ้อนหรือผลที่เกิดจากยาเคมีบำบัดได้เป็นอย่างดี

2.2. พยาบาลสังเกต ติดตาม รวบรวมข้อมูลทางห้องปฏิบัติการในส่วนของการทำงานของไต ดับหน้าที่ของเม็ดเลือดแดง และระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ภาวะความสมดุลของอิเล็กโทรไลต์ (Electrolyte) และวางแผนการพยาบาลให้สอดคล้องกับสภาพของเด็กป่วยได้อย่างรวดเร็ว เช่น เด็กป่วยมีเม็ดเลือดขาวต่ำลงกว่าค่าปกติ พยาบาลต้องบริหารจัดการมาตรการต่างๆเพื่อป้องกันมิให้เด็กป่วยเกิดการติดเชื้อได้ เช่น การย้ายเด็กป่วยเข้าห้องปลอดเชื้อ การส่งอาหารแบคทีเรียต่ำ (Low bacteria) เป็นต้น

2.3. พยาบาลช่วยประสานงานแก้ปัญหาเรื่องการเรียนของวัยรุ่น อาจมีการติดต่อโรงเรียนหรือมหาวิทยาลัยในเรื่องขั้นตอนการรักษา เพราะเรื่องการเรียนรู้เป็นเรื่องสำคัญของวัยรุ่น จัดการวางแผนเรื่องภาพลักษณ์ความสวยงามของวัยรุ่น มีการจัดเตรียมวิกสำหรับสวมใส่ตอนผมร่วงจากยาเคมีบำบัด ส่งเสริม และจัด กิจกรรมต่าง ๆ อันจะทำให้เกิดความสุข ตามองค์ประกอบความสุขของวัยรุ่นในรูปแบบต่าง ๆ ขณะเด็กป่วยได้รับการรักษาอยู่ในโรงพยาบาล ได้แก่ การประดิษฐ์งานศิลปะต่างๆ การส่งเสริมให้มีเพื่อนที่โรงเรียนมาเยี่ยมเยียนบ่อย ๆ การเล่นเกม การจัดกิจกรรมงานวันเกิด การจัดกิจกรรมในโอกาสเทศกาลต่าง ๆ เช่น งานปีใหม่ งานวันลอยกระทง การจัดกลุ่มเพื่อนร่วมแชร์ประสบการณ์ต่าง ๆ การเปิดเพลงตามสาย, หรือกิจกรรมการ

เล่นกีฬาในร่มอื่น ๆ กิจกรรมสร้างความสุข พยาบาลสามารถจัดกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างอิสระ ควรบรรจุลงเป็นภาระงานประจำวัน เพื่อให้ทุกคนในหอผู้ป่วยถือปฏิบัติเป็นหน้าที่ในการทำให้เด็กป่วยมีความสุขอย่างยั่งยืน

2.4. การเพิ่มความสามารถในการดูแลตนเองของเด็กป่วยอยู่ที่บ้าน เป็นกิจกรรมที่สำคัญมาก เพราะตลอดช่วงระยะเวลาของการรักษาเด็กป่วยจะต้องไปมาระหว่างโรงพยาบาลและบ้านตลอดเวลา ยาวนานเป็นปี การที่เด็กป่วยและผู้ปกครองต้องทราบสถานการณ์ของตนเองและวิธีการจัดการในสถานการณ์นั้นเป็นสิ่งสำคัญมากเพราะภาวะแทรกซ้อนอาจจะยังไม่ปรากฏขณะอยู่ในโรงพยาบาลก็เป็นได้ การทำนายเหตุการณ์ของพยาบาลเป็นสิ่งที่พยาบาลเจ้าของไข้จะต้องสื่อสารและให้ความสำคัญอย่างสูงสุด และให้คำแนะนำอันมีประโยชน์แก่เด็กป่วย เช่น ผู้ป่วยที่มาให้ยาเคมีบำบัดที่ตึกดูแล (day care) และเว้นระยะให้ยาไปหลังจากนั้นผู้ป่วยอาจมีเม็ดเลือดขาวลดลงจนถึงเสี่ยงต่อการติดเชื้อของอวัยวะต่าง ๆ ได้ง่าย พยาบาลเจ้าของไข้จะต้องคาดการณ์ได้และให้คำแนะนำแก่เด็กป่วยและผู้ปกครองไปเลย ในเรื่องการป้องกันการติดเชื้อเช่น ช่วงนี้อย่าไปที่สวนสัตว์ อย่าไปที่ชุมนุมที่คนแออัด อย่าอยู่ใกล้คนที่ป็นหวัด เพราะอาจทำให้เกิดการติดเชื้อได้ง่ายเป็นต้น ในข้อนี้ จิตสำนึกของความเป็นพยาบาลในการสังเกตเห็นความสำคัญจะช่วยป้องกันผลกระทบที่ร้ายแรงต่อคนไข้ตามมาทีหลังได้ และทำให้ผู้ป่วยผ่านพ้นเวลาที่ยากลำบากระหว่างขั้นตอนการรักษาไปได้

การจัดโครงสร้างเพื่อส่งเสริมความสุขของวัยรุ่นที่มาพักรักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาลขณะให้เคมีบำบัดหรือมาเข้ารับการรักษาเพื่อรักษาภาวะแทรกซ้อนจากยาเคมีบำบัด ที่หอผู้ป่วยสามารถบริหารจัดการได้ เช่น

1) การจัดพื้นที่สำหรับการเล่นในหอผู้ป่วย (Play area) มีการบริหารจัดการ การเล่น, อุปกรณ์การเล่น, การล้างทำความสะอาดของเล่น ในเด็กที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ, การซื้อของเล่นที่เหมาะสมในแต่ละวัย, การจัดสนทนาการตามโอกาสต่าง ๆ โดยมีอาสาสมัคร หรือ ครูจากกระทรวงสำหรับสอนเด็กป่วยเรื้อรังร่วมกับพยาบาล เจ้าหน้าที่ แพทย์ทางจิตเวชเด็ก ประสานความร่วมมือกันในการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับวัยรุ่นที่ป่วยเป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลือง

2) การจัดกลุ่มสนับสนุน (Group Support) สำหรับให้คำปรึกษา ปัญหาหรือวางแผนแนวทางการรักษาร่วมกันของแพทย์ พยาบาล บิดา มารดา นักจิตวิทยา และผู้ดูแล เพื่อหาทางแก้ปัญหาต่างๆของเด็กป่วย เช่น ปัญหาทางพฤติกรรมหรือปัญหาทางจิตใจของวัยรุ่นที่ป่วย รวมทั้งการประชุมร่วมกันของบิดา มารดา พยาบาล จิตแพทย์ นักจิตวิทยา ในเด็กที่มีปัญหาทางจิตสังคมหรือปัญหาอื่น ๆ ที่ต้องการความช่วยเหลือ

3) จัดเตรียมพื้นที่เพื่อจัดกิจกรรมทางศาสนา เช่น ห้องละหมาด, หิ้งพระ มีโครงการใส่บาตรพระในโอกาสต่าง ๆ การฟังเทศน์ หรือการบรรยายตามความเชื่อของแต่ละศาสนา

3. กิจกรรมการดูแลแบบประคับประคองในขั้นตอนการรักษาด้วยรังสี

เป็นวิธีการรักษามะเร็งต่อมน้ำเหลืองที่อาจใช้ร่วมกับการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด ขึ้นอยู่กับชนิดของมะเร็งต่อมน้ำเหลือง ระยะของโรค และสภาพของผู้ป่วยโดยรวม แพทย์ผู้เชี่ยวชาญจะเลือกแนวทางการรักษาที่เหมาะสมกับโรคและสภาพของผู้ป่วย มากที่สุด วิธีการรักษาชนิดนี้คือ แพทย์จะใช้แสงเอกซเรย์จากเครื่องเร่งอนุภาค (Linear accelerator) ในการปล่อยลำแสงเอกซเรย์ไปทำลายเซลล์มะเร็ง การรักษาแต่ละครั้ง จะไม่รู้สึกรู้เจ็บปวดใดๆ ใช้เวลาประมาณ 30 นาที ในแต่ละครั้ง ใช้เวลาต่อเนื่องกันแล้วต่อวัฏประสงค์ของการรักษา อาจฉาย 12-20 ครั้ง การฉายแสงเฉพาะส่วนของร่างกาย เป็นการฉาย

แสงที่เน้นไปยังบริเวณที่คาดว่ามีการกระจายของโรค (Involved-field radiation) มักใช้ร่วมกับการให้ยาเคมีบำบัด การฉายแสงไปยังเนื้อเยื่อทุกส่วนของร่างกายเรียกว่า Total body irradiation เพื่อกำจัดเซลล์มะเร็งที่ยังหลงเหลือก่อนการปลูกถ่ายไขกระดูกและกดภูมิคุ้มกันของร่างกาย หลังการฉายแสงได้ซักระยะหนึ่ง จะเริ่มมีอาการ อากาที่พบ ได้แก่ ปากเป็นแผล เจ็บปากเจ็บคอ กลืนอาหารลำบาก ไม่รู้รสชาติอาหาร น้ำหนักลด เพราะกินอะไรไม่ค่อยได้ ผอมจาง บริเวณที่ฉายแสงอาจ ไหม้ ดำคล้ำหมด ผิวหนังแห้งและคัน คำแนะนำที่ควรให้กับวัยรุ่นโรคมะเร็งต่อมน้ำเหลืองในขั้นตอนนี้ได้แก่

1. เรื่องอาหาร แนะนำเรื่องการรับประทานที่มีวิตามินสูง โปรตีนสูง และย่อยง่าย เช่น เนื้อปลา ผลไม้อาจมีภาวะคลื่นไส้อาเจียน ให้รับประทานยาแก้คลื่นไส้อาเจียน และพยายามรับประทานอาหารให้ได้ อาหารที่ดีในช่วง ฉายรังสี เพื่อให้ร่างกายแข็งแรงที่สุด และควรรับประทานอาหารหลังฉายแสงไปแล้ว 1 ชั่วโมง ควรดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 2,000-3,000 cc น้ำช่วยให้ร่างกายชุ่มชื้น และระบายความร้อนออกจากร่างกาย

2. เรื่องการดูแลผิวหนังบริเวณฉายรังสีให้แห้ง ระวังระวัง การกระทบกระเทือนและการติดเชื้อ รักษาผิวหนังให้แห้ง ผิวหนังบริเวณที่ฉายรังสี ควรล้างด้วยน้ำสะอาด หรือน้ำสบู่ที่ไม่มีส่วนผสมของน้ำหอม และควรใช้ผ้าเช็ดตัวที่ อ่อนนุ่มซับบริเวณที่ฉายรังสี หลีกเลี่ยงการขูดถู หลีกเลี่ยงการใช้น้ำฝักบัวที่มีแรงดัน น้ำที่แรงในการอาบน้ำ ไม่ล้างรอยที่ขีดไว้เพื่อเป็นบริเวณฉายรังสี ไม่ใช้ครีมทาผิว ไม่ถูแดด และหลีกเลี่ยงการแกะเกา และหลีกเลี่ยงการใช้โลชั่นต่าง ๆ เช่น ซันครีม น้ำยาต่าง ๆ เป็นต้น หลีกเลี่ยงการถูกแสงแดดจัด หรือการสัมผัสบริเวณที่ฉายรังสีโดยตรงกับความร้อนหรือความเย็น ควรสวมหมวกคลุม ๆ หรือการร่ม

3. รักษาความสะอาดทั่วไปของร่างกาย ตั้งแต่ศีรษะจรดเท้า แนะนำอาบน้ำด้วยสบู่อ่อน เพราะผู้ป่วยที่ (พรทวิ ยอดมงคล, 2556) รักษาด้วยรังสี จะอ่อนเพลียและภูมิคุ้มกันต่ำ ถ้าร่างกายสกปรกจะเกิดโรคแทรกซ้อนได้ง่าย

4. แนะนำให้พักผ่อนนอนหลับอย่างพอเพียงวันละ 6-8 ชั่วโมง และการออกกำลังกายตามสภาพของร่างกาย และทำอย่างสม่ำเสมอ แต่ไม่ควรออกกำลังกายด้วยการว่ายน้ำในสระที่มีคลอรีน เพราะจะทำให้เสี่ยงต่อการติดเชื้อต่าง ๆ

สำหรับกิจกรรมที่ใช้หลักการดูแลแบบประคับประคองมาเพิ่มความสุขให้แก่วัยรุ่นสามารถใช้กิจกรรมเช่นเดียวกันกับ ขั้นตอนการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด ถ้าวัยรุ่น มารับการรักษาด้วยรังสี แบบผู้ป่วยนอกอาจจัดกิจกรรม กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน โดยให้วัยรุ่นที่อาการโรคสงบและผ่านขั้นตอนนี้ไปแล้ว มาเป็นแกนนำกลุ่ม ช่วยให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์แก่วัยรุ่นที่กำลังได้รับการรักษาอยู่ อาจสอดแทรกความบันเทิง รื่นเริงเข้าร่วมด้วย เพื่อให้ผู้ป่วยคลายเครียดและมีความสุข เพิ่มขึ้น

แนวการรักษาแบบประคับประคองสำหรับวัยรุ่นที่เป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลือง

มะเร็งต่อมน้ำเหลืองระยะสุดท้าย อาการของผู้ป่วยจะค่อนข้างมีความรุนแรง เนื่องจากเซลล์มะเร็งได้แพร่กระจายออกนอกระบบน้ำเหลือง เช่น ลูกกลมมาที่ไขกระดูก หรือเนื้อเยื่ออวัยวะอื่น ๆ เช่น ผิวหนัง กระเพาะอาหาร ตับ ปอด สมอง และกระดูก ซึ่งหากเซลล์มะเร็งไปลุกลามที่จุดไหน ก็เหมือนจะมีอาการอักเสบเกิดขึ้น ณ จุดนั้น โดยหากลูกกลมที่สมอง อาจมีความผิดปกติทางด้านความคิด มีอาการแขนขาอ่อนแรง ชัก บุคลิกภาพเปลี่ยนไป ปวดหัวเรื้อรัง ความจำเสื่อม หรือหากต่อมน้ำเหลืองโตจนกดเบียดหลอดเลือด เส้นประสาท ก็อาจนำมาสู่อาการชาเรื้อรังตามแขนและขาร่วมด้วย เรียกได้ว่า

เป็นระยะสุดท้ายของชีวิต เราไม่ทราบว่าจะจะเป็นวันไหนที่จะเป็นวันสุดท้ายของชีวิต ระยะนี้โรคได้แพร่กระจายออกไป มีการดื้อยาเคมีบำบัด สำหรับวัยรุ่นเช่นเดียวกับ วัยเด็กอื่นๆ ต้องให้การดูแลแบบเน้นผู้ป่วยและครอบครัวเป็นศูนย์กลาง ความสำคัญของการดูแลแบบประคับประคองที่ดี ขึ้นอยู่กับความต้องการของเด็กป่วยรายบุคคล ซึ่งอาจแตกต่างกันไปจากผู้ป่วยผู้ใหญ่ ความต้องการมีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล และแต่ละครอบครัวด้วย ครอบครัวถูกจัดให้เป็นผู้ป่วยร่วมกับเด็กป่วยด้วยในเวลาเดียวกัน เป้าหมายสำคัญสำหรับการดูแลในระยะนี้ได้แก่ วัยรุ่น ได้รับความสุขสบาย และใช้เวลาที่เหลืออยู่อย่างมีคุณค่ามีความหมายสำหรับวัยรุ่นคนนั้น แนวทางหลักของการดูแลในขั้นตอนนี้ได้แก่

1. การเคารพในความแตกต่างและรับฟังความคิดเห็นของตัววัยรุ่นที่ป่วยและครอบครัวของเขา
2. การสื่อสารให้ข้อมูลหรือแลกเปลี่ยนข้อมูลระหว่างทีมผู้ดูแล วัยรุ่น และครอบครัว อย่างสม่ำเสมอต่อเนื่อง
3. สนับสนุนให้มีส่วนร่วมและตัดสินใจเกี่ยวกับการรักษาดูแล
4. มีความร่วมมือกันระหว่างทีมสาขาวิชาชีพและวัยรุ่นและครอบครัว ทั้งในระดับปฏิบัติการจนถึงระดับนโยบาย มีการทำความเข้าใจร่วมกันและประเมินความต้องการการดูแลแบบประคับประคองของวัยรุ่นและครอบครัว

แนวปฏิบัติการดูแลวัยรุ่นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองระยะสุดท้าย

1. การดูแลทางร่างกายเพื่อลดความทุกข์ทรมานทั้งมวลจากภาวะโรค เช่น การให้ออกซิเจนเมื่อมีอาการเหนื่อย หอบ, การให้เลือดเมื่อเกิดภาวะซีด, ให้เกล็ดเลือดเมื่อมีเลือดออก การลดอาการเจ็บปวดของร่างกาย ด้วยการให้ยา หรือ การใช้วิธีนวดและสัมผัส จะทำให้ผู้ป่วยรู้สึกผ่อนคลาย การนวดช่วยให้กล้ามเนื้อที่ยึดเกร็งคลายตัวลง ความเจ็บปวดจะบรรเทาลง

2. การกู้ชีวิต (CPR) เมื่อมีเหตุทำให้หัวใจหยุดเต้น หรือผู้ป่วยเด็กหยุดหายใจ ควรทำความเข้าใจความต้องการของเด็กและครอบครัวที่ไว้ค่าที่สุด เช่น ยินยอมให้กู้ชีวิต ให้ใส่ท่อ-เครื่องช่วยหายใจ หรือไม่ใส่ มีหรือไม่มีกรให้ยากระตุ้นหัวใจ การย้ายไปหอผู้ป่วยหนัก ฯลฯ ดังนั้นทีมผู้ดูแลรักษาควรให้ข้อมูลเป็นระยะ และควรประเมินการตัดสินใจของเด็ก (โต) และครอบครัวเมื่อถึงเวลาอันควร โดยให้เขาเป็นผู้ตัดสินใจเอง

3. การดูแลด้านจิตสังคม และจิตวิญญาณ มีความสำคัญและจำเป็นที่สุดสำหรับวัยรุ่นที่ป่วยเป็นมะเร็งระยะสุดท้าย กิจกรรมที่สำคัญมากได้แก่ การให้คำปรึกษาแก่บิดา มารดา และ ผู้ดูแล เปิดโอกาสให้ครอบครัวได้ระบายความรู้สึกประเมินครอบครัวส่งเสริมความใกล้ชิดของครอบครัวเน้น การทำกิจกรรมร่วมกันกับครอบครัวเพื่อความสนุกสนานร่าเริงแจ่มใส และมีประโยชน์ส่งเสริมให้พ่อแม่สามารถดำเนินชีวิตและทำงานได้ตามปกติ ส่งเสริมให้เด็กทำสิ่งที่ยังคงค้างคาตามความต้องการ จัดทำสิ่งที่มีความฝันของวัยรุ่นให้เป็นจริง อยากพบดาราวัยรุ่นชื่นชอบ อยากไปเที่ยวทะเล อยากไปไหว้พระที่ตนเองและครอบครัวนับถือ การจัดงานวันเกิดให้วัยรุ่นที่อยู่ในระยะสุดท้าย การกระทำด้วยความรักความเมตตา จากความร่วมมือของสาขาวิชาชีพ สามารถทำให้เด็กมีความสุขได้ในช่วงเวลาหนึ่งที่เหลืออยู่ มันมีค่าอย่างมากสำหรับวัยรุ่นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองระยะสุดท้าย

4. เมื่อถึงระยะที่ใกล้เสียชีวิตจัดสิ่งแวดล้อมให้สงบและมีความเป็นส่วนตัวตามสมควรอนุญาตให้บิดามารดาอยู่กับผู้ป่วยได้ตลอดเวลา ถ้าถึงเวลาที่เสียชีวิตแล้ว ช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกแก่

ครอบครัวผู้ป่วยในการติดต่อประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการรับศพกลับไปประกอบ พิธีกรรมตามความเชื่อ ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องหากบิดา มารดา และ ครอบครัวต้องการความช่วยเหลือ เช่น หีบศพ ค่ารักษาพยาบาลหรือค่าเดินทางในการนำร่างของเด็กที่เสียชีวิตกลับบ้าน อำนวยความสะดวกและช่วยเหลือในการประกอบพิธีกรรมทางศาสนา เช่น ผู้ป่วยมุสลิม อาจต้องรับทำพิธีกรรมทางศาสนาทันที ควรมีการติดตามดูแลครอบครัวภายหลังการเสียชีวิต เช่น การติดตามเยี่ยมครอบครัวทางโทรศัพท์ หรือการประสานส่งต่อไปยังภาคีเครือข่ายการดูแลที่อยู่ใกล้บ้านประเมินปัญหาด้านจิตใจของบุคคลในครอบครัว เช่น ภาวะซึมเศร้า หรือความรู้สึกโศกเศร้าหากพบว่ามีการติดต่อกันเกินกว่า 6 เดือนขึ้นไป หลังการเสียชีวิตควรได้รับการดูแลปรึกษาจิตแพทย์

ผลของการดูแลแบบประคับประคองต่อความพึงพอใจของวัยรุ่น

ถ้อยคำที่ผู้เขียนจดจำได้ขณะที่เป็นพยาบาล ดูแลวัยรุ่นที่ป่วยเป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองระยะสุดท้ายแม้ว่าระยะเวลาจะผ่านมานานเท่าไรแต่คำพูดเหล่านั้นไม่เคยจางหายจากความทรงจำเลย

“หนูมีความสุขมากที่พี่จัดงานวันเกิดให้หนู ไม่เคยมีใครจัดวันเกิดให้หนูเลยในชีวิต”

“หนูดีใจและมีความสุขมาก ที่ภาพวาดของหนู ไปติดไว้ที่วอร์ดเลย และมันจะติดอยู่ทั่ววอร์ดแม้หนูจะไม่อยู่ที่นี่แล้วใช่ไหมคะ”

“หนูปวดเส้นมากตอนที่พี่เดินยาเข้าเส้นเลือดแต่พอพี่เอาน้ำแข็งมาประคบเส้นให้หนู หนูดีขึ้นมีความสุขขึ้นมาทันทีเลย”

จากคำพูดตามที่ยกตัวอย่างมานั้น จะเห็นว่าความสุขของวัยรุ่นโรคมะเร็งต่อมน้ำเหลืองไม่ได้เกินกำลังของพยาบาล พ่อ แม่ และผู้ดูแลเด็กป่วยเลย เพราะบางทีความสุขของพวกเขาอาจจะแค่เพียงไม่ต้องซ้ำเติมความทุกข์ให้เขาเพิ่มเติมมากขึ้นไปอีกเท่านั้น หลักการดูแลผู้ป่วยเด็กแบบการประยুক্তรูปแบบทางการพยาบาลแบบประคับประคองเข้าไปในทุกๆระยะของการดูแลวัยรุ่นที่เป็นโรคมะเร็งต่อมน้ำเหลืองเป็นหนทางหนึ่งที่คุณเขียนเห็นว่าจะทำให้วัยรุ่นที่เป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองมีความสุขได้ในเส้นทางการรักษาอันยาวนานได้บ้างไม่มากก็น้อยหรือแม้กระทั่งวัยรุ่นคนนั้นจะต้องจากไปในที่สุด

ไม่ว่าจะเป็นระยะไหนของโรคก็ตาม วิธีการดูแลที่ดีที่สุดคือพยายามทำให้เด็กป่วยและครอบครัวมีความหวัง มีกำลังใจที่จะต่อสู้เอาชนะกับโรคร้าย มีความรู้สึกอยากมีชีวิตอยู่ต่อไป มีความพยายามดูแลตนเอง ทำให้เด็กป่วยมีชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข ในทุกขั้นตอนของการรักษาสิ่งเหล่านี้อาจส่งผลให้การรักษาได้ผลดียิ่งขึ้น แต่ก่อนที่จะสามารถดูแลเด็กป่วยและครอบครัวของเด็กป่วยที่เป็นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองในวัยรุ่นได้นั้น ผู้ดูแลจะต้องมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องของการสร้างสัมพันธภาพกับเด็กป่วยและครอบครัวเพื่อให้เด็กป่วยเกิดความเชื่อมั่นและไว้วางใจ สามารถให้ข้อมูลที่ต้องการความช่วยเหลือ สามารถประเมินปัญหาเพื่อนำไปกำหนดข้อวินิจฉัยและกำหนดกิจกรรมการช่วยเหลือได้พยาบาลหรือผู้ดูแลจะต้องเข้าใจธรรมชาติของอารมณ์ ความต้องการของวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี

สรุป

การดูแลเด็กป่วยวัยรุ่นโรคมะเร็งให้มีความสุขนั้น นอกจากพยาบาลและผู้ดูแลจะต้องมีความรู้ความเชี่ยวชาญเรื่องการดูแลโรคมะเร็งในแต่ละขั้นตอน มีความรู้เรื่องธรรมชาติของเด็กป่วยแต่ละวัยแล้ว การมอบความรัก ความเมตตา ความใส่ใจและเอาใจใส่ของทีมนักการพยาบาลเป็นหัวใจที่จะทำให้เด็กป่วยวัยรุ่นโรคมะเร็งทุกคนมีความสุขอย่างแท้จริง ด้วยระยะเวลาอันยาวนานมีผลดีในอันที่จะทำให้ทีมนักการ

รักษาพยาบาลและวัยรุ่นที่ป่วยมีสัมพันธ์ภาพที่สนิทสนมคุ้นเคยกัน การสร้างความสุขให้แก่วัยรุ่นมะเร็งต่อมน้ำเหลืองระยะสุดท้าย พยาบาลหรือผู้ดูแลที่อยู่ใกล้ชิดวัยรุ่น สามารถใช้หลักการของการดูแลแบบประคับประคองสอดแทรกเข้าไปในทุกขั้นตอนของการรักษา คือ การดูแลทางร่างกาย ลดความเจ็บปวด ลดความทุกข์ทรมานด้วยวิธีการต่างๆ และกระตุ้นให้วัยรุ่นมีความสามารถในการดูแลตนเอง มีกำลังใจที่จะต่อสู้กับโรคร้ายตลอดระยะเวลาในกระบวนการรักษาอันยาวนาน การดูแลทางด้านจิตใจ และการดูแลทางด้านจิตวิญญาณ ซึ่งทีมการรักษาพยาบาลมอบความรัก ความเมตตา ความใส่ใจ เอาใจใส่ เป็นหัวใจของสิ่งที่เรียกว่าความสุขของวัยรุ่น ในทุกขั้นตอนของการรักษาแม้ว่าวันหนึ่งวัยรุ่นจะเดินทางมาถึงจุดที่เรียกว่ารอวันจากไป ก็สามารถทำให้วัยรุ่น ทำใจยอมรับได้ และจากไปอย่างสงบ และสมศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์

เอกสารอ้างอิง

ชานินทร์ อินทรกำธรชัย. มะเร็งต่อมน้ำเหลือง, [ออนไลน์]. 2562, แหล่งที่มา :

<https://www.khaosod.co.th/tag/ศ-นพ-ชานินทร์-อินทรกำธรชัย> [15 ตุลาคม 2563]

พรทิวี ยอดมงคล. (2556). *การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคอง*. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ.

พรทิพย์ ศิริบุญรัตน์พัฒนา. (2556). *การพยาบาลเด็ก*. เล่ม 2. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ยูทธรินทร์ การพิมพ์ จำกัด.

Goldman, A., Beardsmore, S., & Hunt, J. (1990). Palliative care for children with cancer--home, hospital, or hospice?. *Archives of Disease in Childhood*, 65, 641.

Goldman, A., Hain, R., & Liben, S. (Eds.). (2012). *Oxford textbook of palliative care for children*. Oxford university press.

Morgan, D. (2009). Caring for dying children: Assessing the needs of the pediatric palliative care nurse. *Pediatric Nursing*, 35, 86.

Natthaphat Watwarakul. (2017). *Disease of the lymphatic system*. Bangkok: Feel Good printing. In Thai.

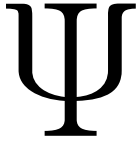
Phaisan Wisalo. (2007). *Helping end-patients with Buddhist methods*. 2nd ed. Bangkok: Aksorn Samphan printing.

Rost, M., De Clercq, E., Rakic, M., Wangmo, T., & Elger, B. (2020). Barriers to palliative care in pediatric oncology in Switzerland: a focus group study. *Journal of Pediatric Oncology Nursing*, 37, 35-45.

Waldman, E., & Wolfe, J. (2013). Palliative care for children with cancer. *Nature Reviews Clinical Oncology*, 10, 100-107.

Wollner, N., Burchenal, J., Lieberman, P. H., Exelby, P., D'angio, G., & Murphy, M. L. (1976). Non-Hodgkin's lymphoma in children. A comparative study of two modalities of therapy. *Cancer*, 37, 123-134.

.....



วารสารจิตวิทยา
มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

แบบฟอร์มส่งบทความเพื่อตีพิมพ์ใน วารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

วันที่

เรื่อง ขอตีพิมพ์บทความในวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

เรียน บรรณาธิการวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

ข้าพเจ้า (นาย/นาง/นางสาว)

นิสิต/นักศึกษาปริญญาเอก นิสิต/นักศึกษาปริญญาโท อาจารย์

อื่นๆ (ระบุ)

หลักสูตร สาขาวิชา มหาวิทยาลัย

ขอส่ง บทความวิจัย บทความวิชาการ บทความวิทยานิพนธ์

บทวิจารณ์หนังสือ (book review) บทความปริทรรศน์ (review article)

ชื่อเรื่อง (ภาษาไทย)

.....

ชื่อเรื่อง (ภาษาอังกฤษ)

.....

ที่อยู่ที่สามารถติดต่อได้สะดวก เลขที่ หมู่ที่ ซอย ถนน

ตำบล/แขวง อำเภอ/เขต จังหวัด

รหัสไปรษณีย์ โทรศัพท์ โทรสาร

โทรศัพท์เคลื่อนที่ E-mail:

ข้าพเจ้าขอรับรองว่า ข้อความข้างต้นเป็นความจริงทุกประการและขอรับรองว่า บทความของข้าพเจ้าไม่เคยตีพิมพ์ในวารสารใดมาก่อนและจะไม่นำไปเพื่อตีพิมพ์ในวารสารอื่นอีกนับจากวันที่ข้าพเจ้าได้ส่งบทความฉบับนี้มายังกองบรรณาธิการวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

ลงนาม ผู้ส่งบทความ

(.....)

วันที่

เฉพาะบทความวิทยานิพนธ์

ข้าพเจ้า อาจารย์ที่ปรึกษาอนุญาตให้

ส่งบทความข้างต้นมาเพื่อตีพิมพ์ในวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

ลงนาม

(.....)

วันที่

คำชี้แจงสำหรับผู้ส่งบทความวิชาการและบทความวิจัย เพื่อตีพิมพ์ในวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

วารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เป็นวารสารเพื่อส่งเสริมและสนับสนุน การศึกษาค้นคว้าสร้างสรรค์ผลงานทางวิชาการด้านจิตวิทยา บทความทุกเรื่องที่ดีพิมพ์จะต้องได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต รายละเอียดมีดังนี้

1. ลักษณะบทความที่ดีพิมพ์

- 1.1 บทความทางวิชาการ/บทความทั่วไปที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยา
- 1.2 บทความวิจัย/บทความวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยา
- 1.3 บทวิจารณ์หนังสือ (Book Review)

2. ส่วนประกอบของบทความ

2.1 บทความทางวิชาการ

ความยาวเรื่องละไม่เกิน 15 หน้ากระดาษ A4 ประกอบด้วย

- 2.1.1 ชื่อเรื่อง (ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ)
- 2.1.2 ชื่อผู้แต่ง
- 2.1.3 สถาบันที่ผู้เขียนสังกัด
- 2.1.4 บทคัดย่อ (ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ)
- 2.1.5 บทนำ เนื้อเรื่องและสรุปสาระสำคัญ
- 2.1.6 เอกสารอ้างอิง (ตามระบบ APA)

2.2 บทความวิจัย/บทความวิทยานิพนธ์

ความยาวเรื่องละไม่เกิน 15 หน้ากระดาษ A4 ประกอบด้วย

- 2.2.1 ชื่อเรื่อง (ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ)
- 2.2.2 ชื่อผู้แต่ง
- 2.2.3 สถาบันที่ผู้เขียนสังกัด
- 2.2.4 บทคัดย่อ (ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ)
- 2.2.5 คำสำคัญ (Key words)
- 2.2.6 เนื้อเรื่อง ประกอบด้วย
 - 1) บทนำ
 - 2) วัตถุประสงค์
 - 3) นิยามศัพท์
 - 4) วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง
 - 5) ระเบียบวิธีวิจัย ประกอบด้วย
 - ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
 - เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
 - การวิเคราะห์ข้อมูล

6) ผลการวิจัย

- บทสรุป
- ข้อเสนอแนะ

7) เอกสารอ้างอิง (ตามระบบ APA)

2.3 บทวิจารณ์หนังสือ (Book Review)

2.3.1 ชื่อหนังสือ

2.3.2 ชื่อผู้เขียน/ผู้แต่ง/ปีที่พิมพ์

2.3.3 สำนักพิมพ์/โรงพิมพ์/จำนวนหน้า

2.3.4 การนำเสนอบทวิจารณ์ควรมี

- ส่วนนำ ส่วนเนื้อหา ส่วนสรุป

2.3.5 การนำเสนอสาระสำคัญในแต่ละบท

- สรุปและวิจารณ์แยกแต่ละบทหรือแต่ละบทความ

2.3.6 ความเห็นโดยสรุป (Concluding remarks)

3. การจัดพิมพ์

3.1 พิมพ์ลงหน้ากระดาษขนาด A4

3.2 พิมพ์ด้วยโปรแกรม Microsoft Office Word 2010

3.3 รูปแบบตัวอักษร TH SarabunPSK

3.4 ลักษณะและขนาดตัวอักษร

3.4.1 ชื่อเรื่อง (ภาษาไทย) ตัวหนาขนาด 26

3.4.2 ชื่อเรื่อง (ภาษาอังกฤษ) ตัวหนาขนาด 26

3.4.3 ชื่อผู้เขียน ตัวหนาขนาด 16

3.4.4 หัวข้อใหญ่ ตัวหนาขนาด 16

3.4.5 เนื้อหา ตัวปกติขนาด 16

4. การจัดส่งบทความ

วิธีที่ 1 จัดส่งบทความผ่านเว็บ <http://journal.psy.kbu.ac.th/>

วิธีที่ 2 จัดส่งบทความผ่าน e-mail: journal.psy.kbu@gmail.com

มีข้อสงสัยกรุณาติดต่อ โทร.0-2320-2777 ต่อ 1163

รองศาสตราจารย์ ดร.อรจรรย์ ณ ตะกั่วทุ่ง โทร. 085-918-5543

รองศาสตราจารย์ไพบูลย์ เทวรักษ์ โทร. 089-929-9705

5. เงื่อนไขการตีพิมพ์บทความ

5.1 ผู้เขียนบทความ ต้องสมัครเป็นสมาชิกวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

5.2 ผู้ส่งบทความต้องชำระค่าพิจารณาบทความโดยโอนเงินผ่าน ธนาคารกสิกรไทย สาขาซีคอนสแควร์

ชื่อบัญชี นายไพบูลย์ เทวรักษ์ เพื่อศูนย์พัฒนาศักยภาพชีวิตและการทำงาน เลขที่บัญชี

095-2-91061-2 และแนบหลักฐานการโอนเงิน พร้อมส่งบทความ

- ภาษาไทย/ภาษาอังกฤษ บทความละ 3,000 บาท

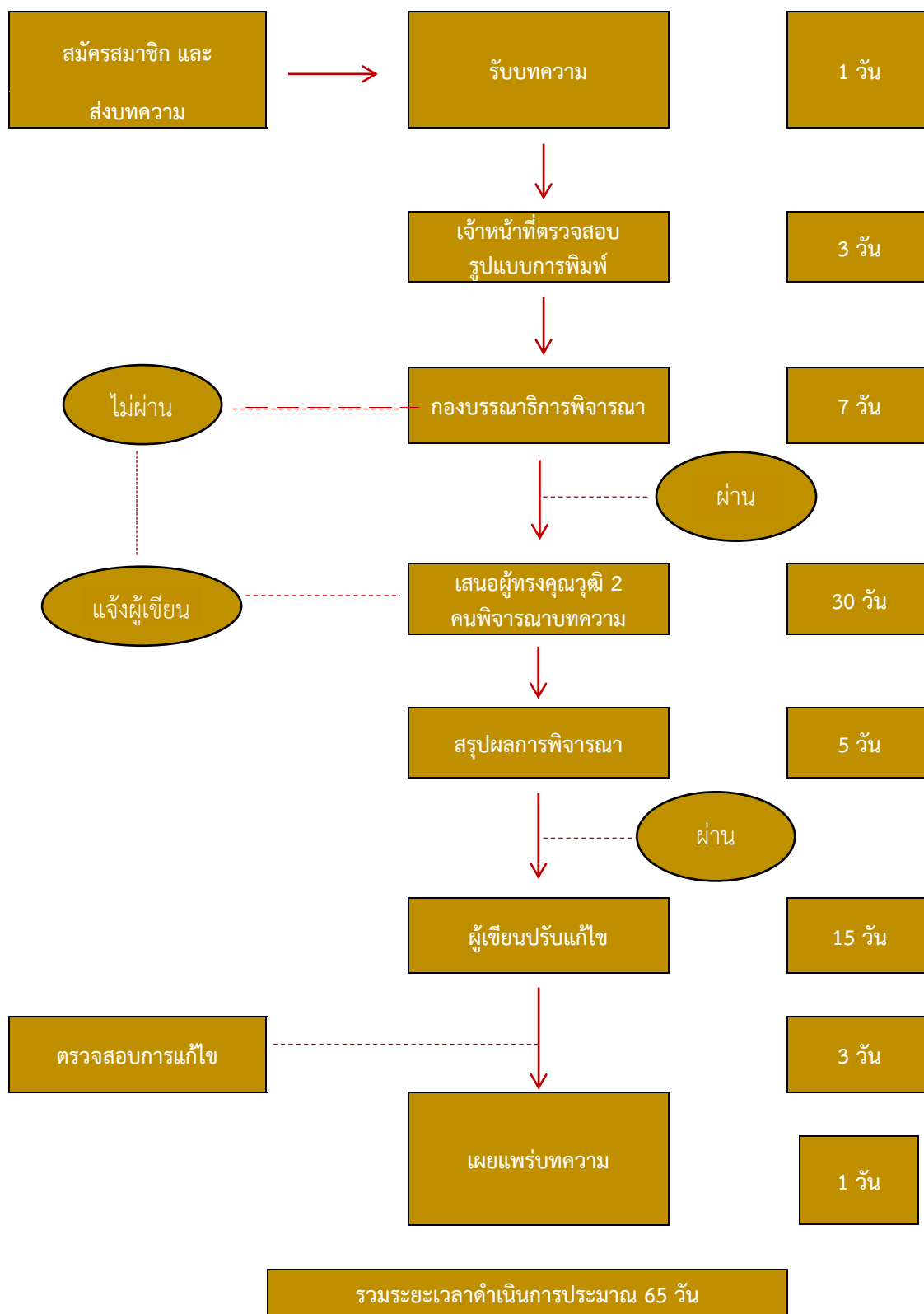
- สำหรับบุคลากร มกบ. ไม่เสียค่าใช้จ่าย

- 5.3 เป็นบทความที่ไม่เคยตีพิมพ์ในวารสารอื่นมาก่อน
- 5.4 เป็นบทความที่ผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิกลั่นกรองบทความ (Peer review) ของวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต บทความละ 2 คน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องเชิงวิชาการ
- 5.5 เป็นบทความที่ได้ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิเรียบร้อยแล้ว
- 5.6 บทความที่ได้รับการตีพิมพ์เผยแพร่ในวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
- 5.7 เจ้าของบทความจะได้รับวารสารฉบับนั้น จำนวน 3 เล่ม

นโยบายการพิจารณาคัดเลือกบทความ/บทวิจารณ์หนังสือเพื่อพิมพ์เผยแพร่ ในวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

1. บรรณาธิการจะมีหนังสือแจ้งให้ทราบว่าได้รับบทความเพื่อพิจารณาลงตีพิมพ์
2. บรรณาธิการจะพิจารณากลั่นกรองบทความ/บทวิจารณ์หนังสือว่ามีรูปแบบการนำเสนอเป็นไปตามรูปแบบ แบบวารสารจิตวิทยา หรือไม่ และสงวนสิทธิ์ที่จะไม่พิจารณาบทความ/บทวิจารณ์หนังสือ ที่การนำเสนอไม่เป็นไปตามรูปแบบวารสารจิตวิทยา (โดยไม่ส่งคืนต้นฉบับให้แก่ผู้เขียน)
3. บทความ ข้อความ ภาพประกอบ ตารางประกอบ ที่ตีพิมพ์ในวารสารเป็นความคิดเห็นและความรับผิดชอบของผู้เขียนแต่เพียงผู้เดียว ไม่เกี่ยวข้องกับ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิตแต่อย่างใด
4. บรรณาธิการจะนำบทความ/บทวิจารณ์หนังสือที่ผู้เขียนส่งมาเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อประเมินคุณภาพและความเหมาะสมของบทความ/บทวิจารณ์หนังสือ โดยใช้เวลาประมาณ 20-30 วัน โดยมีเงินสมนาคุณผู้ทรงคุณวุฒิ บทความละ 3,000.- บาท (สำหรับผู้เขียนที่มีได้เป็นบุคลากรของมหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต)
5. บทความ/บทวิจารณ์หนังสือที่จะได้พิมพ์เผยแพร่ในวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต จะต้องได้รับการประเมินให้พิมพ์เผยแพร่ได้จากกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิอย่างน้อย 2 ท่าน ของกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิในแต่ละสาขาวิชา
6. ในกรณีที่ผลการประเมินระบุให้ต้องปรับปรุงหรือแก้ไขก่อนพิมพ์เผยแพร่ ผู้เขียนจะต้องดำเนินการให้แล้วเสร็จ และส่งบทความ/บทวิจารณ์หนังสือที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปยังบรรณาธิการวารสารฯ ภายใน 15 วัน (หรือตามที่บรรณาธิการกำหนด) นับจากวันที่ได้รับทราบผลการประเมิน ในกรณีท่านส่งบทความ/บทวิจารณ์หนังสือฉบับแก้ไขช้ากว่ากำหนด บรรณาธิการจะนำไปพิมพ์เผยแพร่ในวารสารฉบับต่อไป (โดยผู้เขียนจะต้องแจ้งให้บรรณาธิการทราบว่าประสงค์จะส่งซ้ำ)

กระบวนการพิจารณาบทความของวารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต



หลักสูตรสาขาวิชาจิตวิทยา ระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

ปรัชญา: มุ่งเน้นการผลิตคณาจารย์บัณฑิตที่กอปรไปด้วย พลังปัญญา คุณค่า คุณธรรม คุณประโยชน์

ปริญญาโท

หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์

(Master of Arts Program in Psychology for Development of Human Potentials)

ปริญญาเอก

หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา (Doctor of Philosophy Program in Psychology)

- กลุ่มวิชาจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ (Psychology for Developing Human Potentials)

ตัวอย่างวิทยานิพนธ์

เทพรัตน์ พานิชย์ง. (2561). การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างสมรรถนะการให้การปรึกษาของอาจารย์ที่ปรึกษาในการช่วยเหลือนักศึกษาที่มีความเสี่ยงทางอารมณ์. ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา กลุ่มวิชาจิตวิทยาการศึกษา. มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.

บัณฑิต สกุลบงการ. (2561). การเสริมสร้างกรอบคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้วยรูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาสำหรับบุคลากรองค์การบริหารส่วนจังหวัดชุมพร. ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา กลุ่มวิชาจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์และองค์การ. มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.

ภัทรกร มุขศรีนาถ. (2561). การพัฒนารูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อเสริมสร้างความหวังในชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยเซนต์หลุยส์. ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา กลุ่มวิชาจิตวิทยาการศึกษา. มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.

ทิศา มั่งน้อย. (2562). การพัฒนารูปแบบความสำนึกทางจิตวิทยาต่อชุมชนเพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการทำงานของคณะกรรมการชุมชน กรุงเทพมหานคร. ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา กลุ่มวิชาจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์และองค์การ. มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.

นัยนา ดอรรณน. (2562). การเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์. ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา กลุ่มวิชาจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์และองค์การ. มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.

เนาวรัตน์ นาคสุข. (2562). รูปแบบการเรียนรู้ทางจิตวิทยาการรู้คิดการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการคิดเชิงกลยุทธ์. ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา กลุ่มวิชาจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์และองค์การ. มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.

พรนัตตา ฉลาดปฐ. (2562). การพัฒนารูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มที่มุ่งเน้นการกระทำเพื่อเสริมสร้างแผนที่นำทางชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏ ในเขตกรุงเทพมหานคร. ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา กลุ่มวิชาจิตวิทยาการศึกษา. มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.

ไพฑูริย์ ยันงาม. (2562). การพัฒนารูปแบบกลยุทธ์ทางจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างกรอบคิดความเป็นครูที่แท้จริงของครูโรงเรียนคาทอลิกเอกชน. ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา กลุ่มวิชาจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์และองค์การ. มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.

ลินดา สุวรรณดี. (2562). การบริหารจัดการชีวิตแนวเอสโอซี (SOC) ของนักศึกษา. ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา กลุ่มวิชาจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์และองค์การ. มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.

อโนมา ภาคสุทธิ. (2562). การเสริมสร้างกรอบคิดทางจิตวิทยาการเป็นผู้ประกอบการที่ประสบความสำเร็จของนักศึกษาระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร โดยใช้รูปแบบการให้การปรึกษากลุ่มการรู้คิด-พฤติกรรม. ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา กลุ่มวิชาจิตวิทยาการศึกษา. มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.

นักศึกษาสามารถจัดเวลาเรียนได้โดยไม่กระทบเวลาทำงาน

www.kbu.ac.th

วิทยาเขตพัฒนาการ 1761 ถนนพัฒนาการ แขวงสวนหลวง กรุงเทพฯ 10250 โทร. 0-2320-2777 โทรสาร 0-2321-4444
 วิทยาเขตร่มเกล้า 60 ถนนร่มเกล้า แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ 10510 โทร. 0-2904-2222 โทรสาร 0-2904-2200