

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องการพัฒนา รูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนี้โอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสถานการณ์ภาพรวมความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน แล้วนำไปพัฒนา รูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนี้โอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ทดลองใช้และศึกษาปัจจัย ปัญหาจากการใช้รูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนี้โอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

#### วิธีการดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัย แบ่งเป็น 3 ขั้นตอน คือ

**ขั้นที่ 1** การศึกษาสถานการณ์ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน มีวิธีดำเนินการ ดังนี้

อธิบายภาพรวมสถานการณ์ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยนำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ไปเก็บข้อมูลกับนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนที่ศึกษาชั้นปีที่ 1 ในสถาบันอุดมศึกษาเอกชนที่เปิดการเรียนการสอนด้วยภาษาไทย ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ตามการจัดอันดับมหาวิทยาลัยโดยนิตยสารไทม์ สถาบันอุดมศึกษา 5 แห่ง คือ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย มหาวิทยาลัยรังสิต มหาวิทยาลัยกรุงเทพ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์ และมหาวิทยาลัยศรีปทุม โดยเก็บข้อมูลครอบคลุมทุกคณะ สถาบันละ 400 คน นำข้อมูลมาคำนวณค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ และสรุปผล

**ขั้นที่ 2** การพัฒนา รูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนี้โอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน มีวิธีดำเนินการ ดังนี้

2.1 วางแผนการเรียนการสอน ประกอบด้วย การศึกษาเนื้อหาทั้งหมดในหลักสูตร ทั้ง

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการจัดกิจกรรม และแนวคิดการเรียนรู้ร่วมกัน กำหนดวัตถุประสงค์ วัดความรู้เรื่องทฤษฎีความสามารถในการเผชิญฟื้นฟ้อุปสรรค และวัตถุประสงค์วัดกระบวนการทำงานในกลุ่มย่อย หลังจากนั้นจึงนำมากำหนดกิจกรรมเรียนรู้ ตัวงาน วัสดุอุปกรณ์ โดยพิจารณาให้สอดคล้องกับเนื้อหาและวัตถุประสงค์ กำหนดเกณฑ์ประเมินผล ทั้งเกณฑ์วัดความรู้และวัดกระบวนการทำงานในกลุ่มย่อย ทั้งนี้พิจารณาควบคู่กับการจัดระบบกลุ่ม จัดหาแหล่งเรียนรู้และจัดสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ ที่สะดวกต่อการฝึกปฏิบัติสำหรับกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส และกิจกรรมเรียนรู้ร่วมกันในรูปแบบต่างๆ

2.2 สร้างแผนการเรียนการสอนและกำหนดการฝึกอบรม ประกอบด้วย การสร้างแผนการเรียนการสอน มีองค์ประกอบ คือ วัตถุประสงค์การเรียนรู้ สารเนื้อหา กิจกรรมเรียนรู้ สื่อที่ใช้ และวิธีการวัดประเมินผล และการสร้างกำหนดการฝึกอบรมพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค โดยจัดแบ่งเป็น 2 ระยะ รวมเวลา 36 วัน ระยะที่ 1 เตรียมผู้เรียน ใช้เวลา 3 ชั่วโมง ระยะที่ 2 ช่วงฝึกปฏิบัติ ดำเนินการในห้องอบรม รวม 21 วัน และฝึกปฏิบัติด้วยตนเองตามคู่มือนักศึกษา รวม 14 วัน หลังจากนั้น จึงตรวจสอบคุณภาพแผนการเรียนการสอน โดยผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความเหมาะสม แล้วนำไปให้นักศึกษาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน ให้ความเห็นเรื่องความเหมาะสมและภาษาที่ใช้ ปรับปรุงแก้ไข แล้วจึงนำแผนการสอนไปทดลองใช้กับนักศึกษาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .93

### 2.3. สร้างและพัฒนาเครื่องมือในการวิจัย ดังนี้

2.3.1 แบบทดสอบวัดความรู้เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค มีลักษณะเป็นแบบให้เลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 42 ข้อ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ภาษา และความเหมาะสมโดยผู้ทรงคุณวุฒิ แล้วหาค่าความเที่ยงได้เท่ากับ .81

2.3.2 แบบสังเกตพฤติกรรมวัดกระบวนการทำงานในกลุ่มย่อย มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ จำนวน 15 ข้อ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ

2.3.3 แบบประเมินตนเองผู้เรียน ใช้ควบคู่กับคู่มือปฏิบัติของนักศึกษาตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 16 ข้อ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ภาษาและความเหมาะสม โดยผู้ทรงคุณวุฒิ

2.3.4 แบบประเมินรูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ภาษาและความเหมาะสมโดยผู้ทรงคุณวุฒิ

2.3.5. คู่มือปฏิบัติสำหรับนักศึกษา ประกอบด้วย ส่วนที่ 1 บทนำ เป็นความรู้เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค ส่วนที่ 2 เป็นคู่มือปฏิบัติตามแนวคิดนีโอฮิว

แมนนิส ซึ่งนักศึกษาต้องฝึกปฏิบัติด้วยตนเองตลอด 14 วัน และส่วนที่ 3 เป็นความรู้เรื่องการเรียนรู้ร่วมกัน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ภาษาและความเหมาะสมโดยผู้ทรงคุณวุฒิ และอาจารย์ที่ปรึกษา

2.3.6 แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 48 ข้อ ตรวจสอบความตรงตามโครงสร้างโดยผู้ทรงคุณวุฒิ และใช้เทคนิคการทดสอบกับกลุ่มที่รู้จัก (Known Group Method) พบว่ามีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.01 แล้วจึงหาค่าความเที่ยงได้เท่ากับ .91

2.3.7 แบบสัมภาษณ์ ใช้เพื่อสอบถามข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับปัจจัยและปัญหาจากการใช้กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค มีลักษณะเป็นแบบสัมภาษณ์ไม่มีโครงสร้าง ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษา

2.3.8 แบบทดสอบย่อย ประกอบด้วย แบบรายงานตนเอง มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 8 ข้อ และแบบวัดความรู้เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ลักษณะเป็นการเลือกตอบ ถูกหรือผิด จำนวน 10 ข้อ คำถามเกี่ยวข้องกับเนื้อหาตามกิจกรรมแต่ละครั้ง ใช้หลังสิ้นสุดกิจกรรมการศึกษาในแต่ละวัน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิและอาจารย์ที่ปรึกษา

**ขั้นที่ 3 การทดลองใช้และศึกษาปัจจัย ปัญหาจากการใช้รูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน มีวิธีการดำเนินการ ดังนี้**

3.1. การออกแบบการวิจัย กำหนดรูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยกึ่งทดลอง ใช้แบบการวิจัยที่กลุ่มควบคุมไม่มีการสุ่ม แต่มีการสอบก่อนและสอบหลัง (Nonrandomized control group, pretest posttest design)

3.2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3.2.1 ประชากรในการวิจัย คือ นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนในระดับชั้นปีที่ 1 ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

3.2.2 กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาชั้นปี 1 จากคณะต่างๆ รวม 9 คณะ ในมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์ มีการดำเนินการ คือ การประชาสัมพันธ์และเปิดรับอาสาสมัครนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ทุกคนเข้าร่วมกิจกรรมการศึกษา หลังจากนั้นจึงดำเนินการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างอย่างมีเป้าหมาย (Purposive Sampling) โดยกำหนดคุณสมบัติ คือ เป็นนักศึกษาอายุ 18-25 ปี ต้องการและพร้อมพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตลอดหลักสูตร ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คน หลังจากนั้น ให้อาสาสมัครทุกคนทำแบบวัดความสามารถในการ

เผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อนำคะแนนมาแบ่งกลุ่ม ผู้วิจัยใช้วิธีการจับคู่เหมือน โดยจับคู่ อาสาสมัครที่มีคะแนนจากแบบวัดที่เหมือนหรือใกล้เคียงกันมากที่สุด แล้วแยกแต่ละคนเข้ากลุ่ม ทดลอง 20 คน และกลุ่มควบคุม 20 คน แล้วนำคะแนนของ 2 กลุ่มมาทดสอบความแตกต่างเชิงสถิติ พบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผู้วิจัยให้กลุ่มทดลองทำแบบทดสอบวัดความรู้เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเก็บเป็นคะแนนวัดความรู้ก่อนการทดลอง (pretest)

3.3 การดำเนินการทดลองใช้รูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิด นีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค มีดังนี้

3.3.1 กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนที่เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ณ ห้องประชุมใหญ่ สำนักกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์ ส่วนกลุ่มควบคุม เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษา แต่ได้รับความรู้ทั่วไปเรื่องจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับความรู้เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค จากวิชาที่ลงทะเบียนเรียนปกติ

3.3.2 ระยะเวลาในการทดลอง แบ่งออกเป็น 2 ระยะ คือ ระยะที่ 1 เตรียมผู้เรียน โดยการปฐมนิเทศแนะนำผู้เรียนเกี่ยวกับกิจกรรมการศึกษา ในวันที่ 13 พฤศจิกายน 2552 เวลา 17.00- 20.00 น. รวม 3 ชั่วโมง ระยะที่ 2 กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมการศึกษาเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยแบ่งเป็น ฝึกปฏิบัติในห้องอบรม ตั้งแต่วันที่ 16 พฤศจิกายน – 14 ธันวาคม 2552 เวลา 17.30- 20.00 น. รวม 21 วัน และฝึกปฏิบัติกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส รายบุคคล วันละ 1 ชั่วโมง รวม 14 วัน

3.3.3 การจัดประสบการณ์เรียนรู้ ประกอบด้วย การเตรียมผู้เรียน ด้วยการปฐมนิเทศแนะนำ ซึ่งแจ้งข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมการศึกษา รวมถึงแจกคู่มือฝึกปฏิบัติสำหรับผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ด้วยตนเองควบคู่ไปกับการฝึกปฏิบัติร่วมกับกลุ่มย่อยในห้องอบรม การดำเนินการเรียนรู้ ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ ขั้นนำ ผู้สอนอธิบายวัตถุประสงค์กิจกรรม ขั้นตอน กติกา ลักษณะตัวงานที่มอบหมาย กำหนดกลุ่ม กระตุ้น จูงใจผู้เรียนเข้าสู่บทเรียน ขั้นดำเนินการเรียนรู้ นักศึกษาเป็นผู้ลงมือทำกิจกรรมตามขั้นตอนเอง เรียนรู้จากกิจกรรม ปฏิบัติทั้งรายบุคคลและกลุ่ม และขั้นสรุปผล นักศึกษาเป็นผู้สรุปความรู้ ข้อค้นพบ ประเด็นสำคัญที่ได้จากกิจกรรม รวมถึงสะท้อนกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อการปรับปรุงที่ดีขึ้น ผู้สอนที่ประเด็นมุมมองสำคัญๆ เพิ่มเติมรายละเอียด หรือชี้แนะแนวคิดมุมมองใหม่ๆ ให้พิจารณา สำหรับบทบาทผู้เรียน เป็นผู้ค้นคว้าหาความรู้หรือสิ่งที่ต้องการเรียนรู้เอง อภิปรายร่วมกับกลุ่มย่อย ฟังพาท้ายกันและกัน ร่วมมือกัน รับผิดชอบงานของตนและช่วยเหลือเพื่อนสมาชิก สื่อสารนำเสนองาน

และข้อค้นพบต่อเพื่อนสมาชิก ส่วนบทบาทผู้สอนการกำกับดูแลและให้ความช่วยเหลือ ผู้สอนจะสังเกตการณ์ทำงานร่วมกันในกลุ่ม ความร่วมมือกันของผู้เรียน ความเข้าใจในตัวตนของผู้เรียน ให้ความช่วยเหลือ ชี้แนะ ช่วยให้สมาชิกกลุ่มแก้ปัญหาในการทำงานของกลุ่มได้ รวมถึงการเตรียมผู้เรียนให้เกิดความเข้าใจก่อนร่วมกิจกรรม กำหนดตัวตน มอบหมายงาน บริหารภายในห้องอบรมโดยรวม สร้างเงื่อนไขการเรียนรู้ร่วมกัน เป็นผู้ร่วมเรียน ผู้อำนวยการอำนวยความสะดวก

3.4. การประเมินผลการเรียนรู้และการประเมินผลกระบวนการ จำแนกเป็น 2 ส่วน คือ การประเมินผลการเรียนรู้ คือ ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค มีจำนวน 48 ข้อ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ด้วยแบบทดสอบวัดความรู้เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค มีจำนวน 42 ข้อ และการประเมินผลกระบวนการ คือ พฤติกรรมเรียนรู้ร่วมกัน ด้วยแบบแบบสังเกตพฤติกรรมวัดกระบวนการทำงานในกลุ่มย่อย จำนวน 15 ข้อ

3.5 การศึกษาปัจจัยและปัญหาจากการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส โดยและเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์บุคคล 2 กลุ่ม คือ อาจารย์ผู้สอนและผู้บริหารและกลุ่มสัมภาษณ์กลุ่มทดลอง หลังสิ้นสุดการจัดกิจกรรมการศึกษา โดยสัมภาษณ์แบบตัวต่อตัว สอบถามความคิดเห็นเรื่องวัตถุประสงค์ เนื้อหาความรู้ กิจกรรมการเรียนรู้และเทคนิคการอบรม ข้อควรพิจารณาในการใช้กิจกรรมการศึกษา ปัญหาการใช้กิจกรรมการศึกษา ฯลฯ ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลจากเทปบันทึกการสัมภาษณ์ และข้อมูลจากผู้ช่วยจดคำสัมภาษณ์ 1 คน หลังจากนั้นจัดทำดัชนีและสร้างข้อสรุป แล้วเรียบเรียงในลักษณะพรรณนา นำเสนอขอความเห็นชอบอาจารย์ที่ปรึกษา

### สรุปผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ผลการศึกษาสถานการณ์ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษา

#### มหาวิทยาลัยเอกชน

ภาพรวมสถานการณ์ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเอกชน อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย 3.22 โดยนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ทุกมิติ อยู่ในระดับปานกลาง เรียงตามลำดับ คือ มิติความคงทน มิติค้นหาสาเหตุและรับผิดชอบปัญหา มิติควบคุม และมิติผลกระทบที่จะมาถึง เมื่อศึกษาข้อมูลจำแนกตามเพศ พบว่านักศึกษาเพศชายและเพศหญิงมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย 3.20 และ 3.24 ตามลำดับ เมื่อนำผลคะแนนมาทดสอบความแตกต่างก็พบว่า นักศึกษาเพศชายและเพศหญิงมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้ทั้งนี้ทั้งนักศึกษาทั้งเพศชายและเพศ

หญิงมีมิติความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เรียงตามลำดับ คือ มิติความคงทน มิติค้นหาสาเหตุและรับผิดชอบปัญหา มิติควบคุม และมิติผลกระทบที่จะมาถึง

เมื่อศึกษาลักษณะของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน จำแนกตามสาขาการศึกษาตาม ISCED ของ UNESCO พบว่านักศึกษาเพศชายและเพศหญิงเรียนในสาขามนุษยศาสตร์และศิลป์ มากที่สุด รองลงมา คือ สาขาสังคมศาสตร์ บริหารธุรกิจและกฎหมาย และสาขาวิทยาศาสตร์ สำหรับสาขาที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงสุด คือ สาขาสุขภาพและสวัสดิการ ซึ่งทุกมิติ อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา คือ สาขางานบริการ และสาขาวิศวกรรม

หากศึกษาตามระดับผลการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงสุด 3 อันดับแรก คือ ผู้มีผลการเรียนในช่วงสูงสุด คือ 3.51-4.00 รองลงมา คือ ผู้มีผลการเรียนในช่วง 3.01-3.50 และผู้มีผลการเรียนในช่วงต่ำสุด คือ 1.50-2.00 โดยนักศึกษาที่มีผลการเรียนช่วง 3.51-4.00 และช่วง 3.01-3.50 มีค่าเฉลี่ยสูงสุดทุกมิติ

หากจำแนกตามภูมิลำเนา พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานครมากที่สุด รองลงมา คือ ภาคกลาง ภาคใต้ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ นักศึกษาที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงสุด 3 อันดับแรก คือ นักศึกษาจากภาคตะวันตก ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง นักศึกษาจากภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และนักศึกษจากภาคเหนือ ส่วนนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนจากกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ทุกมิติ

## ตอนที่ 2 ผลการพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิด

นีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน

ส่วนที่ 1 ผลการพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิด นีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกัน เพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน และผลการตรวจสอบรูปแบบของผู้ทรงคุณวุฒิ

รูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

### 1.วางแผนการเรียนการสอน มีดังนี้

#### 1.1 ดำเนินการศึกษาเนื้อหาทั้งหมดในหลักสูตร ครอบคลุมเรื่อง แนวคิด ทฤษฎี

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค แนวคิดนีโอฮิวแมนนิส และการจัดกิจกรรม และแนวคิดการเรียนรู้ร่วมกัน เพื่อนำไปใช้สร้างหลักสูตรกำหนดเนื้อหาและ กิจกรรมเรียนรู้

1.2 กำหนดวัตถุประสงค์เรียนรู้ ประกอบด้วย วัตถุประสงค์เรียนรู้วัดความรู้เรื่อง ทฤษฎีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค และวัตถุประสงค์เรียนรู้วัดกระบวนการ ทำงานในกลุ่มย่อย โดยผู้เรียนมีส่วนร่วมคิด พุคคุยเกี่ยวกับทักษะกระบวนการกลุ่มที่จำเป็น และ ควรได้รับความรู้เพิ่มเติม

1.3 กำหนดกิจกรรมเรียนรู้ ตัวงาน วัสดุอุปกรณ์ โดยพิจารณาให้สอดคล้องกับ เนื้อหาและวัตถุประสงค์ ประกอบด้วย การฝึกปฏิบัติรายบุคคลและเป็นกลุ่ม การปฏิบัติกิจกรรม ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส การใช้กิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกัน เช่น อภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้ อารมณ์ ความรู้สึก แก้ปัญหาาร่วมกัน สอนโดยเพื่อน การใช้กรณีศึกษา การนำเสนอ เล่นเกม การสร้างผลงานที่มีความชัดเจนร่วมกัน ฯลฯ การจัดกิจกรรมยึดหลักการเรียนรู้ร่วมกัน คือ การพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน การมีปฏิสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด การตรวจสอบความรับผิดชอบ รายบุคคลและกลุ่ม ทักษะทางสังคม และกระบวนการกลุ่ม

1.4 กำหนดเกณฑ์ประเมินผล ประเมินผล 2 ส่วน คือ วัดความรู้ความเข้าใจเนื้อหา ทฤษฎีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ในเกณฑ์ไม่ต่ำกว่า 80 %และวัดกระบวนการ ทำงานในกลุ่มย่อย ในเกณฑ์ไม่ต่ำกว่า 80 % โดยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนพูดคุย แสดงความคิดเห็น เกณฑ์การประเมินผล สรุปเป็นข้อตกลงร่วมกันระหว่างกลุ่มผู้เรียนและผู้สอน

1.5 การจัดระบบกลุ่ม ประกอบด้วย การกำหนดขนาดกลุ่ม การจัดผู้เรียนเข้า กลุ่ม ลักษณะสมาชิก และบทบาทสมาชิกกลุ่ม การกำหนดขนาดกลุ่ม กำหนดกลุ่มละ 2-6 คน เพื่อให้สามารถมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างทั่วถึง ในขณะที่ทำกิจกรรมกลุ่มย่อย ผู้เรียนมีอิสระเลือกเพื่อน หรือได้รับการจัดกลุ่มตามการสุ่มหมายเลข หรือวิธีที่เหมาะสม ซึ่งลักษณะสมาชิกมีความ หลากหลายทั้งพื้นฐานชีวิต ประสบการณ์ สมาชิกจะได้รับแนวคิด มุมมอง การให้เหตุผลและ วิธีการแก้ปัญหาหลายวิธี บทบาทสมาชิกในกลุ่ม ผู้เรียนมีอิสระบริหารกลุ่มเอง โดยเลือกสมาชิก ทำหน้าที่ผู้บันทึก ผู้รายงาน ผู้นำ ผู้รักษาเวลา ผู้สังเกตการณ์ ผู้เรียนสลับเปลี่ยนหมุนเวียนกัน ทำหน้าที่ในกลุ่ม โดยมีการพบกลุ่มต่อเนื่อง 3 เดือน ตามแผนการฝึกอบรมพัฒนาความสามารถ ในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค

1.6 จัดหาแหล่งเรียนรู้ ผู้เรียนร่วมจัดหาแหล่งเรียนรู้เพิ่มเติมที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยเป็น ผู้อำนวยความสะดวก จัดแหล่งเรียนรู้สำคัญ คือ เพื่อนสมาชิกของผู้เรียนที่มีพื้นฐานชีวิต และ ประสบการณ์แตกต่างกันให้มาร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ นอกจากนี้ ผู้วิจัยแนะนำ ชี้นำการหาความรู้ เช่น หนังสือ บุคคลที่สามารถให้ข้อมูล แหล่งค้นคว้า เป็นต้น

1.7 จัดสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ จัดสถานที่ที่เหมาะสมกับการปฏิบัติกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เช่น โยคะ เกาซิกิ การทำสมาธิ การนอนตาย ฯลฯ และกิจกรรมเรียนรู้ร่วมกันในรูปแบบต่างๆ เช่น การอภิปราย เล่นเกม การแสดงละคร การนำเสนอ ฯลฯ

## 2. การจัดประสบการณ์เรียนรู้

2.1 เตรียมผู้เรียนก่อนการเรียนรู้ จัดปฐมนิเทศ แนะนำเรื่องเกี่ยวกับกิจกรรมการศึกษา เช่น ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส กิจกรรมและหลักการเรียนรู้ร่วมกัน ลักษณะแผนการฝึกอบรม ฯลฯ แจกคู่มือปฏิบัติสำหรับผู้เรียน เพื่อให้เรียนรู้ด้วยตนเองควบคู่ไปกับการฝึกปฏิบัติด้วยการร่วมกิจกรรมในกลุ่มย่อยรวมถึง พุดคุยวางแผนการเรียนรู้ร่วมกัน

2.2 การดำเนินการเรียนรู้ ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมการศึกษาเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยแบ่งเป็น การฝึกอบรมในห้องอบรม จำนวน 21 วัน และมอบหมายให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส รายบุคคล วันละ 1 ชั่วโมง รวม 14 วัน แล้วรายงานผลการฝึกหลังจากนั้น

การดำเนินการเรียนรู้ในห้องฝึกอบรม ผู้เรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ทุกครั้ง เป็นเวลา 1 ชั่วโมง ประกอบด้วย การฝึกให้มีคลื่นสมองต่ำ การผ่อนคลายให้เกิดวังงัดด้วยเสียงเพลงและจินตนาการ การฝึกสมาธิ ฝึกโยคะ เต้นรำเกาซิกิ การให้พลังด้านบวก สร้างภาพพจน์ตนเองด้านบวก หลังจากนั้น ผู้เรียนเรียนรู้จากกิจกรรมที่เป็นการผสมผสานระหว่างแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและหลักการเรียนรู้ร่วมกัน โดยหลักการเรียนรู้ร่วมกันคือ การพึ่งพาอาศัยกัน ปฏิสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด ตรวจสอบความรับผิดชอบสมาชิกรายบุคคลและกลุ่ม ทักษะการทำงานกลุ่มย่อย และกระบวนการกลุ่ม

## 2.3 ลำดับขั้นตอนในการดำเนินการเรียนรู้ มีดังนี้

2.3.1 ขั้นนำ ผู้สอนอธิบายวัตถุประสงค์กิจกรรม ขั้นตอน กติกา วิธีการร่วมกิจกรรม ลักษณะตัวงานที่มอบหมาย กำหนดกลุ่ม การประเมินผล ผลงานที่คาดหวัง รวมถึงการจูงใจผู้เรียนเข้าสู่บทเรียน

2.3.2 ขั้นดำเนินการเรียนรู้ นักศึกษาลงมือทำกิจกรรมตามขั้นตอนเอง เป็นการปฏิบัติทั้งรายบุคคลและเป็นกลุ่ม ค้นหาสิ่งที่ต้องเรียนรู้ด้วยตนเองโดยผ่านกิจกรรมเรียนรู้ร่วมกัน ได้แก่ การอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้ อารมณ์ ความรู้สึก การสอนโดยเพื่อน กรณีศึกษา การนำเสนอ การเล่นเกม แสดงละคร การร่วมกันสร้างรายงานหรือผลงานที่มีชัดเจน ฯลฯ รวมถึงทำงานในกลุ่มย่อยตามหลักการเรียนรู้ร่วมกัน

2.3.3 ขั้นสรุปผล นักศึกษาเป็นผู้สรุปความรู้ ข้อค้นพบ ประเด็นสำคัญจากกิจกรรม เสริมแรงกันและกันในการเรียนรู้ สะท้อนกระบวนการเรียนรู้ร่วมกัน ผู้สอนชี้

ประเด็นมุมมองสำคัญๆ เพิ่มเติมรายละเอียดที่ผู้เรียนได้พูดคุยกันหรือชี้แนะแนวคิดมุมมองใหม่ๆ ให้พิจารณา

### 3. การประเมินผลการเรียนรู้และการประเมินผลกระบวนการ มีดังนี้

3.1 ประเมินผลการเรียนรู้ โดยวัดผลงาน มุ่งประเด็นที่ความสำเร็จของผู้เรียน และความรู้ที่ได้จากรายวิชาในกิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้น ประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียน 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค จำนวน 48 ข้อ และส่วนที่ 2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ด้วยแบบทดสอบวัดความรู้เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค จำนวน 42 ข้อ

3.2 ประเมินผลกระบวนการ เป็นการประเมินที่ต้องการให้ผู้เรียนแสดงกระบวนการหรือทักษะที่กำหนดไว้ มุ่งประเด็นที่การตรวจสอบกระบวนการทำงาน พฤติกรรมการทำงานในกลุ่มเรียนรู้ร่วมกัน จึงประเมินด้วยแบบแบบสังเกตพฤติกรรมวัดกระบวนการทำงานในกลุ่มย่อย จำนวน 15 ข้อ

4. บทบาทผู้เรียน ในกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกัน ประกอบด้วย การทำงานร่วมกันในกลุ่มย่อยตามหลักการเรียนรู้ร่วมกัน การมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่กำหนดไว้ เช่น การปฏิบัติกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส การพูดคุย แลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด อารมณ์ความรู้สึก การแก้ปัญหา ร่วมกัน การวิเคราะห์ การสอนเพื่อน การเล่นเกม การแสดงบทบาทสมมุติ การหาข้อสรุปร่วมกันในตัวเอง การจัดระบบข้อมูลเพื่อนำเสนอ ใช้ทักษะสื่อความหมาย ฯลฯ นอกจากนี้ยังรวมถึงการสรุปความรู้ ข้อค้นพบ และประเด็นสำคัญ

5. บทบาทผู้สอน ในกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกัน มีดังนี้

5.1 อธิบายวัตถุประสงค์กิจกรรม ขั้นตอน กติกา ชิ้นงาน พฤติกรรมหรือผลลัพธ์สุดท้ายที่ต้องการ ลักษณะตัวงานที่มอบหมาย กำหนดกลุ่ม อธิบายวิธีประเมินผล

5.2 กำหนดตัวงาน มอบหมายงาน บริหารภายในห้องอบรมโดยภาพรวม สร้างเงื่อนไขการเรียนรู้ร่วมกันขึ้น

5.3 เป็นผู้อำนวยความสะดวก ชี้แนะ เป็นผู้ร่วมเรียน สนับสนุนให้ผู้เรียนอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น วิเคราะห์ สังเคราะห์ สร้างบรรยากาศผ่อนคลายต่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ชี้ประเด็นมุมมองสำคัญๆของกลุ่มผู้เรียน เพิ่มเติมรายละเอียดที่ผู้เรียนได้พูดคุย ช่วยเหลือกลุ่มผู้เรียนให้เขาแก้ปัญหาเองได้

5.4 สังเกตการณ์ทำงานร่วมกันในกลุ่ม ความร่วมมือกันของผู้เรียน ความเข้าใจตัวงานหรือเนื้อหาของผู้เรียน

### ผลการตรวจสอบรูปแบบกิจกรรมการศึกษา โดยผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิส่วนใหญ่เห็นว่า รูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน มีความเหมาะสมทั้งการวางแผนการเรียนการสอน การจัดประสบการณ์เรียนรู้ การประเมินผล บทบาทของผู้เรียน และบทบาทของผู้สอน

**ส่วนที่ 2** ผลการประเมินการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน ประกอบด้วย

**ด้านวัตถุประสงค์** นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนผู้เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษาส่วนใหญ่มีความเห็นว่าวัตถุประสงค์การเรียนรู้ในกิจกรรมการศึกษามีความเหมาะสม ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.85 กิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด เท่ากัน คือ กิจกรรมฝึกคิดเชิงบวก และกิจกรรมเรื่องต่างๆ มีค่าเฉลี่ย 4.95

**ด้านเนื้อหาความรู้** นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนผู้เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษาส่วนใหญ่มีความเห็นว่าเนื้อหาความรู้ในกิจกรรมการศึกษามีความเหมาะสม ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.76 กิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ กิจกรรมเรื่องต่างๆ มีค่าเฉลี่ย 4.95 ส่วนกิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ยรองลงมา เท่ากัน คือ กิจกรรมความหมายของตัวฉัน กิจกรรมสร้างความเข้มแข็งและมองชีวิตอย่างมีหวัง มีค่าเฉลี่ย 4.90

**ด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้และเทคนิค** นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนผู้เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษามีความเห็นว่าการจัดกิจกรรมเรียนรู้และเทคนิคในกิจกรรมการศึกษามีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.74 กิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด เท่ากัน คือ กิจกรรมฝึกคิดเชิงบวก กิจกรรมสร้างจินตนาการความสำเร็จ มีค่าเฉลี่ย 4.95

**ด้านบทบาทของผู้เรียนและผู้สอน** นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนผู้เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษามีความเห็นว่าบทบาทผู้เรียนและผู้สอนในกิจกรรมการศึกษา มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.78 กิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด เท่ากัน คือ กิจกรรมร่วมกันคิดหาคำตอบ กิจกรรมสร้างความเข้มแข็ง มองชีวิตอย่างมีหวัง และกิจกรรมเรื่องต่างๆ มีค่าเฉลี่ย 4.95

**ด้านการนำไปประยุกต์ใช้** นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนผู้เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษามีความเห็นว่าสามารถนำกิจกรรมการศึกษานำไปประยุกต์ใช้ ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.75 กิจกรรมที่นักศึกษาคิดว่านำไปประยุกต์ใช้ได้สูงสุด คือ กิจกรรมฝึกคิดเชิงบวก มีค่าเฉลี่ย 4.95

**ด้านการประเมินโดยภาพรวม** ชื่อ วัสดุ อุปกรณ์ นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนผู้เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษามีความเห็นว่าประเมินโดยภาพรวม ชื่อ วัสดุ อุปกรณ์ ในกิจกรรมการศึกษา

มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.77 กิจกรรมที่นักศึกษาประเมินภาพรวมสูงสุดคือ กิจกรรมทำในสิ่งที่จำเป็นต้องทำ มีค่าเฉลี่ย 5.00

การประเมินความเหมาะสมโดยภาพรวม รายกิจกรรม นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน ผู้เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษาส่วนใหญ่ประเมินความเหมาะสมโดยภาพรวม รายกิจกรรม ว่ามีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.77 กิจกรรมที่นักศึกษาพึงพอใจมากที่สุด 3 อันดับแรกคือ กิจกรรมเรื่องต่างๆ กิจกรรมฝึกคิดเชิงบวก กิจกรรมสร้างความเข้มแข็งและมองชีวิตอย่างมีหวัง

**ตอนที่ 3 ผลการทดลองใช้และศึกษาปัจจัย ปัญหาจากการใช้รูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน**

**ส่วนที่ 1 ผลการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม**

1. ระยะเวลาหลังการทดลอง นักศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค สูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลการศึกษาเป็นไปตามสมมุติฐานการวิจัยที่กำหนดไว้

2. ระยะเวลาหลังการทดลอง นักศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค จำแนกตามมิติเรียงตามลำดับ คือ มิติความคงทน มิติค้นหาสาเหตุและความรับผิดชอบปัญหา มิติผลกระทบที่จะมาถึง และมิติควบคุม เมื่อตรวจสอบพบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ทุกมิติ สูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. นักศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ในระยะเวลาหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลการศึกษาเป็นไปตามสมมุติฐานการวิจัยที่กำหนดไว้

4. จำแนกตามมิติของความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค นักศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ในระยะเวลาหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกมิติ

**ส่วนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนผลสัมฤทธิ์เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของกลุ่มทดลอง ระยะเวลาก่อนและหลังการทดลอง**

นักศึกษาในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนผลสัมฤทธิ์เรื่องความสามารถในการเผชิญและ  
ฟื้นฝ่าอุปสรรค ระยะเวลาหลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01  
ผลการศึกษากลับไปตามสมมุติฐานการวิจัยที่กำหนดไว้

### ส่วนที่ 3 ผลคะแนนพฤติกรรมการทำงานในกลุ่มย่อย ของกลุ่มทดลอง

จากกิจกรรมการศึกษาจำนวน 21 วัน นักศึกษากลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการทำงาน  
ในกลุ่มย่อยตามหลักการเรียนรู้ร่วมกัน คิดเป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 87.22 โดยที่การจัดกิจกรรม  
การศึกษาทุกครั้ง กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมดังกล่าวสูงกว่าร้อยละ 80 สำหรับกิจกรรมการศึกษาที่  
กลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการทำงานในกลุ่มย่อยตามหลักการเรียนรู้ร่วมกัน สูงกว่าร้อยละ 85 มี  
16 กิจกรรม กิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ยร้อยละสูงสุด 3 อันดับแรก คือ กิจกรรมเพิ่มพลังสติและกิจกรรม  
คิดอย่างเป็นระบบ กิจกรรมคิดอย่างเป็นระบบ และกิจกรรมเรื่องต่างๆ

สำหรับพฤติกรรมการทำงานในกลุ่มย่อยตามหลักการเรียนรู้ร่วมกัน พบว่าด้านการ  
มีปฏิสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด มีค่าเฉลี่ยร้อยละสูงสุด คือ 98.52 รองลงมา คือ ด้านทักษะทางสังคม  
ค่าเฉลี่ยร้อยละ 95.40 ด้านการพึ่งพาอาศัยกันและกัน ค่าเฉลี่ยร้อยละ 91.35 สำหรับด้านการ  
ตรวจสอบความรับผิดชอบของรายบุคคลและกลุ่ม และด้านกระบวนการกลุ่ม มีค่าเฉลี่ยร้อยละ  
ใกล้เคียงกัน คือ 75.05 และ 75.77 ตามลำดับ

ส่วนที่ 4 ผลคะแนนจากแบบรายงานตนเอง ของกลุ่มทดลอง ระยะเวลาหลังการ  
ทดลอง คะแนนจากแบบรายงานตนเองเป็นคะแนนจากนักศึกษากลุ่มทดลอง ที่ผ่านการเข้าร่วม  
กิจกรรมการศึกษา 21 วัน แล้ว หลังจากนั้น นำกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสมาปฏิบัติด้วย  
ตนเอง อีก 14 วัน โดยใช้คู่มือปฏิบัติของนักศึกษาเป็นแนวทางหลัก จากการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลอง  
ปฏิบัติตามคู่มือปฏิบัติ ที่เป็นวิธีการตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เป็นค่าเฉลี่ยร้อยละ 87 โดยกลุ่ม  
ทดลองให้พลังทางบวก คือ การยิ้ม การใช้คำพูดบวกชมเชยเพื่อนร้อยละ 97 การสบตาร้อยละ 95  
การสัมผัสเพื่อนและบุคคลรอบข้างร้อยละ 93 และการสวัสดิ์เพื่อนและบุคคลรอบข้างร้อยละ 89  
นักศึกษาฝึกตนเองให้มีคลื่นสมองต่ำ ด้วยการ ใช้สติในการทำภารกิจร้อยละ 94 ผ่อนคลาย จินตนาการ  
ร้อยละ 90 ทำสมาธิร้อยละ 88 ฟังเพลงที่ทำให้มีคลื่นสมองต่ำ นอนในท่านอนตายร้อยละ 83  
ฝึกโยคะร้อยละ 72 เดินรำเกาซิกิร้อยละ 66 นักศึกษาร่างภาพพจน์ที่ดีต่อตนเองด้วยการ ใช้คำพูด  
บวกชมเชยตนเองร้อยละ 92 คิดด้านบวกต่อเหตุการณ์ต่างๆร้อยละ 87 และรับประทานผัก ผลไม้สด  
ร้อยละ 77 และ 89 ตามลำดับ



### ส่วนที่ 5 ผลคะแนนจากการปฏิบัติกิจกรรมการศึกษา รายชั่วโมง

ผลคะแนนจากการปฏิบัติกิจกรรมการศึกษา รายชั่วโมง พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลอง มีผลการทดสอบย่อยความรู้เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ค่าเฉลี่ยร้อยละ 86.60 โดยที่นักศึกษาที่มีคะแนนทดสอบย่อย ทุกครั้ง สูงกว่าร้อยละ 80 และนักศึกษากลุ่มทดลอง มีคะแนนจากแบบรายงานตนเอง รายชั่วโมง ค่าเฉลี่ยร้อยละ 91.35 โดยที่นักศึกษาที่มีคะแนนจากแบบรายงานตนเองทุกครั้ง สูงกว่าร้อยละ 85

**ส่วนที่ 6 ผลการศึกษาปัจจัยและปัญหาจากการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน**

#### สรุปข้อมูลจากผู้บริหารและผู้สอน

1. ความคิดเห็นเรื่องรูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค

##### 1.1 ความเหมาะสมของวัตถุประสงค์การเรียนรู้

ผู้บริหารและผู้สอนมีความเห็นว่า กิจกรรมการศึกษาใช้เพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคได้ กิจกรรมการศึกษาดังวัตถุประสงค์ นำไปใช้ได้ วัตถุประสงค์ครบถ้วน สอดคล้องกับเนื้อหาด้านร่างกาย ความรู้ สังคม การเรียนรู้ร่วมกัน รูปแบบกิจกรรม สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ วัตถุประสงค์เป็นเชิงพฤติกรรม ไม่ยาก ทำได้จริง เน้นฝึกปฏิบัติไม่ใช่ภาคทฤษฎีเท่านั้น วัตถุประสงค์ทำให้ผู้เรียนได้ฝึกความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคผ่านเนื้อหากิจกรรม กิจกรรมทำให้ผู้เรียนเข้าใจและจำได้เพราะผู้เรียนลงมือทำเอง สอนกันเอง เรียนรู้เรื่องราวผ่านกิจกรรมและมีความสุขกับเพื่อน การฝึกสมาธิ ฝึกโยคะก่อนเริ่มกิจกรรมทำให้ผู้เรียนมีสมาธิในการทำกิจกรรม

##### 1.2 ความเหมาะสมของหลักการ เนื้อหาความรู้

ผู้บริหารและผู้สอนมีความเห็นว่า หลักการ เนื้อหาในกิจกรรมเรียนรู้ครบถ้วน ครอบคลุม เป็นเรื่องชีวิตใกล้ตัวในชีวิตประจำวันผู้เรียน ซึ่งผู้เรียนควรต้องนำไปใช้ในการดำรงชีวิต เนื้อหานำไปใช้ประโยชน์ได้จริง การวางเนื้อหาเหมาะสมที่นำกิจกรรมการเรียนรู้จักตนเองมาเป็นกิจกรรมแรก เพื่อให้เขารู้จักตนเอง เนื้อหาน่าสนใจ ทำให้ผู้เรียนได้เคลื่อนไหว นำเสนอ จึงฝึกความเชื่อมั่นในตนเอง การกล้าแสดงออก โดยเฉพาะกิจกรรมที่นำไปสู่การพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ทำให้ผู้เรียนเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งถือเป็นสิ่งสำคัญ

##### 1.3 ความเหมาะสมของเทคนิคและการจัดกิจกรรมเรียนรู้

1.3.1 ความเหมาะสมของเทคนิคการจัดกิจกรรมเรียนรู้ ผู้บริหารและผู้สอนมีความเห็นว่า เทคนิคการจัดกิจกรรมเรียนรู้ เนื้อหาและวัตถุประสงค์สอดคล้องกัน ส่งเสริมซึ่งกันและกัน เหมาะสมที่วางกิจกรรมโยคะ ผักสมาริมา ก่อนเริ่มทำกิจกรรมอื่นๆ ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติเอง เรียนรู้ด้วยกลุ่ม มีการนำเสนอ ระดมความคิด การจัดสภาพแวดล้อมการเรียนรู้เน้นการเรียนรู้ร่วมกัน การสร้างกระบวนการเรียนรู้ด้วยกลุ่ม เป็นการเรียนรู้ที่สร้างทักษะชีวิตจริงๆ การจัดห้องกว้างขวาง อุปกรณ์ต่างๆ เครื่องเสียงครบถ้วน ตัวงานและกิจกรรมช่วยในการเรียนรู้ได้มากขึ้น กิจกรรมเรียนรู้เหมาะสมกับสติปัญญาและวุฒิภาวะของผู้เรียน

1.3.2 ความเหมาะสมของการจัดระบบกลุ่ม ผู้บริหารและผู้สอนมีความเห็นว่าการจัดระบบกลุ่มเหมาะสม ให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ผู้เรียนกำหนดการเรียนรู้ได้มากขึ้น ผู้สอนเพียงออกแบบกิจกรรมว่าจัดกิจกรรมอย่างไร เป็นการเสริมพลังอำนาจ (Empower) ให้ผู้เรียนมากขึ้น ส่งเสริมศักยภาพผู้เรียนทั้งทางตรงและทางอ้อม ผู้เรียนน่าจะพอใจเพราะให้เขาค้นหา แลกเปลี่ยนประสบการณ์เดิมของตนและเพื่อน เขาจัดกิจกรรมได้เองโดยผ่านการชี้แนะของใบงาน ผู้เรียนสบายใจ ไม่ฝืนใจตนเอง สามารถเปลี่ยนกลุ่มหรือร่วมกิจกรรมกับผู้อื่นได้เรื่อยๆ

1.3.3 กิจกรรมเข้าถึงความคิด อารมณ์ ความรู้สึกของนักศึกษานำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ผู้บริหารและผู้สอนมีความเห็นว่า กิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้นเข้าถึงความคิด อารมณ์ ความรู้สึกของผู้เรียน โดยผ่านการทำกิจกรรม ที่มีการวิเคราะห์ แยกแยะ ดีความ ทำความเข้าใจ และการเรียนรู้ร่วมกัน จึงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงคุณภาพได้

#### 1.4 ความเหมาะสมของการประเมินผล

ผู้บริหารและผู้สอนมีความเห็นว่าการประเมินผล กิจกรรมและวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมสอดคล้องกัน ก่อนข้างละเอียด ครอบคลุม จำนวนพอดี ผู้ตอบไม่รู้สึกเครียด การประเมินผลเหมาะสม คือ ประเมินความรู้ในหัวข้อที่เรียน และประเมินตนเอง เพื่อสำรวจการปฏิบัติของตนเอง

#### 1.5 ความเหมาะสมของบทบาทผู้เรียนและบทบาทผู้สอน

ผู้บริหารและผู้สอนมีความเห็นว่าการ บทบาทผู้เรียนในกิจกรรมการศึกษาเหมาะสม เพราะให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน กำหนดบทบาทการเรียนรู้เอง ผู้เรียนสามารถทำได้ตามวัตถุประสงค์เพราะแต่ละคนมีประสบการณ์ มีความรู้เดิมของตน เรียนรู้ด้วยการที่เพื่อนช่วยเพื่อนและแลกเปลี่ยนความรู้ ประสบการณ์กัน ใช้ภาษาระดับเดียวกัน สื่อสารได้ง่าย พัฒนาการทางอารมณ์ ความรู้สึกใกล้เคียงกัน ผู้เรียนจึงรู้สึกสนุก สำหรับบทบาทผู้สอนในกิจกรรมการศึกษาเหมาะสม ผู้สอนอยู่ในลักษณะผู้อำนวยความสะดวกที่จะจัดสถานการณ์ คือ ใบงาน กิจกรรม อุปกรณ์ต่างๆ และจัดสภาพแวดล้อมเรียนรู้ที่เหมาะสม ที่ทำให้ผู้เรียนสร้างกระบวนการเรียนรู้ได้

#### 2. ข้อควรคำนึงหรือสิ่งที่ควรพิจารณาก่อนนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้

ผู้บริหารและผู้สอนมีความเห็นว่า สิ่งที่ต้องคำนึงถึงก่อนนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้ ได้แก่ การติดตามผลภายหลังการอบรม 3- 6 เดือน การทดลองกิจกรรมการศึกษาก่อนใช้จริง เพื่อหาปัญหาอุปสรรค ผู้อำนวยการความสะดวกต้องจัดเตรียมห้องเรียน อุปกรณ์ในกิจกรรม เอกสาร การจัดช่วงพักเบรก สิ่งที่จะช่วยสร้างความผ่อนคลาย เช่น ลูกอม ขนม เป็นต้น

### 3. สถานการณ์อื่นๆ ที่เหมาะสมกับการนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้

ผู้บริหารและผู้สอนมีความเห็นว่า กิจกรรมการศึกษาสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับเยาวชนได้ทุกกลุ่ม ในเรื่องต่างๆ เช่น ปัญหาการเรียน ปัญหาความรัก ปัญหาครอบครัว ปัญหาเพื่อน ฯลฯ สามารถนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้ได้ทั้งนอกระบบโรงเรียนและในระบบโรงเรียน กล่าวคือ ในระบบโรงเรียน ได้แก่ ส่วนของวิชาการในหลักสูตรต่างๆ โดยนำมาใช้เฉพาะหัวข้อนั้นๆ ฯลฯ นอกระบบโรงเรียน เช่น การพัฒนากลุ่มเยาวชน การพัฒนาผู้นำ กิจกรรมนักศึกษา เยาวชนที่มีปัญหาทางอารมณ์ เยาวชนที่มีปัญหาบุคลิกภาพบางอย่าง เช่น ก้าวร้าว ไม่เป็นมิตร การขัดแย้งในกลุ่ม ฯลฯ กิจกรรมยังสามารถนำไปใช้กับวัยผู้ใหญ่ที่ต้องการเติมเต็มบางเรื่องและยังต้องการพัฒนา

### 4. สิ่งที่ทำให้กิจกรรมการศึกษาไม่บรรลุวัตถุประสงค์ ไม่ราบรื่น การป้องกัน แก้ไข

ผู้บริหารและผู้สอนมีความเห็นว่า สิ่งที่ทำให้กิจกรรมการศึกษาไม่ราบรื่น ไม่ประสบความสำเร็จ ได้แก่ ผู้บริหารไม่เห็นคุณค่า ไม่เข้าใจกิจกรรมการศึกษา การสนับสนุนต่างๆ นโยบาย งบประมาณ สถานที่ ความเหมาะสมของเวลา ความพร้อมของผู้เข้าอบรม การเห็นคุณค่าในกิจกรรมของผู้เข้าอบรม การตั้งใจในการร่วมกิจกรรมหรือสิ่งกระตุ้นใจผู้เข้าอบรม การใช้ภาษาสื่อสาร วินัยของผู้เข้าอบรม

### 5. ความสำคัญของการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคและประโยชน์ของกิจกรรมการศึกษา

ผู้บริหารและผู้สอนมีความเห็นว่าถือเป็นเรื่องจำเป็นมากในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพราะปัจจุบัน นักศึกษาส่วนใหญ่มีชีวิตที่สะดวกสบาย ราบรื่น เผชิญปัญหาอุปสรรคน้อย เด็บโตมาไม่เข้มแข็ง ได้รับความนิยมน้อยๆ เมื่อเจอปัญหาไม่รู้จะจัดการอย่างไร ขาดสมาธิ ความอดทนต่อเรื่องต่างๆน้อย ควรสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้เขาเหมือนเป็นภูมิคุ้มกัน ให้นักศึกษาเป็นผู้ใหญ่ที่เข้มแข็ง มั่นคง จัดการกับปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์ เห็นคุณค่าในตนเอง สู้กับปัญหาอย่างผู้มีกำลังใจ กิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้น มีประโยชน์มาก เป็นการสร้างกระบวนการเรียนรู้ชีวิตพร้อมๆกัน เรียนรู้ชีวิตตนเอง ชีวิตผู้อื่น พัฒนาศักยภาพตนเองพร้อมๆกัน เห็นความแตกต่างของตนเองกับคนอื่น

### 6. ความคิดเห็นอื่นๆ

ผู้บริหารและผู้สอนมีความเห็นว่า กิจกรรมการศึกษาทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของผู้เรียน เพราะมีการพัฒนาทั้ง 3 ส่วนไปด้วยกัน คือ ด้านร่างกาย ด้านความรู้ และด้านอารมณ์ความรู้สึก โดยเฉพาะด้านอารมณ์ความรู้สึกที่ถือเป็นจุดเปลี่ยนสำคัญ กิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้นทำให้ผู้เรียนเรียนรู้หลายสิ่งซึ่งเป็นมุมมองของชีวิต ทั้งด้านบวกและด้านลบ ซึ่งช่วยแก้ไข เดิมเติมส่วนที่เขามี หรือทำให้เข้าใจสิ่งต่างๆ ได้มากขึ้น กิจกรรมยังเป็นสื่อที่ทำให้ผู้เรียนเก็บจำความรู้ไว้ได้นาน และให้เพิ่มเติมเรื่องฝึกการให้อภัยด้วย

### สรุปข้อมูลจากนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนกลุ่มทดลอง

1. ความคิดเห็นเรื่องรูปแบบกิจกรรมการศึกษารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค

#### 1.1 ความเหมาะสมของวัตถุประสงค์การเรียนรู้

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีความเห็นว่า วัตถุประสงค์เหมาะสม สื่อสารเข้าใจดี กิจกรรมที่ทำตรงตามวัตถุประสงค์ที่ระบุไว้ วัตถุประสงค์และเนื้อหาสอดคล้องกัน ใบบางกับ วัตถุประสงค์สอดคล้องกัน วัตถุประสงค์และความรู้ AQ เชื่อมโยงกันดีในแต่ละเรื่องต่อกันไปเรื่อยๆ ค่อยๆ เสริมเสริมเข้าไปจนวันสุดท้าย วัตถุประสงค์ไม่ยาก สามารถทำตามได้สำเร็จ นักศึกษาได้เรียนรู้สิ่งใหม่เพิ่มขึ้น ได้เรียนรู้มุมมองของผู้อื่นด้วย ได้ใช้ความคิดร่วมกัน แลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน นักศึกษารู้สึกชอบ มีความสุข เป็นสิ่งที่ทำง่ายและสนุก ผ่อนคลาย ไม่เครียด แต่บางคนระบุว่าวัตถุประสงค์บางเรื่องยาก ซึ่งเป็นการประยุกต์ใช้ แต่กลุ่มเพื่อนช่วยเหลือกันได้

#### 1.2 ความเหมาะสมของหลักการ เนื้อหาความรู้

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีความเห็นว่า หลักการ ความรู้ในกิจกรรมการศึกษาเหมาะสม เนื้อหาความรู้เหมือนเป็นยารักษาโรคทุกโรค นำไปใช้ได้มาก ใช้ได้ทั้งในแง่การพัฒนา อารมณ์ ความรู้สึก วิชาการ การมีสติ การมีสมาธิ การมีคลื่นสมองต่ำซึ่งสามารถเรียนรู้ได้ง่าย การใช้จินตนาการ การควบคุมอารมณ์ลบ มองโลกในแง่บวก การพูดบวก คิดเป็นระบบ การพัฒนาทางร่างกาย เช่น มีรูปร่างสมส่วนขึ้น นอกจากนี้ สามารถนำความรู้ไปใช้แก้ปัญหาการเรียน การทำงาน การทำงานกลุ่ม ผ่อนคลายความเครียด ปัญหาบุคลิกภาพ การควบคุมอารมณ์ ปัญหาครอบครัว รวมถึงสถานการณ์ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน

#### 1.3 ความเหมาะสมของเทคนิคและการจัดกิจกรรมเรียนรู้

1.3.1 ความเหมาะสมของเทคนิคการจัดกิจกรรมเรียนรู้ นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีความเห็นว่าเทคนิคการจัดกิจกรรมเรียนรู้ เนื้อหา และวัตถุประสงค์สอดคล้องกัน ช่วยให้ ได้เรียนรู้ด้วยตนเองผ่านกิจกรรม การจัดประสบการณ์มีหลากหลายทั้งการฝึกเดี่ยว ฝึกเป็นคู่ และ ฝึกกลุ่มใหญ่ โดยนำเอากิจกรรมฝึกโยคะ การทำสมาธิ การเดินรำเกาซิกิ การพูดบวก การถอด การสัมผัส สวัสดิมาให้ปฏิบัติก่อนเรียนรู้ร่วมกันในห้อง ทำให้มีคลื่นสมองต่ำ เป็นการเตรียมพร้อม

ก่อนเริ่มกิจกรรมต่างๆในแต่ละครั้ง โดยเทคนิคการจัดการเรียนรู้ เช่น เกม การแสดงละคร การนำเสนอ เพื่อนสอนเพื่อน กรณีศึกษา อภิปราย ฯลฯ นักศึกษารู้สึกพอใจกับเทคนิคการจัดกิจกรรม

1.3.2 ความเหมาะสมของการจัดระบบกลุ่ม นักศึกษาชอบการจัดระบบกลุ่มในกิจกรรมการศึกษาเพราะมีอิสระในการจัดกลุ่มและบริหารกลุ่มเอง รู้สึกสบายใจ ไม่เครียด เป็นตัวของตัวเอง กล้าเล่าเรื่องราว กล้าพูดคุยแสดงความคิดเห็น เขามีอิสระที่ย้ายไปอยู่กลุ่มอื่น ทำให้รู้จักเพื่อนเพิ่มขึ้น ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้สึก ข้อมูลมากขึ้น แต่ผู้เรียนบางคนก็ชอบอยู่กลุ่มเดิมบ่อยๆ เพราะรู้สึกไว้วางใจและสานต่อเรื่องราวที่เคยแบ่งปันประสบการณ์ได้ง่ายกว่า ทั้งนี้ นักศึกษาไม่ชอบการจัดกลุ่มโดยผู้สอน เพราะรู้สึกถูกบังคับ อึดอัด ไม่เคลื่อนไหวในการทำกิจกรรม

#### 1.4 ความเหมาะสมของการประเมินผล

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีความเห็นว่าการประเมินผลสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ การประเมินผลความรู้ ขณะทำผู้เรียนต้องคิดก่อนตอบ เป็นการวิเคราะห์ ให้ผู้เรียนคิดเพิ่ม แต่ใบงานชัดเจนละเอียดอยู่แล้ว ส่วนการประเมินตนเอง ช่วยให้ผู้เรียนสำรวจตนเอง รู้จักตนเองมากขึ้น ได้ย้อนกลับมาคิดว่าได้ทำกิจกรรมอะไร นักศึกษาระบุว่าขณะทำการประเมินผลไม่รู้สึกเครียด ไม่กลัว สบายๆ เพราะนำผลเปรียบเทียบกับตนเอง รู้สึกเป็นตัวของตัวเอง เป็นการเช็คความรู้ของตน การตอบมีระดับมาก น้อย ปานกลาง และจำนวนข้อกำลังพอดี

#### 1.5 ความพึงพอใจในบทบาทผู้เรียน และบทบาทผู้สอน

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนพึงพอใจบทบาทของตนเองในกิจกรรมการศึกษา บทบาทของผู้เรียนทำให้บรรลุวัตถุประสงค์เรียนรู้ นักศึกษาพอใจที่ตนเองเป็นผู้ดำเนินการเองทั้งหมด เป็นผู้ให้ความรู้ อภิปราย ลองทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ ค้นพบคำตอบด้วยตนเอง ภูมิใจที่ได้มีส่วนร่วมในกลุ่ม เรียนรู้จากกิจกรรม ฝึกทักษะคิดแก้ปัญหาด้วยตนเอง ได้มีอารมณ์ความรู้สึกร่วมกัน รวมถึงการค้นพบตนเอง ซึ่งนำไปความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง สำหรับบทบาทผู้สอน ผู้สอนมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนบรรลุวัตถุประสงค์เรียนรู้ในลักษณะผู้สังเกตการณ์กิจกรรม ผู้ร่วมเรียน ผู้กระตุ้นผู้ชี้แนะ โดยผู้สอนใช้คำถาม นั่งร่วมกิจกรรมด้วย เพิ่มเติมประเด็นสำคัญ ช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้ที่จะคิดในงานของตนเอง ผู้เรียนรู้จักวิธีการเรียนรู้ แวะเวียนไปตามกลุ่มต่างๆ เพื่อให้ผู้เรียนรู้สึกอิสระ นักศึกษารู้สึกพอใจบทบาทผู้สอน

1.6 กิจกรรมการเรียนรู้มุ่งฝึกปฏิบัติทั้งกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส และการเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่มย่อยหรือไม่ อย่างไร

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีความเห็นว่าการเรียนรู้ที่จัดขึ้น ตนได้ฝึกปฏิบัติกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เช่น ฝึกโยคะ เกาซิกิ การทำสมาธิ ฝึกจินตนาการ และภวังค์แห่งการรับรู้ การยิ้ม สัมผัส ชม สบตา การใช้คำพูดบวก การควบคุมอารมณ์ตนเอง ฯลฯ โดยการฝึกแต่ละกิจกรรมผู้เรียนได้ประโยชน์มาก เช่น การฝึกโยคะ เป็นการบริหารอวัยวะภายใน ทำให้กล้ามเนื้อยืดหยุ่น รูปร่างสมส่วน มีสมาธิ ใจเย็น การเดินรำเกาซิกิ ทำให้มีสมาธิ

การทำสมาธิ ทำให้มีสมาธิในการทำงาน มีสติ คลื่นสมองต่ำ คิดเร็วและผิดพลาดน้อย มองโลก  
บวกขึ้น การนอนตาย ฝึกจินตนาการและภวังค์แห่งการรับรู้ ทำให้ผ่อนคลาย เบาๆ สบายๆ  
ตื่นอย่างสดชื่น ช่วยในการทำงานและคิดแก้ปัญหา เป็นแรงกระตุ้นตนเอง มีกำลังใจ ฯลฯ  
นอกจากนี้ กิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้น ถูกออกแบบให้มีการเรียนรู้ในกลุ่มย่อยทุกกิจกรรม

## 2. ความพึงพอใจของนักศึกษาต่อกิจกรรมการศึกษา

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีความเห็นว่า สิ่งที่ทำให้เขาารู้สึกพึงพอใจ คือ เทคนิค  
การจัดกิจกรรม ประกอบด้วย โยคะที่เหมือนการออกกำลังกาย การทำสมาธิ นอนตายทำให้สงบนิ่ง  
เย็นลง ผ่อนคลาย กิจกรรมกลุ่มมีทั้งการแสดงละคร เกม การอภิปรายแลกเปลี่ยน เทคนิคเหล่านี้  
ผสมเข้าไปในแต่ละกิจกรรม เช่น กิจกรรมฝึกคิดทางบวก ผู้เรียนได้เล่นเกม แข่งขันกัน วางแผน  
รู้สึกภาคภูมิใจ สนุกสนาน กิจกรรมกล้าแสดงออกและกิจกรรมคิดอย่างเป็นระบบ ผู้เรียนได้แสดง  
ละครใช้อารมณ์ที่หลากหลาย ระดมความคิด รู้สึกสนุก เรียนรู้จากกิจกรรมว่าต้องมองเห็น  
ความสำคัญของตนเองเพื่อสร้างกำลังใจให้ตนเอง ค้นพบความสามารถที่มีอยู่ในตัวจึงรู้สึก  
ภาคภูมิใจ มีพลังความเชื่อมั่น

สำหรับสิ่งที่ทำให้นักศึกษารู้สึกไม่พึงพอใจ สาเหตุหลัก คือ อุปนิสัยของเพื่อนร่วม  
กิจกรรม เช่น การแสร้ง ไม่รับฟังความคิดเห็น การไม่ตรงเวลา ฯลฯ ลักษณะของกิจกรรม  
เช่น การคิดคำพูดบวกไม่ออก ตื่นเต้นในขณะที่เล่นเกม เนื้อหาบางเรื่องยาก ไม่ชอบแสดงละคร  
ไม่ชอบการให้คำชม หรือการมองโลกบวก เป็นต้น

## 3. ข้อควรคำนึงหรือสิ่งที่ควรพิจารณาก่อนนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีความคิดเห็นแตกต่างกัน บางส่วนเห็นว่ากิจกรรม  
สมบูรณ์แล้วโดยระบุว่า รูปแบบกิจกรรมสอดคล้อง เนื้อหาเหมาะสม กิจกรรมกลุ่มดี สมบูรณ์ดี  
รวมถึงเอกสาร บางส่วนเห็นว่าควรพิจารณาปรับปรุง โดยระบุว่า ควรระบุนขั้นตอนการเล่นเกมที่  
ละเอียด เปลี่ยนสถานที่จัดกิจกรรมหลายๆที่ จัดกิจกรรมมากกว่าการนำเสนอ การแสดงละคร เกม  
ปรับเนื้อหาบางกิจกรรมให้น้อยลง เดินรำเกาซิกด้วยเพลงเร็วๆ สนุกๆ

## 4. สถานการณ์อื่นๆ ที่เหมาะสมกับการนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้ประโยชน์

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีความเห็นว่า สถานการณ์หรือกลุ่มวัยที่เหมาะสมจะนำ  
กิจกรรมการศึกษาไปใช้ประโยชน์ เช่น นักศึกษาในวัยเดียวกันหรือชั้นปีที่ 1 เพราะชีวิตใน  
มหาวิทยาลัยต้องเรียนรู้ด้วยตนเอง ปรินญาตรีทั่วไปเพราะมุ่งสู่เป้าหมายในชีวิตซึ่งต้องทำให้สำเร็จ  
ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นเพราะเป็นช่วงเปลี่ยนอะไรง่ายที่สุด มัธยมศึกษาตอนปลายเพราะต้องมี  
สมาธิในการสอบแข่งขันมาก มีความคาดหวังและกดดันมาก ผู้มีปัญหาครอบครัว ให้มีสติ รู้จัก  
ตนเอง

## 5. สิ่งที่ทำให้กิจกรรมการศึกษาไม่บรรลุวัตถุประสงค์ ไม่ราบรื่น การป้องกัน แก้ไข

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีความเห็นว่า สิ่งนี้อาจทำให้กิจกรรมการศึกษาไม่บรรลุ

วัตถุประสงค์ เช่น เพื่อนสมาชิกไม่ฟังกัน พุดแข่งกัน ไม่พร้อมเปิดใจรับกิจกรรม ไม่ให้ความร่วมมือ ความไม่พร้อมส่วนตัวของผู้เรียน ฯลฯ

6. การเปลี่ยนแปลงทางความคิด อารมณ์ ความรู้สึก วิธีการเผชิญปัญหาอุปสรรคในชีวิตประจำวัน การกระทำที่แสดงถึงการเปลี่ยนแปลงนั้น

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนรายงานด้วยจาวว่า หลังการร่วมกิจกรรมการศึกษามีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ กับตนเอง ดังนี้

6.1 ความคิด เช่น คิดเป็นระบบขึ้น คิดรอบคอบ มีสติ คิดในแง่บวก คิดกว้างและไกลกว่าเดิม มีความคิดเป็นผู้ป็นเขาที่ไม่หยุดยั้ง ไม่คิดว่าตนทำไม่ได้ ฯลฯ

6.2 ความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองเมื่อเจอปัญหา เช่น มั่นใจในตนเองมากขึ้น มีสติเมื่อเผชิญปัญหา กล้าสู้ปัญหาและหาทางแก้ไข อดทนต่อปัญหา พยายามควบคุมปัญหา หาคูขของปัญหาได้ดีกว่าเดิม ฯลฯ

6.3 อารมณ์ ความรู้สึก เช่น ควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้น อารมณ์เย็น นิ่งขึ้น รักมากขึ้น รับฟังเหตุผล มองโลกในแง่บวก ความรู้สึกปัญหาในใจเบาลง ฯลฯ

6.4 ความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง เช่น รู้สึกดีต่อตนเองมากขึ้น รู้สึกว่าปัญหามีช่วงระยะเวลาสั้นลง เสร้าน้อยลง ฯลฯ

6.5 การมีสมาธิ คือ มีสมาธิในการเรียน การทำกิจกรรมมากขึ้น

6.6 วินัยในตนเอง เช่น ไม่เข้าเรียนสาย ไม่ขาดเรียน ส่งงานตามกำหนดเวลา อ่านหนังสือ ตรงเวลาขึ้น ฯลฯ

6.7 พฤติกรรม เช่น มีการฝึกฝนในการเรียนเพิ่มขึ้น เพิ่มความพยายามในการเรียนมากขึ้น กล้าคิด กล้าแสดงออก ฯลฯ

7. พฤติกรรมเรียนรู้ร่วมกันที่เกิดขึ้นในกิจกรรมการศึกษา

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีความเห็นว่า ในกิจกรรมการศึกษา นักศึกษาได้มีการสะท้อนความคิด อารมณ์ ความรู้และพฤติกรรมเมื่อมีการเรียนรู้ร่วมกัน ทุกครั้ง ก่อให้เกิดความรู้สึกที่ดีๆ เช่น ระบายความรู้สึก สนุกสนาน รู้สึกมีกำลังใจ ความเห็นอกเห็นใจ แบ่งปันแนวทางแก้ปัญหา ฯลฯ และ กิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้นช่วยให้ผู้เรียนแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด อารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมร่วมกัน

8. ความรู้สึกที่มีต่อตนเอง หลังจากร่วมกิจกรรมการศึกษา

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีความเห็นว่า กิจกรรมการศึกษาทำให้เขามีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้น ค้นพบความสามารถในตนเอง

9. การนำความรู้ ประสบการณ์ จากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ไปใช้ประโยชน์

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนได้นำความรู้ ประสบการณ์จากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่เกิดขึ้นผ่านตัวงานและมุมมองที่แตกต่างกัน ไปใช้ในลักษณะเป็นข้อคิด แนวทางดำเนินชีวิต ประยุกต์เพื่อแก้ปัญหา

#### 10. บรรยากาศในการจัดกิจกรรมการศึกษา

นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนมีความเห็นว่ามีอภิปราย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ให้เกียรติกัน การฟัง สื่อสารทางบวก ผู้เรียนเปิดใจยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่าง ชัดแย้งกับตนเองได้ ใช้กระบวนการเรียนรู้ทางสังคม เช่น การพูดคุย การตรวจสอบวิธีคิดที่ต่างกัน การวิเคราะห์ การระดมสมอง การโต้แย้ง ฯลฯ ความรู้ที่ได้รับ เป็นความรู้ใหม่หรือแนวทางแก้ปัญหาใหม่ที่เป็นข้อตกลงร่วมกันในกลุ่ม มีการฟังพาดสาย ช่วยเหลือกันและกัน แบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบรวมถึงใช้กระบวนการกลุ่มทำงานที่มอบหมายสำเร็จ นักศึกษารู้สึกพึงพอใจ สนุกสนานขณะร่วมกิจกรรม

#### อภิปรายผลการวิจัย

##### ตอนที่ 1 ผลการศึกษาสถานการณ์ความสามารถ ในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน

จากผลการศึกษาวิจัยพบว่า ภาพรวมความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกตามมิติย่อยพบว่า ทุกมิติอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเรียงลำดับ คือ มิติความคงทน มิติค้นหาสาเหตุและรับผิดชอบ ปัญหา มิติควบคุม และมิติผลกระทบที่จะมาถึง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของอรุณพล ระวีโรจน์ (2547) ที่พบว่ากลุ่มนิสิตนักศึกษาคณะสัตวแพทย์ชั้นปีที่ 6 ส่วนใหญ่มีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค อยู่ในระดับปานกลาง และมีระดับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ทุกมิติย่อย ในระดับปานกลาง แสดงให้เห็นว่า โดยภาพรวมนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนรับรู้ที่สามารถรับมือกับความยืดหยุ่นของปัญหาและรับรู้ปัญหาอุปสรรคและสาเหตุเป็นสิ่งชั่วคราว อยู่บ้าง มีการวิเคราะห์หาสาเหตุและปัจจัยอื่นที่เป็นองค์ประกอบของปัญหาและกำหนดบทบาทให้ตนเองเป็นเจ้าของปัญหาอยู่บ้าง มีการรับรู้ที่สามารถควบคุมตนเองหรือสถานการณ์เพื่อให้ผ่านพ้นปัญหา ในระดับไม่มากนัก ขอมให้ปัญหาอุปสรรคแพร่กระจายในการดำรงชีวิต ควบคุมอารมณ์ลบ มีสติและอดทนกับความยากลำบากได้บ้าง เมื่อนำผลคะแนนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนกลุ่มใหญ่และนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนกลุ่มทดลองมาเปรียบเทียบกันพบว่า ช่วงก่อนการทดลอง นักศึกษากลุ่มทดลองมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในระดับปานกลาง ก่อนข้างสูง มีค่าเฉลี่ย 3.60 สูงกว่านักศึกษากลุ่มใหญ่ที่มีค่าเฉลี่ย 3.22 อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้

เนื่องจากนักศึกษากลุ่มทดลองเป็นอาสาสมัคร ได้รับการคัดเลือกตามเงื่อนไขในจัดกิจกรรมการศึกษา แต่ถึงแม้ว่านักศึกษากลุ่มทดลองมีระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคค่อนข้างสูง แต่เมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษาที่ผู้วิจัยจัดขึ้น ก็พบว่าระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคยิ่งสูงมากขึ้น คือ มีค่าเฉลี่ย 4.03

สำหรับตัวแปรเพศ นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนทั้งเพศชายและเพศหญิงมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ในระดับปานกลาง แต่นักศึกษาเพศหญิงมีค่าเฉลี่ยสูงกว่าเพศชายเล็กน้อย เมื่อนำผลคะแนนทั้ง 2 กลุ่ม มาเปรียบเทียบความแตกต่างพบว่า นักศึกษาเพศหญิงมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค สูงกว่านักศึกษาเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ยังพบว่า ภายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมการศึกษาที่ผู้วิจัยจัดขึ้น นักศึกษาเพศหญิงมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค สูงกว่านักศึกษาเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ข้อค้นพบจากงานวิจัยเป็นทิศทางเดียวกับงานวิจัยของอรรดพล ระวีโรจน์ (2547) ที่พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของกลุ่มนิสิตนักศึกษาเพศชายและเพศหญิง อยู่ในระดับปานกลาง และเพศหญิงมีคะแนนสูงกว่าเพศชายเล็กน้อย แสดงให้เห็นว่า ตัวแปรเพศมีผลต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

ด้านระดับผลการเรียน นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนที่มีผลการเรียนในช่วงสูงสุด คือ 3.51-4.00 และ ช่วงต่ำสุด คือ 1.50-2.00 มีความสามารถในการเผชิญฟันฝ่าอุปสรรคระดับปานกลาง แต่สูงกว่ากลุ่มอื่น เมื่อนำลักษณะของนักศึกษากลุ่มใหญ่ดังกล่าว มาเปรียบเทียบกับนักศึกษากลุ่มทดลองได้ข้อค้นพบในทิศทางเดียวกันว่า นักศึกษากลุ่มทดลองที่มีผลการเรียนในช่วงสูงสุด คือ 3.51-4.00 และช่วงต่ำสุด คือ 1.50-2.00 มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในระดับเดียวกัน คือ ปานกลางค่อนข้างสูง และสูงกว่านักศึกษากลุ่มอื่น สอดคล้องกับทฤษฎีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (Stoltz, 1997) ที่กล่าวว่า ความฉลาดหรือสติปัญญาเป็นรากฐานสำคัญของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค แต่มิใช่ว่าผู้มีสติปัญญาดีจะมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูง บรรลุศักยภาพของตนเสมอไป ในขณะที่ผู้มีระดับสติปัญญาไม่สูงนัก แต่ก็มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค บากบั่นที่จะฟันฝ่าความทุกข์ยากเพื่อใช้ศักยภาพของตนได้เช่นกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ Rochelle (2006) ศึกษาความสามารถในการเผชิญฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนมัธยมศึกษาที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่าไม่มีความแตกต่างของความสามารถในการเผชิญฟันฝ่าอุปสรรค ในผู้เรียนที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน คือ สูง ปานกลาง หรือต่ำ

สำหรับตัวแปรด้านภูมิภาค นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคมากที่สุด คือ นักศึกษาจากภาคตะวันตก ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา คือ นักศึกษาจากภาคตะวันออก และนักศึกษาจากภาคเหนือ ส่วนนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนจากกรุงเทพมหานครมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ทุกมิติ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง มิติผลกระทบที่จะมาถึง

สอดคล้องกับข้อมูลของสถาบันรามจิตติ(2551) ได้ศึกษาปัญหาทัศนศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครพบว่า คัมแอลกอฮอล์เป็นครั้งคราวถึงประจำร้อยละ 48.88 มีอาการเครียดจนนอนไม่หลับหรืออาเจียนถึงร้อยละ 54.19 ลอกการบ้านหรือข้อสอบร้อยละ 78.32 และพยายามฆ่าตัวตาย 33.07 ต่อประชากรแสนคน

มูลเหตุส่วนหนึ่งที่นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนจากกรุงเทพมหานครมีความสามารถในการเผชิญฟันฝ่าอุปสรรคน้อยเนื่องจาก นักศึกษามาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี ครอบครัวได้จัดสิ่งที่ทำให้สะดวกสบายในการดำเนินชีวิต นักศึกษาบางคนไม่เคยพบปัญหาอุปสรรค ไม่เคยแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง หรือไม่จำเป็นต้องแก้ปัญหาใดๆ จึงขาดภูมิคุ้มกันที่ดีในเผชิญปัญหาอุปสรรค บางคนเปราะบางกับปัญหาหรือสิ่งที่ไม่พึงพอใจเพียงเล็กน้อย บางคนใช้วิธีขจัดให้หมดไปอย่างรวดเร็วแต่ไม่เหมาะสม และยังส่งผลกระทบต่อตนเอง บุคคลรอบข้างอีกด้วย ผลจากการศึกษาเป็นข้อมูลให้เห็นภาพรวมของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน เพื่อนำไปใช้เป็นแนวทางในการจัดกระบวนการศึกษาต่อไป

## ตอนที่ 2 ผลการพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิด นีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและ ฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน

การพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ผู้วิจัยได้สังเคราะห์งานของผู้เชี่ยวชาญจากแนวคิดการเรียนรู้ร่วมกัน (Barkley et al., 2005; Hunt and Alexander, 1994; Ingleton et al., 1969; Johnson and Johnson , 1994; MacGregor, 1992) นำมาใช้เป็นกรอบในการพัฒนารูปแบบ นำแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสร่วมกับหลักการเรียนรู้ร่วมกันมาเป็นแนวทางการจัดกิจกรรมการศึกษา หลังจากพัฒนารูปแบบแล้วได้นำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเพื่อปรับปรุงก่อนนำไปทดลองจริง

ขณะที่ทดลองใช้รูปแบบกิจกรรมการศึกษา นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนได้เข้าสู่กระบวนการจัดประสบการณ์เรียนรู้ด้วยกิจกรรมการศึกษานอกระบบที่มีเป้าหมายเพื่อเพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค จึงเน้นให้นักศึกษาฝึกฝนปฏิบัติเองทั้งรายบุคคลและเป็นกลุ่มทำงาน เป็นการเพิ่มพลังอำนาจในการกำหนดการเรียนรู้ให้นักศึกษา ด้วยกระบวนการจัดประสบการณ์นี้ นักศึกษากลุ่มทดลองได้พูดคุย ร่วมเล่นร่วมทำกิจกรรมที่เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้ ความคิดทั้งเชิงวิชาการและทางสังคม มีปฏิสัมพันธ์ได้ต่อกันตลอดเวลา ภายใต้อารมณ์ดี และรับรู้ว่ามีเพื่อนสมาชิกที่เข้าใจตนเอง การดำเนินกิจกรรมจึงเกิดความรื่นเริง สมาชิกสามารถเรียนรู้ไปพร้อมกันและบรรลุวัตถุประสงค์เรียนรู้ ดังนั้นภายหลังการทดลองใช้รูปแบบกิจกรรมการศึกษา นักศึกษาส่วนใหญ่จึงรู้สึกสนุกสนานกับประสบการณ์เรียนรู้ที่ได้รับ แม้ว่าจะเหน็ดเหนื่อย หรือรู้สึกเครียดจากการเรียนมาตลอดทั้งวัน นักศึกษามีความรู้สึกที่ดีกับ

ตนเอง ค้นพบว่าตนเองมีความสามารถใหม่ๆ มีพลังในการต่อสู้กับปัญหาอุปสรรค ผลการประเมินโดยภาพรวม นักศึกษาจึงรู้สึกพอใจรูปแบบกิจกรรมการศึกษาในทุกๆด้าน ในระดับดีมาก ผู้วิจัยอภิปรายตามองค์ประกอบของรูปแบบ ดังนี้

### 1. วางแผนการเรียนการสอน ประกอบด้วย

1.1 การศึกษาและวิเคราะห์เนื้อหา ผู้วิจัยได้ศึกษา กลั่นกรองเนื้อหาทั้งหมดในหลักสูตร เพื่อให้ครอบคลุมแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการจัดกิจกรรม และแนวคิดการเรียนรู้ร่วมกัน ซึ่งสอดคล้องกับที่ MacGregor (1992) ได้กล่าวว่า การออกแบบการเรียนรู้ร่วมกันต้องใช้ความคิดอย่างรอบคอบว่าสิ่งใดที่กระตุ้นการเรียนรู้และการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน ดังนั้น ผู้สอนต้องตรวจสอบขอบเขตเนื้อหาทั้งหมด เพื่อให้รู้ว่าเวลาไหนและอย่างไรที่จัดการเรียนรู้ร่วมกันได้เหมาะสม นอกจากนี้ เนื่องจากกลุ่มเป้าหมายในกิจกรรมการศึกษาอยู่ในช่วงวัยรุ่น การกำหนดเนื้อหาในหลักสูตรจึงต้องตอบสนองความต้องการจำเป็น หรือเป็นปัญหาที่นักศึกษาเผชิญอยู่ เช่น ปัญหาเรื่องการเรียน อนาคตและอาชีพ ปัญหาด้านสังคม ทั้งการคบเพื่อน เพื่อนต่างเพศ และปัญหาด้านสุขภาพจิต ดังนั้น เนื้อหาความรู้ในกิจกรรมการศึกษา จึงเป็นเนื้อหาซึ่งนักศึกษามีโอกาสคิดหาแนวทางที่จะนำความรู้ ความเข้าใจไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ (ทิสนา เขมมณี, 2545)

1.2 กำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ ประกอบด้วยวัตถุประสงค์เรียนรู้วัดความรู้เรื่อง ทฤษฎีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค และวัตถุประสงค์เรียนรู้วัดกระบวนการทำงานในกลุ่มย่อย จึงเป็นวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมที่ชัดเจนว่าต้องการพัฒนา หรือทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอะไร ซึ่งสอดคล้องกับที่ อาชญญา รัตนอุบล (2540) ได้กล่าวว่า วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม ต้องระบุลักษณะการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นผลจากการเรียนรู้ และพฤติกรรมนั้นต้องสังเกตและวัดได้ นอกจากนี้ การกำหนดวัตถุประสงค์ยังสอดคล้องกับ วีรฉัตร สุปัญญา (2545) ที่กล่าวว่า ความมุ่งหมายในกิจกรรมการศึกษาต้องทำให้ผู้เรียนสามารถได้รับความรู้ ทักษะที่ต้องการในเวลาอันสั้น เพื่อนำไปใช้แก้ปัญหาหรือพัฒนาชีวิตได้ ยืนยันจากการสัมภาษณ์ผู้สอนในมหาวิทยาลัยเอกชนที่ระบุว่า “ วัตถุประสงค์ของกิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้นแสดงให้เห็นว่ากิจกรรมการศึกษาใช้เพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคได้ กิจกรรมการศึกษาตรงวัตถุประสงค์ วัตถุประสงค์ครบถ้วน สอดคล้องกับเนื้อหาด้านร่างกาย ความรู้ สังคม การเรียนรู้ร่วมกัน วัตถุประสงค์เป็นเชิงพฤติกรรม ทำได้จริง เน้นฝึกปฏิบัติไม่ใช่ภาคทฤษฎีเท่านั้น วัตถุประสงค์ทำให้นักศึกษาได้ฝึกความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคผ่านเนื้อหา กิจกรรม” (วรรณวิภา ทัพวงศ์, สัมภาษณ์, 9 กุมภาพันธ์ 2553; สีนินาฏ สุทธจินดา, สัมภาษณ์, 21 มกราคม 2553)

1.3 กำหนดกิจกรรมเรียนรู้ ตัวอย่าง วัสดุ อุปกรณ์ โดยพิจารณาให้สอดคล้องกับเนื้อหาและวัตถุประสงค์ เน้นการฝึกปฏิบัติรายบุคคลและกลุ่มทำงาน คำนึงถึงหลักการเรียนรู้

ร่วมกันและการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับนักศึกษา กล่าวคือ การจัดกิจกรรมการศึกษานี้ใช้กิจกรรมเรียนรู้ร่วมกัน เช่น อภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้และอารมณ์ ความรู้สึก สอนโดยเพื่อน ทัศนศึกษา การนำเสนอ การใช้เกม การแสดงละคร ฯลฯ ดังนั้นผู้เรียนจึงเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ ได้ช่วยกันเรียนรู้ในกลุ่มย่อยกับเพื่อนและผู้สอน รู้สึกมีอิสระ กำหนดการเรียนรู้เองได้ สามารถค้นหาความรู้ด้วยตนเอง สอดคล้องกับข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้สอนในมหาวิทยาลัยเอกชนที่ว่า “ สภาพแวดล้อมการจัดการเรียนรู้เน้นการทำงานร่วมกัน การสร้างกระบวนการเรียนรู้กลุ่มค่อนข้างดี เป็นการเรียนรู้ที่สร้างทักษะชีวิตจริงๆ กลุ่มช่วยส่งเสริมกันและกัน มีการเรียนรู้ร่วมกัน เทคนิคกิจกรรมละเอียด ช่วยให้เรียนรู้อะไรมากขึ้นจากการทำกิจกรรม ” (อุสา สุทธิสาร, สัมภาษณ์, 2 กุมภาพันธ์ 2553) นอกจากนี้ กิจกรรมการเรียนรู้ยังถูกออกแบบให้เข้ากับธรรมชาติในวัยของนักศึกษาที่ต้องการความมีอิสระในการคิด การกระทำและตัดสินใจ เรียนรู้สิ่งต่างๆด้วยตนเอง ต้องการการยอมรับนับถือจากสังคม เพื่อนๆสมาชิก การอยู่ร่วมกันเพื่อช่วยเหลือกันและกัน ต้องการแสวงหาประสบการณ์แปลกใหม่อีกด้วย (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2540)

1.4 กำหนดเกณฑ์ประเมินผล การประเมินผลในกิจกรรมการศึกษาประกอบด้วย การวัดความรู้ความเข้าใจเนื้อหาทฤษฎีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค และการวัดกระบวนการทำงานในกลุ่มย่อย ผลจากการประเมินนำมาเปรียบเทียบกับวัตถุประสงค์ โดยใช้เกณฑ์ประเมิน 80 % ซึ่งพบว่า นักศึกษาสามารถทำได้ตามกำหนดไว้ ทุกกิจกรรม เนื่องจากในช่วงแรกได้เปิดโอกาสให้นักศึกษาพูดคุย มีส่วนร่วมในการพัฒนาเกณฑ์ประเมินผล สรุปเป็นข้อตกลงร่วมกันระหว่างนักศึกษาและผู้สอน จึงทำให้นักศึกษามีความรู้สึกผูกพันสัจจกกับเกณฑ์นั้น (Ingleton et al., 1969) ซึ่งจากการสัมภาษณ์นักศึกษาก็เห็นว่า “ คำถามช่วยให้ฉันได้คิด การประเมินพื้นที่ทำให้ฉันกลับย้อนคิด เมื่อสักครุนั้นทำอะไร เกมอะไร คำถามคืออะไร ประเมินตนเองเป็นสิ่งที่ดี ไม่รู้สึกเครียด จำนวนพอดี ไม่น้อย ไม่มาก ” (นารัตลิตดา บุญประคอง, สัมภาษณ์, 16 มกราคม 2553)

1.5 การจัดระบบกลุ่ม ในกิจกรรมการศึกษานี้กำหนดขนาดกลุ่มโดยคำนึงถึงการมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างทั่วถึง และทุ่มเทในภาระรับผิดชอบของตน จึงกำหนดขนาดกลุ่มๆละ 2-6 คน ถือเป็นจำนวนเหมาะสมเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการเรียนรู้ร่วมกัน (Bean, 1996) นอกจากนี้ กิจกรรมการศึกษายังคำนึงถึงพัฒนาการทางสังคมในวัยของนักศึกษาที่ต้องการเป็นอิสระ เป็นตัวของตัวเองไม่ต้องการอยู่ใต้คำสั่งของผู้ใด (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2540) ดังนั้นจึงให้อิสระกับนักศึกษาในการจัดกลุ่มย่อย บริหารและแบ่งหน้าที่รับผิดชอบในกลุ่มเอง นักศึกษาสามารถเปลี่ยนไปทำงานกับกลุ่มอื่นได้ ทำให้รู้จักเพื่อนมากขึ้น กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อการนึกคิดและการแสดงออกของนักศึกษาวัยนี้อย่างมาก (Slavin, 1991) การจัดนักศึกษามากหลายสาขาวิชา มีพื้นฐานชีวิต ประสบการณ์ แนวคิด การให้เหตุผล และการแก้ปัญหาที่ต่างกัน นักศึกษาจึงได้แลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดเห็น และข้อมูลที่เป็นประโยชน์อย่างมาก ซึ่งสอดคล้องกับ

Johnson and Johnson (2000) ที่กล่าวว่า จะมีประโยชน์มากถ้าใช้กลุ่มที่มีลักษณะไม่เหมือนกัน มาจากต่างพื้นฐานชีวิต ประสบการณ์ต่างกัน หรือความสนใจต่างกันในการเรียนรู้ร่วมกัน

1.6 จัดหาแหล่งเรียนรู้ ในกิจกรรมการศึกษาเปิดโอกาสให้นักศึกษาร่วมเสนอแนะ แหล่งเรียนรู้ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งในมหาวิทยาลัยเอกชนมีแหล่งเรียนรู้เปิดให้บริการแก่นักศึกษาอย่างทั่วถึง เช่น ห้องสมุด ห้องอินเทอร์เน็ต ห้องบริการแนะแนว หลักสูตรระยะสั้นเพื่อพัฒนานักศึกษา ฯลฯ ในขณะที่ผู้วิจัยเป็นผู้จัดแหล่งเรียนรู้สำคัญ คือ เพื่อนสมาชิกที่มาจากต่างคณะ สาขาวิชา ที่มีพื้นฐานชีวิต ประสบการณ์แตกต่างกันให้มาร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ โดยยึดหลักสำคัญที่ว่า สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มมีความสามารถและเป็นผู้ให้ความรู้กันได้ (Panitz, 1997) นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังแนะนำชี้แนะการหาความรู้ เช่น หนังสือ บุคคลที่สามารถให้ข้อมูล ฯลฯ

1.7 จัดสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ ในกิจกรรมการศึกษานี้ได้ขอความอนุเคราะห์ สำนักกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์ โดยขอใช้ห้องประชุมใหญ่ แล้วจัดให้มีสภาพ เป็นห้องโล่งกว้าง สะดวกต่อการฝึกปฏิบัติรายบุคคลและกลุ่มทำงาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งกิจกรรม ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่ประกอบด้วย โยคะ เกาซิกิ การทำสมาธิ การนอนตาย จำเป็นต้องใช้ สถานที่เฉพาะตัว ซึ่งไม่เบียดเสียด สะอาดและมีการถ่ายเทอากาศที่ดี นอกจากนี้ ยังจัดกิจกรรม เรียนรู้ร่วมกันในรูปแบบต่างๆ เช่น การอภิปราย เกม การแสดงละคร การนำเสนอ ฯลฯ โดยจัด ต่อเนื่องกับกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ซึ่งก็พบว่าสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ช่วยให้กิจกรรม ดำเนินไปอย่างคล่องตัว

## 2. การจัดประสบการณ์เรียนรู้

2.1 เตรียมผู้เรียนก่อนการเรียนรู้ จัดปฐมนิเทศ แนะนำเรื่องความสามารถในการ เฝงใจและฟันฝ่าอุปสรรค กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ลักษณะการจัดตั้งกลุ่ม หลักและ ลักษณะการเรียนรู้ร่วมกัน บทบาทหน้าที่นักศึกษา ลักษณะแผนการฝึกอบรม ฯลฯ การปฐมนิเทศ ช่วยให้ผู้เรียนเกิดความอบอุ่น มีความเชื่อมั่นในการทำงาน มีความรู้สึกร่วมได้มีส่วนร่วมและเกิด ความเป็นเจ้าของส่วนหนึ่งของการอบรม รวมถึงสร้างความคุ้นเคย (วิจิตร อาวะกุล, 2537) มีการ แจกคู่มือปฏิบัติสำหรับผู้เรียน เพื่อให้เรียนรู้ด้วยตนเองควบคู่ไปกับการฝึกปฏิบัติร่วมกิจกรรมใน กลุ่มย่อยในห้องอบรม รวมถึงพูดคุยวางแผนการจัดประสบการณ์เรียนรู้ สอดคล้องกับข้อเสนอแนะ ของ Ingleton et al., (1969) ที่กล่าวว่า การจัดเตรียมคู่มือแนะนำให้ผู้เรียนอ่านก่อนนั้น ถือเป็น วิธีการที่ดี หลังจากนั้นจึงมีการอภิปรายร่วมกันในวิธีปฏิบัติ

2.2 การดำเนินการเรียนรู้ เน้นการปฏิบัติกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส และการเรียนรู้ร่วมกัน กล่าวคือ นักศึกษาลงมือปฏิบัติกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเป็นเวลา 21 วัน ประกอบด้วย การฝึกให้มีคลื่นสมองต่ำ การผ่อนคลายให้เกิดวังงักด้วยเสียงเพลงและ จินตนาการ การทำสมาธิ ฝึกโยคะ เต้นรำเกาซิกิ สร้างภาพพจน์ตนเองด้านบวก การให้พลังด้านบวก รวมถึงการพัฒนาจิตใจให้มั่นคงตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส กิจกรรมเหล่านี้จะค่อยๆปรับคลื่น

สมองของผู้เรียนให้ต่ำลง โดยเชื่อว่าในสภาวะคลื่นสมองต่ำ บุคคลเกิดการเรียนรู้และใช้ศักยภาพของตนได้สูงสุด (เกียรตวิธรรม อมาตยกุล, 2545) มีสมาธิสูง พลังความคิดด้านบวกสูง การผ่อนคลายสูง จินตภาพและความจำดี อารมณ์สงบ เยือกเย็น (เกียรตวิธรรม อมาตยกุล, 2542) สอดคล้องกับงานวิจัยของ วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา (2538) และสมศักดิ์ เจริญศรี (2543) ที่พบว่ากิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสทำให้ผู้รับการฝึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น และมีสภาพอารมณ์ด้านบวก เช่นเดียวกับความเห็นของ เกียรตวิธรรม อมาตยกุล (2545) ที่กล่าวว่า เมื่อผู้เรียนมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองแล้ว เขาจะมีความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถแก้ไขปัญหา ทำสิ่งต่างๆ ได้สำเร็จด้วยตนเอง ดังนั้น กิจกรรมจึงส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยที่นักศึกษารับรู้ว่าคุณค่าของตนเองสามารถควบคุมตนเองหรือสถานการณ์เมื่อเกิดปัญหาได้ ต้องวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาทั้งจากตนเองและสภาพแวดล้อม รวมถึงรับผิดชอบต่อปัญหาตามส่วนที่เป็นจริง สามารถจำกัดปัญหาอุปสรรคได้ ไม่แพร่กระจายปัญหาเหล่านั้นมาในชีวิต และรู้ว่าปัญหาอุปสรรคไม่ใช่สิ่งที่ถาวรเมื่อเกิดขึ้นแล้วจะผ่านไป เมื่อมีการฝึกฝนและการปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ ทำให้เกิดการพัฒนากายในสู่ภายนอก เป็นการเปลี่ยนจากอุปนิสัย คุณลักษณะ และส่งผลกระทบต่อชะตาชีวิต

ควบคู่กันนี้ กิจกรรมการศึกษาอยู่ภายใต้หลักการเรียนรู้ร่วมกัน คือ การพึ่งพาอาศัยกันและกัน การมีปฏิสัมพันธ์ใกล้ชิด การตรวจสอบความรับผิดชอบรายบุคคลและกลุ่ม ทักษะทางสังคม และกระบวนการกลุ่ม ยึดหลักผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เป็นผู้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคเองทั้งรายบุคคลและเป็นกลุ่มกับเพื่อน ค้นหาสิ่งที่ต้องเรียนรู้ด้วยตนเอง สร้างกระบวนการเรียนรู้ ความรู้ สะท้อนอารมณ์ความรู้สึก การแก้ไขปัญหา และหาข้อสรุปร่วมกับเพื่อนโดยผ่านกิจกรรมเรียนรู้ร่วมกัน เช่น การอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้ อารมณ์ ความรู้สึก การสอนโดยเพื่อน การแก้ปัญหากรณีศึกษา การนำเสนอ การเล่นเกม บทบาทสมมุติ การร่วมกันสร้างรายงานหรือผลงานที่มีชัดเจน ฯลฯ ซึ่งกระบวนการจัดกิจกรรมการศึกษาเหล่านี้สอดคล้องกับหลักการจัดกิจกรรมที่เน้นกระบวนการกลุ่ม ซึ่งผู้เรียนต้องมีบทบาทรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนของตน ผู้เรียนเป็นผู้ค้นพบด้วยตนเองเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ลึกซึ้ง และจดจำได้ และเป็นความรู้ที่สามารถนำไปใช้ได้ (ทิสนา แจมมณี, 2545) สิ่งสำคัญอีกประการหนึ่ง คือ บรรยากาศในการทำกิจกรรมเป็นบรรยากาศที่ไม่เป็นทางการ มีความเป็นกันเอง นักศึกษาและผู้สอนในห้องอบรมเหมือนเป็นผู้ร่วมเรียน นักศึกษาได้รับอิสระ ไม่มีความกดดัน เคร่งเครียด ในการร่วมกิจกรรมการศึกษา

3. การประเมินผล กิจกรรมการศึกษานี้จัดให้มีการประเมินผล 2 ส่วน คือ ประเมินผลการเรียนรู้และประเมินผลกระบวนการ การประเมินผลการเรียนรู้ เป็นการวัดผลงานมุ่งประเด็นที่ความสำเร็จของผู้เรียนและความรู้ ความเข้าใจที่ได้จากการอบรม ด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ซึ่งลักษณะคำถามเป็นเชิงพฤติกรรมของนักศึกษาที่ตอบสนองต่อปัญหาอุปสรรคในเรื่องการเรียน อาชีพ การคบเพื่อน เพื่อนต่างเพศ บุคคลรอบข้าง

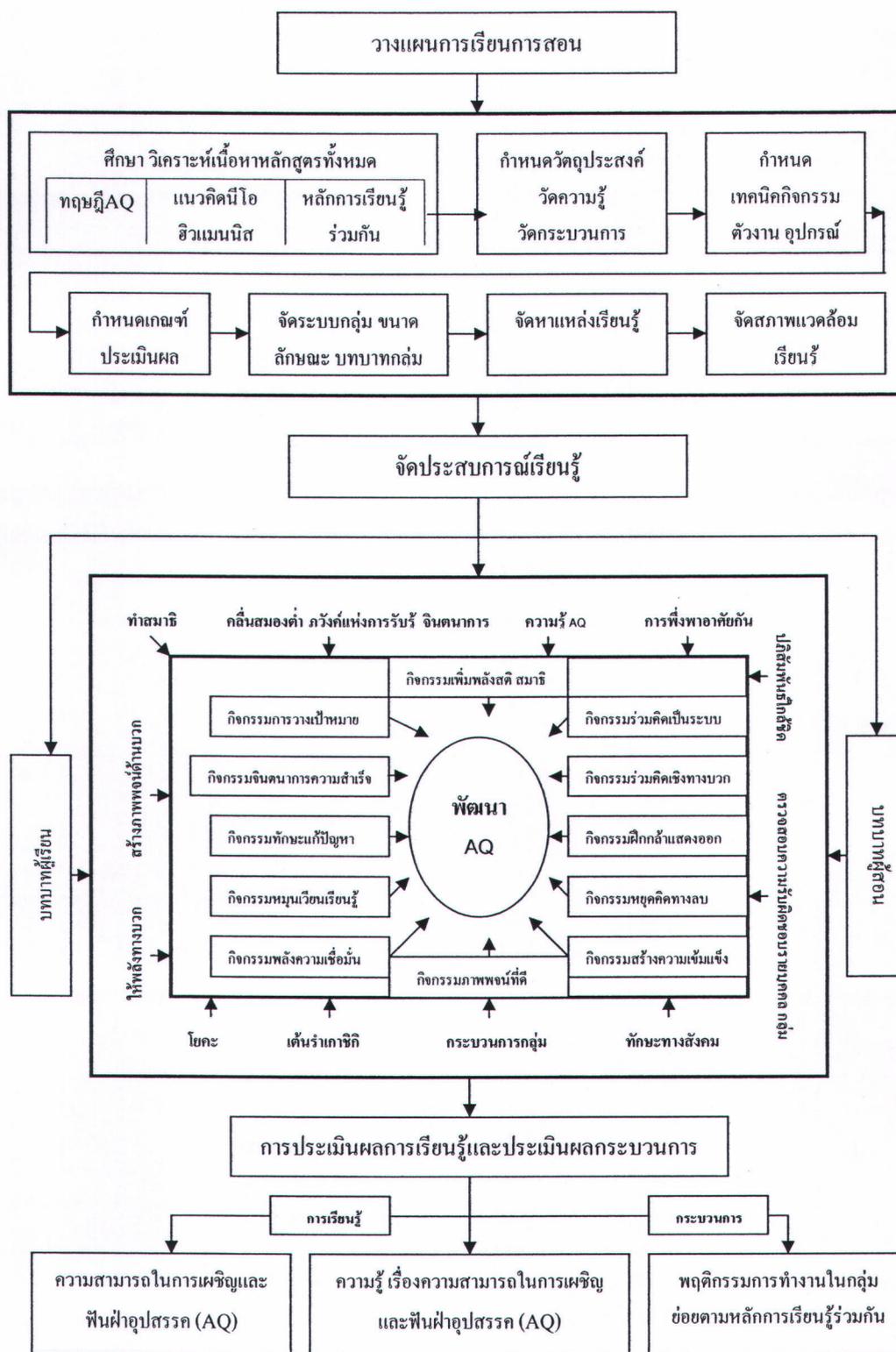
รวมถึงสุขภาพจิต ในการสร้างแบบวัดได้ศึกษาข้อมูลจากการพูดคุยกับกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัย เอกชน ดังนั้น ลักษณะคำถามจึงสะท้อนชีวิต การคิด การแก้ไขปัญหาที่เขาพบเจอ และการแสดงออกของนักศึกษาอย่างแท้จริง ส่วนแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม ลักษณะคำถามเป็นไปตามทฤษฎีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เช่นเดียวกับแบบวัดความรู้วิชาการ

การประเมินผลกระบวนการ เป็นการประเมินที่ต้องการให้ผู้เรียนแสดงกระบวนการหรือทักษะที่กำหนดไว้ มุ่งประเด็นตรวจสอบพฤติกรรมการทำงานตามหลักการเรียนรู้ร่วมกัน จึงประเมินด้วยแบบสังเกตพฤติกรรมวัดกระบวนการทำงานในกลุ่มย่อย สอดคล้องกับหลักการของ Johnson and Johnson (1994) ที่ว่ากระบวนการสังเกตมีเป้าหมายเพื่ออธิบาย บันทึก พฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากการสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน ผู้สอนจะได้รับข้อมูลที่จำเป็นในการตัดสินใจ ความสามารถปัจจุบันของผู้เรียน กระบวนการกลุ่มและความสำเร็จของโปรแกรมการสอน

4. บทบาทของผู้เรียน ในการจัดกิจกรรมเน้นหลักสำคัญให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง โดยร่วมกิจกรรมการเรียนรู้อย่างทั่วถึงและเต็มที่ ค้นคว้าหรือแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง ทำงานร่วมกันในกลุ่มย่อยด้วยหลักการเรียนรู้ร่วมกัน คือ การพึ่งพาอาศัยกันและกัน ปฏิสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด ตรวจสอบความรับผิดชอบรายบุคคลและกลุ่ม ใช้ทักษะทางสังคม และกระบวนการกลุ่ม มีส่วนร่วมในกิจกรรมการศึกษาที่จัด เช่น การปฏิบัติกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส การพูดคุย แลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด อารมณ์ความรู้สึก การแก้ปัญหาาร่วมกัน การวิเคราะห์ การนำเสนอ การสอนเพื่อน การเล่นเกม การแสดงละคร การร่วมกันสร้างผลงาน การหาข้อสรุปร่วมกันจากตัวงาน ฯลฯ ทั้งนี้ โดยยึดหลักที่ว่า การเรียนรู้เกิดขึ้นได้หลายทาง ในสภาพแวดล้อมต่างๆกัน จึงถือว่านักศึกษาที่เข้าเรียนทุกคนเป็นแหล่งที่มาของความรู้ ทุกคนมีส่วนในการแลกเปลี่ยนความรู้ ให้แก่กันและกัน (ทิสนา เขมมณีและคณะ, 2522) และด้วยบทบาทดังกล่าวนี้ทำให้นักศึกษาได้รับความรู้ ประสบการณ์ วิธีการเผชิญและแก้ปัญหาหลากหลาย ร่วมรู้สึก พร้อมๆกับความรู้สึกเป็นอิสระ และสนุกสนานที่ได้เรียนรู้ร่วมกับคนในวัยเดียวกัน

5. บทบาทผู้สอน ในจัดกิจกรรมการศึกษา ผู้สอนเปลี่ยนความรับผิดชอบในการเรียนรู้จากผู้สอนที่ชำนาญมายังกลุ่มผู้เรียน (Panitz, 1997) ดังนั้น ผู้สอนจึงทำหน้าที่อำนวยความสะดวก ชี้แนะ ผู้ร่วมเรียน แสดงออกเหมือนสมาชิกในกลุ่ม ผู้สังเกตการณ์ทำงานร่วมกัน กำหนดตัวงาน มอบหมายงาน บริหารห้องอบรมโดยภาพรวม เน้นการสนับสนุนให้นักศึกษาอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น วิเคราะห์ สร้างบรรยากาศผ่อนคลายและสร้างความเชื่อมั่นให้นักศึกษา ซึ่งประเด็นมุมมองสำคัญของกลุ่มนักศึกษา ชี้แนะแง่คิดใหม่ๆให้พิจารณา ช่วยเหลือกลุ่มนักศึกษาให้เขาแก้ปัญหาเองได้ ซึ่งสอดคล้องกับหลักการของ Macgregor (1992) และ Wiener (1992) เกี่ยวกับบทบาทของผู้สอนในกลุ่มเรียนรู้ร่วมกัน

ดังนั้น ผลการพัฒนา รูปแบบกิจกรรมการศึกษาที่ผู้วิจัยจัดขึ้น จึงมีลักษณะดังแผนภาพ



แผนภาพที่ 13 รูปแบบกิจกรรมการศึกษาในระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส และการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน

ตอนที่ 3 ผลการทดลองใช้และศึกษาปัจจัย ปัญหาจากการใช้รูปแบบกิจกรรมการศึกษา  
นอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนา  
ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน

กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้  
ร่วมกันช่วยเพิ่มระดับความรู้และระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนที่รับการทดลองให้สูงมากขึ้น เมื่อเปรียบเทียบกับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่ได้รับ  
ความรู้เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอยู่บ้าง ในการเรียนการสอนปกติ  
แสดงให้เห็นว่า ด้วยหลักการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการ  
เรียนรู้ร่วมกันต่างสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียน ผู้วิจัยขอปรายผลการวิจัยตาม  
หลักการดังนี้

#### หลักการแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส

หลักการแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสในกิจกรรมการศึกษา มีลักษณะเป็นการพัฒนา  
นักศึกษาโดยองค์รวม คือ พัฒนาด้านร่างกาย ด้านจิตใจให้มั่นคง เข้มแข็ง เบิกบาน ด้านจิตใจ  
และปัญญา และด้านความรู้ด้านวิชาการ หลักการพื้นฐานที่นำไปสู่การจัดกิจกรรม คือ

การทำให้คลื่นสมองต่ำและผ่อนคลายเกิดหวังค์ ด้วยเสียงเพลง จินตนาการ สมาธิ  
โยคะ และการเต้นเกาซิกิ ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเชื่อว่า เมื่อจิตใจของบุคคลสงบที่สุด สมอง  
จะทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด บุคคลจึงเกิดการเรียนรู้และใช้ศักยภาพของตนได้สูงที่สุด  
เมื่อเขาสบายใจและมีความสุข (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2543; 2545) ขณะที่จิตใจบุคคลสงบ เยือกเย็น  
ขึ้นจะส่งคลื่นสมองที่มีความถี่ต่ำลงที่เรียกว่า คลื่นอัลฟา (Alpha Wave) ซึ่งมีความถี่ ประมาณ 8-13  
รอบต่อวินาที ในสภาวะเช่นนี้ผู้เรียนจะเกิดการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ สมองซีกซ้ายและซีกขวาทำงาน  
อย่างสมดุล เป็นสภาวะที่สมบูรณ์แบบที่สุด ที่จิตใต้สำนึกของผู้เรียนมีสภาพคล้ายเป็นฟองน้ำที่  
สามารถซึมซับหรือรับข้อมูลใหม่ๆเข้ามาได้อย่างรวดเร็ว ในสภาวะคลื่นสมองต่ำนี้ส่งผลสำคัญยิ่ง  
ต่อการเพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพราะผู้เรียนมีอารมณ์ดี ร่าเริง ความคิด  
สร้างสรรค์สูง สติยังคิดสูงขึ้น พลังความคิดด้านบวกสูง เห็นคุณค่าในตนเอง พลังความคิดที่  
นำไปสู่ความเป็นจริงสูง มีพลังความรักความเมตตาที่ยิ่งใหญ่สูง โดยเฉพาะเมื่อได้ทำสมาธิจะ  
ทำให้ความรู้สึกด้านลบ เช่น ความกลัว ความเกลียด ฯลฯ ค่อยๆจางหายไป บุคคลกลายเป็นผู้มี  
จิตใจอ่อนโยน เยือกเย็น มั่นคง จนไม่หวาดกลัวต่อปัญหาและอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิต  
(เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2542)

เมื่อเริ่มทำกิจกรรมการศึกษาในช่วง 17.30 น. นักศึกษากลุ่มทดลองส่วนใหญ่ เหน็ดเหนื่อย อ่อนล้าจากการเรียนมาตลอดทั้งวัน หลายคนมีอาการขุ่นข้อง ไม่พอใจ เครียด จากเพื่อน คนรอบข้าง หรือวิชาเรียน ซึ่งทำให้บรรยากาศในระยะแรกไม่สดชื่น เมื่อนักศึกษาได้เริ่มทำกิจกรรมโยคะ 10-15 นาที ซึ่งเป็นการบริหารอวัยวะในที่มีความนุ่มนวล ประสานกับลมหายใจ เข้า-ออกอย่างช้าๆ ควบคู่กับการกักลมหายใจเป็นระยะๆ การทำสมาธิ 10 นาที ที่นักศึกษาต้องมีสติรับรู้การกำหนดลมหายใจเข้าออกอย่างช้าๆ นักศึกษามีปฏิกิริยาผ่อนคลาย สงบลง การเดินรำ เภาซิกิ 10 นาที เป็นการฝึกสติ มือ เท้าและการภาวนาคำ บาบานัม เควาลัม ต้องประสานไปด้วยกัน พบว่านักศึกษามีใจจดจ่อกับมือ เท้า และคำภาวนาอย่างมาก การฝึกในระยะแรก การเคลื่อนไหวของอวัยวะต่างๆไม่ประสานกัน แต่เป็นบรรยากาศสบายๆ นักศึกษาจึงเดินรำเภาซิกิอย่างช้าๆ พยายามเข้าไปหาเพื่อนที่ทำได้ มีเสียงหัวเราะและการปรบมือให้กันเป็นระยะ แสดงให้เห็นว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีคลื่นสมองต่ำลงแล้ว ในวันแรกๆของการฝึกพบว่า นักศึกษาหลายคนสงบนิ่งได้บ้างระยะสั้นๆ แต่ต่อมาเมื่อนักศึกษาได้ปฏิบัติกิจกรรมดังกล่าวทุกวันต่อเนื่อง จึงเห็นการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม และอารมณ์เด่นชัดขึ้น นั่นคือ นักศึกษาสงบนิ่ง อารมณ์เย็นขึ้น มีสติ ร่าเริง สดชื่น กระตือรือร้นในการเล่นกิจกรรมอื่นๆ ต่อไป นอกจากนี้ ภายหลังจากกิจกรรมดังกล่าวนักศึกษายังได้รับการปรับคลื่นสมองให้ต่ำลง พร้อมกับพัฒนาจิตใจให้เข้มแข็งมั่นคง โดยผ่านกิจกรรมควบคุมอารมณ์ลบ กิจกรรมลงเรือลำเดียวกัน กิจกรรมฝึกคิดเชิงบวก กิจกรรมจินตนาการความสำเร็จ และกิจกรรมเพิ่มพลังสติ เมื่อนักศึกษาทำกิจกรรมดังกล่าวระยะแรกพบว่า นักศึกษาหลายคนมีอาการร้อน ไม่รับฟังผู้อื่น ไม่ให้เกียรติกัน ต่อต้านการคิดบวก หรือจินตนาการไม่ได้ เมื่อได้รับการฝึกระยะหนึ่งนักศึกษามีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไป ได้แก่ สงบลง มีสมาธิ มีสติ ให้เกียรติผู้อื่น รับฟังเหตุผลมากขึ้น พูดถึงวิธีแก้ปัญหาที่ดี เอาใจใส่ช่วยเหลือกันมากขึ้น ฯลฯ การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้เกิดจากนักศึกษามีคลื่นสมองต่ำลง จึงเกิดความรู้สึกสงบ เยือกเย็น มีการเรียนรู้และมีความคิดใหม่ๆ รักตนเอง รักผู้อื่นมากขึ้น มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น จึงมีผลต่อการเพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

จากที่กล่าวมาแสดงให้เห็นว่า การมีคลื่นสมองต่ำช่วยเพิ่มความสามารถในการเผชิญฟันฝ่าอุปสรรคให้สูงมากขึ้น เช่นเดียวกับงานวิจัยของญานิกา สวัสดิพงษ์ (2549) ซึ่งศึกษาเรื่องการพัฒนาเชาว์อารมณ์ เหตุผลเชิงจริยธรรมและความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ด้วยการฝึกสมาธิ พบว่า ภายหลังจากการฝึกสมาธิ ผู้ที่ได้รับการฝึกสมาธิมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่าก่อนฝึกสมาธิ และมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ในทุกมิติสูงขึ้นด้วย สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพรรณิ เขียวขุ่ม (2552) ศึกษาการปฏิบัติกรรมฐาน ซึ่งประกอบด้วย การฟังธรรมะ เคนจงกรม ทำสมาธิ และฝึกกำหนดสติ ที่มีผลต่อระดับความเครียด เชาว์อารมณ์และความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค พบว่าหลังปฏิบัติกรรมฐาน ผู้ปฏิบัติมี



ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคโดยรวม และความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ทุกมิติ สูงกว่าก่อนการปฏิบัติ

ในขณะที่นักศึกษามีคลื่นสมองต่ำ นักศึกษามีความสดชื่น ตื่นตัวพร้อมทำภารกิจต่างๆอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2545) มีสติ มีจิตใจจดจ่ออยู่กับสิ่งที่เรียนรู้หรือใบงานกิจกรรม พร้อมกันนี้เมื่อเพื่อนนักศึกษาได้สอนความรู้เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอย่างต่อเนื่อง จึงมีการบันทึกข้อมูลดังกล่าวลงในจิตใต้สำนึกอย่างสม่ำเสมอ ผลของการฝึกฝนทำให้นักศึกษามีความรู้ ความสามารถมากขึ้นเรื่อยๆ มีความสุขขึ้นเรื่อยๆ ด้วยตัวของเขาเอง (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2545) ด้วยเหตุนี้ นักศึกษาจึงมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เพิ่มมากขึ้นด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วรรัตน์ อภินันท์กุล (2548) ที่ศึกษาการพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของ นโปเลียน ฮิลล์ พบว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จสูงกว่ากลุ่มควบคุม เช่นเดียวกับงานวิจัยของมนต์ชัย สิทธิจันทร์ (2547) ที่ศึกษาผลของการฝึกจินตนาการในการเรียนการสอนวิชาฟิสิกส์ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความสามารถในการจินตนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 พบว่าหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาฟิสิกส์อยู่ในระดับดี และสูงกว่ากลุ่มควบคุม และงานวิจัยของ อุไรวรรณ ขมวัฒนา (2539) ศึกษาผลการสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อการพัฒนาทักษะยิมนาสติกลีลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษา พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะยิมนาสติกลีลาของกลุ่มที่ถูกสอนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส สูงกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะยิมนาสติกลีลาของกลุ่มที่ถูกสอนด้วยวิธีปกติ

การสร้างภาพพจน์ด้านบวก เป็นความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเอง ทำให้บุคคลเชื่อว่าตนเป็นคนอย่างไร มีความสัมพันธ์กับอารมณ์ ความรู้สึก การกระทำ พฤติกรรม ทักษะคิดรวมทั้งความสามารถด้านต่างๆของมนุษย์ (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2543) การสร้างพจน์ด้านบวกเป็นกิจกรรมฝึกต่อเนื่องในช่วงเวลาที่ผู้เรียนมีคลื่นสมองต่ำแล้ว โดยการใส่ข้อมูลด้านบวกเข้าไปในจิตใต้สำนึกของผู้เรียน ซึ่งขณะนั้นมีสภาพเหมือนฟองน้ำที่พร้อมซึมซับรับข้อมูลใหม่ๆ ได้อย่างดี (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2543) วิธีสร้างภาพพจน์ด้านบวกสามารถกระทำได้หลายทาง คือ การใช้คำพูดด้านบวกกับตนเองและผู้อื่นและการฟังคำพูดด้านบวกจากบุคคลรอบข้าง การสร้างภาพพจน์ด้านบวกมีผลสำคัญยิ่งต่อการเพิ่มความสามารถในการเผชิญฟันฝ่าอุปสรรคเพราะผู้เรียนย่อมมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้น เห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น กล้าแสดงออก พร้อมเรียนรู้เรื่องต่างๆ ได้อย่างดี รับรู้ว่าจะสามารถแก้ไขปัญหาและทำสิ่งใดๆ ให้สำเร็จด้วยตนเอง (เกียรติวรรณ

อมายกุล, 2545) กล่าวได้ว่า ภาพพจน์ต่อตนเองทางบวกมีผลต่อการเพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค และเป็นสภาพแวดล้อมที่สนับสนุนพฤติกรรมเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่มย่อย

ในกิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้น นักศึกษาได้รับการฝึกสร้างภาพพจน์ด้านบวกในช่วงเวลาที่นักศึกษาฝึกคลั่งสมองต่ำแล้ว อยู่ในสภาวะภวังค์ (Trance) จากเสียงเพลงและจินตนาการ จึงเกิดการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ในสภาวะเช่นนี้กระบวนการสร้างภาพพจน์บวกได้ใส่คำพูดด้านบวกเกี่ยวกับตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง การให้เกียรติ ให้ความรัก ความเมตตาต่อตนเองและสรรพสิ่งรอบข้าง นักศึกษาหลายคนรายงานว่า เกิดความรู้สึกเบา โล่งสบาย ผ่อนคลาย เมื่อตื่นขึ้นมารู้สึกสดชื่น มีความสุขเหมือนได้พักผ่อนหลายชั่วโมง หลังจากนั้นนักศึกษาก็ผลัดกันหาคำพูดชมเชยเพื่อนสมาชิก นอกจากนี้ นักศึกษายังได้รับการฝึกเพิ่มภาพพจน์ทางบวกผ่านกิจกรรมความหมายของตัวฉัน กิจกรรมพื้นฐานชีวิตภาพพจน์ที่ดี กิจกรรมพลังแห่งความเชื่อมั่น กิจกรรมการสร้างความเข้มแข็งและมองชีวิตอย่างมีหวัง กิจกรรมสร้างกำลังใจและความภาคภูมิใจด้วยตนเอง ภายหลังการทดลอง นักศึกษาส่วนใหญ่กล่าวว่า ความรู้สึกของตนในการเผชิญปัญหาเปลี่ยนแปลงไป คือ เชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น มีสติเมื่อเผชิญปัญหา กล้าสู้ปัญหาและหาแนวทางแก้ไข อดทนต่อปัญหาได้มากขึ้น มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองมากขึ้น แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้นทำให้นักศึกษามีภาพพจน์ต่อตนเองทางบวก มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และมีพลังความเชื่อมั่นมากขึ้น เมื่อนักศึกษามีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง เห็นคุณค่าในตนเองย่อมเพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้สูงขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ อติวรรณ อภิรักษ์ชาคร (2550) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของพนักงานไทยในบริษัทข้ามชาติ พบว่าพนักงานที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงมีระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคสูงกว่าพนักงานที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ งานวิจัยของ รัชภูมิ แพงมา และคณะ (2551) ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 และนักศึกษาระดับปริญญาตรีปีที่ 3 พบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค คือ ความต้องการมีอำนาจเหนือผู้อื่น ความรู้สึกเป็นอิสระในตนเอง ความภาคภูมิใจในตนเอง ความกระตือรือร้น ความเชื่อมั่นในตนเอง และงานวิจัยของ กนกวรรณ อบเชย (2550) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง บุคลิกภาพ ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค และความสำเร็จในอาชีพของผู้ประกอบการธุรกิจอุตสาหกรรม พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค การเห็นคุณค่าในตนเองและความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคมีความสัมพันธ์กับความสำเร็จในอาชีพ เช่นเดียวกับงานวิจัยของศุภนุช สุคติไธ (2550) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเอง ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค และความเครียดในการทำงานของ

พนักงานในบริษัทเอกชนแห่งหนึ่ง พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวก กับองค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ทุกด้านและโดยรวม

การให้พลังด้านบวก เป็นการใช้ความคิด คำพูด หรือการกระทำที่ทำให้ตัวเราและผู้อื่นมีพลังด้านบวกเพิ่มมากขึ้น (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2545) เป็นกิจกรรมต่อเนื่องหลังจากผู้เรียนได้ปรับคลื่นสมองต่ำลง มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองแล้ว วิธีการให้พลังทางบวก คือ ยิ้ม ชม สบตา สัมผัส สวัสดิ์ การให้พลังทางบวกสำคัญยิ่งต่อการเพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค เพราะทำให้ผู้เรียนมีคลื่นสมองต่ำ รู้สึกสดชื่น มีพลัง มีกำลังใจเผชิญและฟื้นฝ่าปัญหาอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาอย่างแข็งแกร่ง มีมุมมองปัญหาอุปสรรคที่ยากเป็นเรื่องท้าทายที่สามารถเอาชนะได้ มีความรู้สึกดีต่อตนเอง สามารถเปลี่ยนวิกฤตให้กลายเป็นโอกาส (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2545) นอกจากนี้ เมื่อมีการให้พลังทางบวก ผู้เรียนย่อมมีความสัมพันธ์ที่ดียิ่งขึ้นกับสมาชิก รู้สึกอบอุ่น รู้จักให้เกียรติยอมรับกันและกัน เกิดกำลังใจและพลังที่จะทำงานร่วมกัน เคารพตนเองและมีความเคารพให้ผู้อื่น ขณะทำกิจกรรมการศึกษาซึ่งเน้นการคิดบวก ทำบวก จะช่วยปรับให้คลื่นสมองต่ำ มีสติมากขึ้น มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น เห็นอกเห็นใจผู้อื่น รู้สึกอยากช่วยเหลือผู้อื่นมากขึ้น รู้สึกพอใจที่จะพัฒนาตนเอง กล่าวได้ว่า การให้พลังทางบวก นอกจาก เพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคแล้ว ยังส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการเรียนรู้ร่วมกันเป็นอย่างดี

ในกิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้น นักศึกษาได้รับการฝึกการให้พลังทางบวกในช่วงเวลาที่มีคลื่นสมองต่ำ มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองแล้ว นักศึกษาให้พลังทางบวก คือ ยิ้ม ชม สบตา สัมผัส สวัสดิ์ กับเพื่อนสมาชิกและผู้สอน ในวันแรกๆ ของการฝึกพบว่า นักศึกษาไม่คุ้นเคยกับการให้พลังทางบวกต่อกัน พฤติกรรมที่แสดงออกจึงดูขัดเขิน ไม่เป็นธรรมชาติ ในเวลาต่อมานักศึกษารับรู้ว่าเมื่อให้พลังทางบวกกับเพื่อน ก็จะได้รับพลังทางบวกสะท้อนกลับมาเช่นกัน ทำให้ตนเองมีเพื่อนมาคุยด้วยมากขึ้น ได้รับการยอมรับจากเพื่อนเพิ่มขึ้น ดังนั้น ไม่นานนักนักศึกษาก็สามารถให้พลังทางบวกต่อกันอย่างอัตโนมัติ นอกจากนี้ นักศึกษายังได้รับการฝึกการให้พลังทางบวกผ่านกิจกรรม คือ กิจกรรมคิดในมุมต่างทางบวก กิจกรรมผลกระทบและการแพร่กระจาย กิจกรรมทำในสิ่งที่จำเป็นต้องทำ กิจกรรมเรื่องขำๆ เมื่อเริ่มกิจกรรมเหล่านี้ระยะแรกแม้นักศึกษาจะสงบนิ่ง มีใจจดจ่อกับความรู้ที่เพื่อนสอน แต่ก็มีแสดงความคิดเห็นเท่าที่จำเป็น ทำภารกิจตามหน้าที่เท่านั้น หลังจากกิจกรรมดำเนินไประยะหนึ่งพบว่า นักศึกษามีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไป เช่น มีการแบ่งปันความรู้ ความคิด ประสบการณ์ทั้งในด้านบวกและด้านลบกับเพื่อนเพิ่มขึ้น แสดงความชื่นชมในเรื่องที่เพื่อนภูมิใจ แสดงความสนใจในปัญหาของเพื่อน สนับสนุนเพื่อนสมาชิกที่ไม่กล้าแสดงความสามารถ ให้เกียรติและยอมรับความสามารถของสมาชิกในกลุ่ม พูดยลอบใจเพื่อนว่าปัญหาต่างๆ จะผ่านพ้นไป ทำวันนี้ให้ดีที่สุด ฯลฯ การ

เปลี่ยนแปลงเหล่านี้แสดงให้เห็นว่าการให้พลังทางบวกต่อกัน ทำให้นักศึกษามีการสร้างกำลังใจกัน และกัน มีพลัง มีการทำสิ่งที่ดีต่อกันมากขึ้น มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น รู้สึกเห็นอกเห็นใจ และช่วยเหลือผู้อื่นมากขึ้น ประการสำคัญ คือ นักศึกษารู้สึกมีความสุขเพิ่มขึ้น ดังนั้น เมื่อนักศึกษา ได้รับพลังทางบวกย่อมเพิ่มความสามารถในการเผชิญฟันฝ่าอุปสรรคให้สูงขึ้น แต่เนื่องจากไม่มีการศึกษาโดยตรงจึงนำงานวิจัยที่ใกล้เคียงมาใช้อธิบายการให้พลังทางบวก คือ งานวิจัยของอาทิทา กลับเพิ่มพูล (2549) ที่ศึกษาการมองโลกในแง่ดี บุคลิกภาพห่าองค์ประกอบ และความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค พบว่า การมองโลกในแง่ดีมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค สอดคล้องกับงานวิจัยของ Johnson (2005) ศึกษาเรื่องการมองโลกแง่ดี ปัญหาอุปสรรค และผลงาน : เปรียบเทียบรูปแบบการอธิบายสาเหตุ กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค พบว่า มีความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบายสาเหตุกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

**การฝึกฝนปฏิบัติ** แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเชื่อว่า ความคิดและการกระทำเป็นตัวกำหนดอุปนิสัย คุณลักษณะ และชะตาชีวิตของเรา จึงเน้นย้ำเรื่องการปฏิบัติซ้ำๆ หรือกระทำเสมอๆจนเป็นนิสัย (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2545) การฝึกฝนและปฏิบัติส่งผลสำคัญยิ่งต่อการเพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยออกแบบให้นักศึกษาฝึกฝนต่อเนื่องเป็นเวลา 21 วัน นักศึกษาต้องปฏิบัติตามกิจกรรมการศึกษาที่ส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคซ้ำๆ อย่างสม่ำเสมอ เป็นการใส่ข้อมูลการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ลงในจิตใต้สำนึก ซึ่งถือเป็นจุดที่มีพลังมหาศาลที่จะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมและชะตาชีวิตของบุคคลอย่างแท้จริง (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2542) ซึ่งตามการวิจัย วิธีปฏิบัติจำนวน 21 วัน สามารถส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงข้อมูลในจิตใต้สำนึก เช่นเดียวกับที่ Stoltz (1997) อธิบายว่า บุคคลใช้เวลา 21 วัน ในการสร้างนิสัยหนึ่งขึ้นมา เมื่อเวลาผ่านไปมันจะค่อยๆกลายเป็นจิตใต้สำนึก ขณะที่นักศึกษาคิดและกระทำกิจกรรมการศึกษาซ้ำๆ ข้อมูลการเปลี่ยนแปลงจะเคลื่อนย้ายจากจิตสำนึกมาบันทึกในจิตใต้สำนึก ยิ่งปฏิบัติบ่อยมากขึ้นเท่าใด ก็จะยิ่งกลายเป็นสิ่งที่เป็อัตโนมัติและเป็นจิตใต้สำนึกที่สามารถเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคมากขึ้นเท่านั้น การฝึกฝนและปฏิบัติจึงเป็นเหมือนการสร้างนิสัยกล้าเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้สูงขึ้น กล่าวได้ว่า การฝึกฝนและปฏิบัติช่วยเพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค และยังเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้อีกด้วย

#### หลักการแนวความคิดการเรียนรู้ร่วมกัน

หลักการเรียนรู้ร่วมกันนำมาใช้ผสมผสานกับหลักการแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส

อย่างผสมกลมกลืน จากการปฏิบัติที่เริ่มจากพัฒนารายบุคคลก่อน แล้วใช้พลังกลุ่มในการทำกิจกรรมร่วมกัน จนท้ายที่สุดเกิดการเรียนรู้ด้วยกลุ่ม เพื่อเปลี่ยนแปลงสังคมด้วยวิธีปฏิบัติใหม่ หลักการเรียนรู้ร่วมกันที่นำไปสู่การจัดกิจกรรม คือ

ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ผู้เรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมทั้งรายบุคคลและรวมกลุ่มกับสมาชิก ทำให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง ได้เห็นจริงในเรื่องที่เรียนรู้ รวมถึงจดจำได้ดี (เยาพา เดชะคุปต์, 2522) การจัดกิจกรรมศึกษานี้ ได้เปลี่ยนถ่ายอำนาจและความรับผิดชอบในการเรียนรู้ จากผู้สอนที่มีความชำนาญไปสู่ผู้เรียน (Panitz, 1997) เพื่อให้สร้างกระบวนการเรียนรู้ร่วมกับเพื่อนสมาชิกโดยผ่านกิจกรรมและใบงานที่กำหนด ผู้เรียนจึงมีอิสระ มีอำนาจเป็นผู้กำหนดการเรียนรู้เอง โดยความเชื่อที่ว่า การเรียนรู้เกิดขึ้นจากหลายทาง ผู้เรียนทุกคนเป็นแหล่งที่มาของความรู้ ทุกคนมีส่วนในการแลกเปลี่ยนความรู้ให้แก่กันและกัน (ทิสนา แจมมณีและคณะ, 2522) กลุ่มผู้เรียนจึงทำหน้าที่สอนเนื้อหาความรู้กันเอง โดยการใช้อำนาจกลุ่มเพื่อให้เกิดความเข้าใจและข้อตกลงร่วมกัน (Wiener, 1992) ผู้เรียนเปลี่ยนบทบาทเป็นผู้ให้ความรู้ ผู้อภิปราย ผู้นำเสนอ นักแก้ปัญหา มากกว่าการเป็นผู้ฟัง หรือผู้จดคำบรรยาย (MacGregor, 1992) จึงเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงเหตุผลโต้แย้ง และหาคำตอบจากฉันทามติกลุ่ม ผู้เรียนจึงได้ความรู้ความเข้าใจ ในการแก้ไขหรือควบคุมปัญหา นอกเหนือจากความรู้ที่ผู้สอนจัดให้ ด้วยเหตุนี้ ผู้เรียนจึงเกิดการซึมซับประสบการณ์ ความรู้ด้วยตนเองผ่านกิจกรรมการศึกษาที่จัดให้ จึงมีผลสำคัญต่อการเพิ่มความรู้เรื่องความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค การเปลี่ยนมุมมองต่อปัญหาอุปสรรค การรับรู้ความสามารถในการควบคุม การค้นหาสาเหตุของปัญหา การพิจารณาผลกระทบ และการคาดคะเนความยาวนานของปัญหา

หลักการการเรียนรู้ร่วมกัน เป็นเงื่อนไขเรียนรู้ที่เน้นให้ผู้เรียนพึ่งพาอาศัยกันและกัน มีปฏิสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ตรวจสอบความรับผิดชอบรายบุคคลและกลุ่ม ใช้ทักษะทางสังคมในการทำงาน และกระบวนการกลุ่ม ประกอบด้วยเนื้อหาในกิจกรรมที่มีความหมาย เป็นเรื่องใกล้ตัวหรือเป็นปัญหาอุปสรรคในชีวิตประจำวันของผู้เรียน และการกำหนดกลุ่มผู้เรียนจากหลายคณะวิชาให้มีลักษณะไม่เหมือนกัน เพื่อให้ได้แนวคิด มุมมองและวิธีการแก้ปัญหาที่แตกต่างกัน (Johnson and Johnson, 2000) จึงเป็นโอกาสสำคัญให้ผู้เรียนได้ใช้ความคิดประสบการณ์เดิม ความเชื่อของตนมาร่วมแบ่งปันกัน นอกจากนี้ เทคนิคการจัดการเรียนรู้ร่วมกันที่หลากหลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการอภิปรายพูดคุย แลกเปลี่ยนความเห็นกัน ทำงานร่วมกัน ช่วยให้กลุ่มผู้เรียนมีการวิเคราะห์ แยกแยะ ตีความ จนเกิดความเข้าใจ ซาบซึ้งกับมุมมองปัญหาและวิธีแก้ไขที่ต่างจากตนเอง กิจกรรมเรียนรู้ได้เข้าไปกระทบความคิด อารมณ์ ความรู้สึก ประสบการณ์ของผู้เรียนในขณะเดียวกัน ก็เปิดโอกาสให้ผู้เรียนสะท้อนความคิด อารมณ์ ความรู้สึก ในเรื่องที่เรียนรู้ระหว่างสมาชิกด้วยกัน ในบรรยากาศเช่นนี้ ผู้เรียนย่อมรู้สึกว่าเป็นสิ่งที่ตนสามารถพูดคุยได้ เป็นเรื่องแปลกใหม่ ความรู้สึกใหม่ ทำให้ผู้เรียนทำกิจกรรมอย่างกระตือรือร้น สนทนากันอย่างต่อเนื่อง

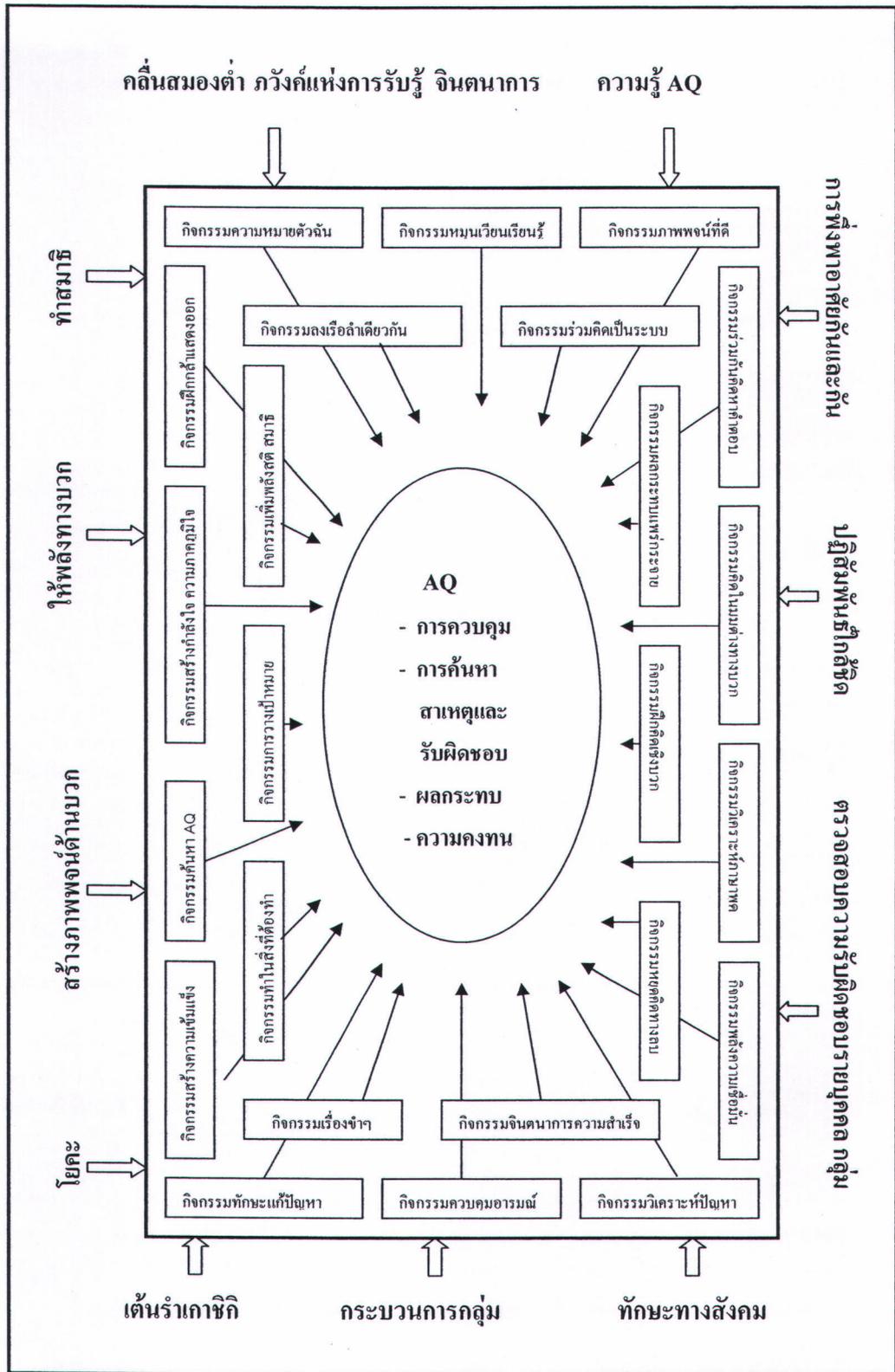
เกิดความคุ้นเคยกันอย่างรวดเร็ว เช่นเดียวกับที่ อาชญญา รัตนอุบล (2550) ได้กล่าวว่า พลังกลุ่ม ก่อให้เกิดความร่วมมือ ทำให้เกิดความตระหนักในการพึ่งพาอาศัยกัน เป็นส่วนที่คอยกระตุ้น ซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดความคิดใหม่ สร้างการยอมรับ สนับสนุนภายในกลุ่ม กล่าวได้ว่า กิจกรรมภายใต้การเรียนรู้ร่วมกันนี้ช่วยเพิ่มผลสัมฤทธิ์ในการเรียนรู้ ส่งเสริมพฤติกรรมการเรียนรู้ ร่วมกันและเพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพราะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ความคิด อารมณ์ ความรู้สึก ความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง ค้นพบความสามารถใหม่ ที่ไม่รู้มาก่อน การมีสมาธิ และการมีวินัย

ในกิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้น นักศึกษาร่วมกิจกรรมภายใต้เงื่อนไขการเรียนรู้ ร่วมกัน คือ การพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน การมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด การตรวจสอบความ รับผิดชอบของตนเองและกลุ่ม การใช้ทักษะทางสังคม และการใช้กระบวนการกลุ่ม นักศึกษา เรียนรู้เนื้อหาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคผ่านกิจกรรมต่างๆ คือ กิจกรรมหมุนเวียน เรียนรู้ กิจกรรมร่วมกันคิดหาคำตอบ กิจกรรมวิเคราะห์ภาษาพูด กิจกรรมวิเคราะห์ปัญหาอุปสรรค การแก้ไข กิจกรรมทักษะการแก้ปัญหา กิจกรรมฝึกการกล้าแสดงออก กิจกรรมร่วมกันคิดเป็น ระบบ กิจกรรมหยุดคิดทางลบ กิจกรรมวางแผนเป้าหมายในชีวิต และกิจกรรมคิดเป็นระบบ กิจกรรม และเทคนิคกิจกรรมเหล่านี้มีเป้าหมายสำคัญที่จะเพิ่มข้อมูลความรู้และเปลี่ยนวิธีการคิดของนักศึกษา ในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยฝึกให้คิดบวก กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม คิดสร้างสรรค์ คิดอย่างเป็นระบบ ซึ่งอยู่บนพื้นฐานของการแก้ปัญหาตามความเป็นจริง การจัดกิจกรรมในช่วง โมงแรกพบปัญหาอยู่บ้าง คือ นักศึกษาบางคนเคยชินกับการเรียน วิธีทำงานกลุ่มและแก้ไขปัญหาแบบเดิม แต่ในวันถัดมา นักศึกษาเข้าใจบทบาทของผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง จึงเปลี่ยนบทบาทเป็นผู้ให้ความรู้ เพื่อน ควบคุมบริหารกลุ่ม แบ่งหน้าที่รับผิดชอบและกระตุ้นให้เพื่อนทำหน้าที่ ดูแลกันและกัน ช่วยเหลือกันทำงานกลุ่มที่ได้รับมอบหมาย แล้วตรวจสอบกับวัตถุประสงค์ในกิจกรรม กิจกรรม เหล่านี้อยู่ภายใต้บรรยากาศผ่อนคลาย สนุกสนาน และมีเสียงหัวเราะ ภายหลังจากทดลอง นักศึกษา รายงานด้วยวาจาว่ามีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ คือ คิดเป็นระบบมากขึ้น คิดรอบคอบ มีสติ คิดในแง่บวก กล้าสู้ปัญหาและหาแนวทางแก้ปัญหา ควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้น มีวินัยในตนเอง มีความพยายามมากขึ้น กล้าแสดงออกมากขึ้น ซึ่งพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างชัดเจน ก็คือ นักศึกษา จัดระบบการแก้ปัญหาในงานที่มอบหมายได้เสร็จก่อนเวลา เมื่อการนำเสนอได้รับการคัดค้าน ไม่เห็นด้วยจากสมาชิกในกลุ่มใหญ่ นักศึกษากลุ่มนำเสนอรับฟังและแสดงความคิดเห็นโดยไม่ใช้อารมณ์ มีการถกเถียงกันในกลุ่มแต่เจรจาตกลงกันได้ พุดถึงแนวทางแก้ไขปัญหาที่ตนไม่คุ้นเคยได้ อย่างสร้างสรรค์ นักศึกษากล้าแยกไปทำงานกลุ่มกับเพื่อนต่างคณะมากขึ้น การเปลี่ยนแปลงที่พบ จากการร่วมกิจกรรมนั้นเกิดจากนักศึกษาเป็นผู้ลงมือกระทำ และมีอำนาจกำหนดการเรียนรู้เอง นักศึกษามีโอกาสสะท้อนความรู้ อารมณ์ ความรู้สึก ในเรื่องต่างๆ เช่น ความภาคภูมิใจ ความสำเร็จ ของตน การควบคุมอารมณ์ วิธีแก้ปัญหา ฯลฯ รวมถึงเทคนิคกิจกรรมที่ทำให้นักศึกษาได้ค้นพบ

ความสามารถของตน พัฒนาความสามารถและทักษะทางสังคมเพิ่มมากขึ้น ในขณะที่เดียวกันการร่วมกิจกรรมก็อยู่ภายใต้เงื่อนไขการเรียนรู้ร่วมกันซึ่งนักศึกษาต้องช่วยเหลือกันและกัน รับผิดชอบต่อหน้าที่ และบริหารกลุ่มให้เกิดความสำเร็จร่วมกัน

จากข้อมูลข้างต้น เมื่อนักศึกษาใช้หลักการเรียนรู้ร่วมกันย่อมเพิ่มความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการพฤติกรรมเรียนรู้ร่วมกันด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อรุณรัสมิ์ บำรุงจิต(2550) ศึกษาการเปรียบเทียบทักษะชีวิต ความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่3 ที่ได้รับการสอนตามรูปแบบการเรียนรู้ร่วมกันพบว่า ผู้เรียนตามรูปแบบการสอนโดยการเรียนรู้ร่วมกันมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หลังเรียนเพิ่มขึ้นจากก่อนเรียน และเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าผู้เรียนด้วยวิธีปกติ งานวิจัยของ สารีพันธุ์ สุสุวรรณ (2545) ศึกษาการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาของเด็กเร่ร่อน พบว่าคะแนนความสามารถในการแก้ปัญหาหลังการใช้โปรแกรมของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม คะแนนความสามารถในการแก้ปัญหาหลังการใช้โปรแกรมของกลุ่มทดลอง สูงกว่าก่อนเข้าโปรแกรม เช่นเดียวกับงานวิจัยของ อารีรักษ์ มีแจ้ง (2547) ศึกษาการพัฒนาแบบการสอนกลวิธีการอ่านภาษาอังกฤษโดยใช้หลักการเรียนรู้แบบร่วมงานเพื่อส่งเสริมผลการเรียนรู้การอ่านสำหรับนิสิตนักศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการอ่านภาษาอังกฤษเพื่อความเข้าใจ หลังการทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลอง งานวิจัยของ สุมิตร ถิ่นปัญญา (2545) ศึกษาการพัฒนากิจกรรมการเรียนการสอนวิชาฟิสิกส์เรื่องไฟฟ้ากระแสตรงโดยใช้รูปแบบการเรียนรู้ร่วมกัน พบว่าการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนอยู่ในระดับดี งานวิจัยของ ประพรรชนี พละชีวะ (2550) ศึกษาการนำเสนอรูปแบบการเรียนแบบผสมผสานด้วยการเรียนรู้ร่วมกันในโครงการงานวิทยาศาสตร์ สำหรับการฝึกแก้ปัญหาของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่า ผู้เรียนที่ได้เรียนด้วยรูปแบบการเรียนแบบผสมผสานด้วยการเรียนรู้ร่วมกันมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หลังเรียน สูงกว่าก่อนเรียน เช่นเดียวกับงานของ Wu (1991) ศึกษาประสิทธิภาพการเรียนรู้แบบร่วมงานที่มีต่อการเรียนทักษะการเขียนของนักศึกษาจีนในไต้หวัน พบว่ากลุ่มทดลองมีพัฒนาการในการเขียนดีขึ้นและมีทัศนคติในทางบวกต่อการเขียนและต่อผู้สอน

จากกระบวนการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค สามารถสรุปเป็นแผนภาพ ดังนี้



แผนภาพที่ 14 กระบวนการจัดกิจกรรมการศึกษาของระบบโรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส และการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

การอภิปรายปัจจัยและปัญหาจากการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญ และฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน ได้วิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้บริหาร และผู้สอนรวมถึงนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนกลุ่มทดลอง จึงนำเสนอผลการอภิปรายโดยรวม ดังนี้

### 1. ปัจจัยที่ทำให้รูปแบบกิจกรรมการศึกษาประสบความสำเร็จ

1.1 วัตถุประสงค์เรียนรู้ การกำหนดวัตถุประสงค์เป็นเชิงพฤติกรรม ทำทนาย ไม่ยากนัก นักศึกษาสามารถทำได้จริง มีการสื่อสารให้นักศึกษาเข้าใจได้ดี วัตถุประสงค์ต้อง สอดคล้องกับรูปแบบกิจกรรมและเนื้อหาด้านการพัฒนาร่างกาย ความรู้ การเรียนรู้ร่วมกันและ สังคม วัตถุประสงค์และเนื้อหาที่มีความเชื่อมโยงกันอย่างต่อเนื่อง เน้นฝึกปฏิบัติไม่ใช่ภาคทฤษฎี เท่านั้น วัตถุประสงค์ทำให้นักศึกษาฝึกความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคผ่านเนื้อหา กิจกรรม

1.2 หลักการ เนื้อหาความรู้ การกำหนดเนื้อหาความรู้ครอบคลุม เป็นเรื่องชีวิต ใกล้ตัวหรือในชีวิตประจำวันนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน เนื้อหานำไปใช้ประโยชน์ได้จริง สามารถนำไปใช้แก้ปัญหาในการเรียน การทำงาน การทำงานกลุ่ม ผ่อนคลาย ปัญหาบุคลิกภาพ การควบคุมอารมณ์ ปัญหาครอบครัว รวมถึงสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เนื้อหาสอดคล้อง เชื่อมโยงกันอย่างต่อเนื่อง ใช้ได้ทั้งในการพัฒนาร่างกาย อารมณ์ ความรู้สึก วิชาการ การมีสติ มี สมาธิ การมีคลื่นสมองต่ำจึงสามารถเรียนรู้ได้ง่าย การใช้จินตนาการ การควบคุมอารมณ์ลบ มองโลกแง่บวก การพูดบวก และคิดเป็นระบบ

1.3 เทคนิคการจัดกิจกรรมเรียนรู้ การกำหนดเทคนิคการจัดกิจกรรมเรียนรู้ เนื้อหาและวัตถุประสงค์สอดคล้องกัน ส่งเสริมซึ่งกันและกัน กิจกรรมเรียนรู้เหมาะสมกับ สติปัญญาและวุฒิภาวะของนักศึกษา จัดกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เช่น ฝึกโยคะ การทำ สมาธิ การนอนตาย ฯลฯ ก่อนเรียนรู้ร่วมกันในห้อง ทำให้มีคลื่นสมองต่ำ เป็นการเตรียมพร้อม ก่อนเริ่มกิจกรรมต่างๆในแต่ละครั้ง การจัดกิจกรรมมีทั้งการฝึกเดี่ยว ฝึกเป็นคู่ และฝึกกลุ่มใหญ่ นักศึกษาได้ลงมือปฏิบัติเอง การจัดสภาพแวดล้อมเรียนรู้เน้นการเรียนรู้ร่วมกัน การสร้าง กระบวนการเรียนรู้ด้วยกลุ่ม สถานที่กว้างขวาง อุปกรณ์ครบถ้วน ใบบางสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ช่วยให้เรียนรู้ด้วยตนเองผ่านกิจกรรม การจัดระบบกลุ่มให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง นักศึกษา กำหนดการเรียนรู้มากขึ้น มีอิสระในการจัดกลุ่มและบริหารกลุ่มเอง

1.4 การประเมินผล การประเมินผลกิจกรรมและวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม สอดคล้องกัน ครอบคลุม จำนวนข้อพอดิ นักศึกษาไม่รู้สึกเครียด ใบบางต้องชัดเจนละเอียด การ ประเมินผลมี 2 ส่วน คือ การประเมินผลวัดความรู้ ซึ่งแบบวัดควรให้นักศึกษาใช้ความคิดวิเคราะห์

ก่อนตอบ และการประเมินตนเอง ซึ่งเป็นการประเมินกระบวนการเพื่อให้นักศึกษาสำรวจตนเอง รู้จักตนเองมากขึ้น

1.5 บทบาทผู้เรียนและบทบาทผู้สอน บทบาทผู้เรียนผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง กำหนดบทบาทการเรียนรู้เอง เป็นผู้ให้ความรู้ ผู้อภิปราย ลองทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ ค้นพบคำตอบด้วยตนเอง เรียนรู้จากกิจกรรม การเรียนรู้ประสบความสำเร็จเพราะ นักศึกษาแต่ละคนมีประสบการณ์และความรู้เดิมของตน เรียนรู้ด้วยการที่เพื่อนช่วยเพื่อนและ แลกเปลี่ยนความรู้ ประสบการณ์กัน ใช้ภาษาระดับเดียวกัน สื่อสารได้ง่าย พัฒนาการทางอารมณ์ ความรู้สึกใกล้เคียงกัน นักศึกษาจึงรู้สึกสนุก

บทบาทผู้สอน ผู้สอนเป็นผู้ร่วมเรียน ผู้กระตุ้น ผู้ชี้แนะ โดยใช้คำถาม ร่วมกิจกรรมด้วย เพิ่มเติมประเด็นสำคัญ ช่วยให้นักศึกษาเรียนรู้ที่จะคิดในงานของตนเอง รู้จัก วิธีการเรียนรู้ เป็นผู้อำนวยความสะดวกที่จัดสถานการณ์ คือ ใบบาง กิจกรรม อุปกรณ์ต่างๆ จัดนักศึกษาที่หลากหลายเพื่อให้นักศึกษาสร้างกระบวนการเรียนรู้ได้ ผลจากกิจกรรมทำให้นักศึกษามีความภาคภูมิใจ ฝึกทักษะคิดแก้ปัญหา มีอารมณ์ความรู้สึกร่วมกัน ค้นพบตนเองนำไป ความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง

1.6 บรรยากาศในกิจกรรมการศึกษา บรรยากาศช่วยให้การเรียนรู้ประสบความสำเร็จ เพราะ มีความสนุกปนความรู้ ผ่อนคลาย การให้เกียรติกัน การสื่อสารทางบวก นักศึกษา ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนวัยเดียวกัน มีการเคลื่อนไหว แลกเปลี่ยนความรู้โดยใช้กระบวนการ เรียนรู้ทางสังคม เช่น การพูดคุย การตรวจสอบวิธีคิดที่ต่างกัน การวิเคราะห์ การระดมสมอง การโต้แย้ง ฯลฯ ความรู้ที่ได้เป็นความรู้ใหม่หรือแนวทางแก้ปัญหาใหม่ที่เป็นข้อตกลงร่วมกันในกลุ่ม นอกจากนี้ บรรยากาศในมหาวิทยาลัยเอกชนที่ส่งเสริมการพัฒนา นักศึกษา จึงมีสิ่งอำนวยความสะดวกค่อนข้างมาก เช่น น้ำดื่ม พนักงานทำความสะอาดห้อง ห้องน้ำ เครื่องเสียง ฯลฯ เหล่านี้ช่วยให้การจัดกิจกรรมการศึกษามีความน่าสนใจ

**ปัจจัยที่ทำให้รูปแบบกิจกรรมการศึกษาประสบความสำเร็จ ประกอบด้วย**

1. การวางแผนการเรียนการสอนที่รัดกุม นั่นคือ ในการจัดกิจกรรมการศึกษางานวิจัยนี้ มีความสอดคล้องกันตั้งแต่การกำหนดเป้าหมายกิจกรรม วัตถุประสงค์เรียนรู้ การพัฒนาเนื้อหา การออกแบบการจัดกิจกรรมเรียนรู้ การประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียน รวมถึงสถานที่ และการจัดหาแหล่งเรียนรู้เพื่อส่งเสริมกิจกรรมเรียนรู้ด้วย เช่นเดียวกับที่ อาชญญา รัตนอุบล (2545) กล่าวว่า การกำหนดวัตถุประสงค์นำไปสู่กิจกรรมการศึกษาที่เหมาะสม การเลือกเนื้อหา กิจกรรมเรียนรู้ต้องสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ กิจกรรมการเรียนรู้ต้องสัมพันธ์กับวัตถุประสงค์ การประเมินกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อประเมินวัตถุประสงค์ เนื้อหาสาระและกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อทราบผลสำเร็จของการจัดกิจกรรม (วิรัชทร สุปัญญา, 2545)

2. หลักการ เนื้อหาความรู้มีความยืดหยุ่น เนื้อหาปรับได้เหมาะสมตามความ



ต้องการ ความสนใจของผู้เรียน (ทองอยู่ แก้วไทรสะ, 2544) สอดคล้องเหมาะสมกับสติปัญญา วุฒิภาวะของผู้เรียน เนื้อหาเป็นเรื่องใกล้ตัวหรือเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของนักศึกษา เนื้อหา ได้รับการร้อยเรียงจัดลำดับต่อเนื่องตั้งแต่กิจกรรมแรกๆ ถึงกิจกรรมสุดท้าย ใช้เวลาเรียนสั้นๆ เป็นความรู้ที่มีความหมายกับนักศึกษา นักศึกษามีโอกาสคิดหาแนวทางนำความรู้ ความเข้าใจมาใช้ ในชีวิตประจำวันได้ (วิศนี สิลตระกูล, 2545; ทิศนา แจมมณี, 2545) สอดคล้องกับงานวิจัยของ ฉมาบดี ตติยวุฒิ (2547) ที่ศึกษาการพัฒนาารูปแบบการฝึกอบรมเพื่อการทำงานร่วมกันอย่างเป็น เครื่องข่ายขององค์กรธุรกิจเอกชน พบว่า โครงสร้างหลักสูตรต้องสอดคล้องกับความต้องการ ความเหมาะสมของผู้รับการฝึกอบรม จึงจะบรรลุวัตถุประสงค์

3. เทคนิคกิจกรรมเรียนรู้ เน้นการปฏิบัติควบคู่กับความรู้ทฤษฎี ผู้เรียนได้ เคลื่อนไหว แสดงออก เทคนิคกิจกรรมมีทั้งการฝึกเดี่ยว ฝึกเป็นคู่ และฝึกกลุ่มใหญ่ ซึ่งสอดคล้อง กับ Tyler (1986) ที่กล่าวว่า การเลือกประสบการณ์การเรียนรู้นั้นควรทำให้ผู้เรียนมีโอกาสฝึกฝน และปฏิบัติพฤติกรรมที่พึงประสงค์เอง ช่วงต้นกิจกรรมจะผ่อนคลาย สงบ ปรับคลื่นสมองต่ำ ในช่วงถัดมา นักศึกษากำหนดและสร้างกระบวนการเรียนรู้ร่วมกับเพื่อนจึงเกิดความสนุกสนาน นักศึกษาฝึกปฏิบัติและมีการให้ผลป้อนกลับกัน เพื่อให้ความรู้หรือทักษะคงอยู่กับนักศึกษาและ การเชื่อมโยงไปสู่กิจกรรมใหม่ (วิรัชตร สุปัญญา, 2545) ในขณะเดียวกันการจัดกิจกรรมการศึกษา มีความยืดหยุ่น เปิดโอกาสให้ผู้เรียนเรียนรู้ด้วยกิจกรรมต่างๆ เช่น การอภิปราย การระดมสมอง การแสดงบทบาทสมมุติ ฯลฯ (สุมาลี สังข์ศรี, 2551)

4. บทบาทผู้เรียนและบทบาทผู้สอน ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เป็นผู้ลงมือกระทำ เป็นผู้ให้ความรู้ ผู้อภิปราย นักแก้ปัญหา (Macgregor, 1992) กำหนดการเรียนรู้เอง ค้นหาคำตอบด้วย ตนเองผ่านกิจกรรมเรียนรู้ เน้นการมีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ การแก้ปัญหา (ศูนย์ส่งเสริมการศึกษา ตามอรรถาศัย, 2542) ฝึกฝนปฏิบัติด้วยตนเองทั้งกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและได้ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับเพื่อน เป็นเวลาต่อเนื่อง 21 วัน การปฏิบัติกิจกรรมซ้ำๆ จึงทำให้เกิดการ เปลี่ยนแปลงในจิตใต้สำนึกของผู้เรียนอย่างค่อยเป็นค่อยไป (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2542) ใน ระหว่างและหลังการร่วมกิจกรรม สำหรับบทบาทผู้สอน จัดสภาพแวดล้อมเพื่อส่งเสริมการ เรียนรู้ โดยใช้ประสบการณ์จากกลุ่มนักศึกษาที่หลากหลายมาเป็นประโยชน์ต่อกิจกรรมเรียนรู้ ระดมพลังสมองของนักศึกษา สร้างบรรยากาศและความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างนักศึกษาและผู้สอน ส่งเสริมให้นักศึกษาช่วยเหลือตนเองในการเรียนรู้ (วิศนี สิลตระกูล, 2545) นอกจากนั้น ผู้สอนยังมีความสัมพันธ์อย่างไม่เป็นทางการกับนักศึกษา ให้คำชี้แนะ เป็นผู้ร่วมเรียน และผู้อำนวยความสะดวก ให้ความช่วยเหลือโดยคำนึงถึงความรู้ ประสบการณ์เดิมของนักศึกษา

5. ธรรมชาติของกลุ่มนักศึกษา เนื่องจากกลุ่มนักศึกษาอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลาย การได้รวมกลุ่มเรียนรู้ร่วมกันพร้อมกับการทำกิจกรรมการศึกษาใหม่ๆ เป็นการตอบสนองความต้องการของวัยรุ่นที่เขามีความสุข สบายใจที่ได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนร่วมวัยมากกว่าบุคคลที่ต่าง

วีย์ (Slavin, 1991) การรวมกลุ่มทำให้เกิดความอบอุ่นใจ ได้รับการยอมรับ ยกย่อง รู้สึกว่ามีบุคคลที่เข้าใจ รวมถึงได้ทดลองกิจกรรมที่แปลกๆ ใหม่ๆ ทำทายความสามารถ (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2540) นอกจากนี้ กลุ่มที่มีสมาชิกแตกต่างกันหลากหลายเป็นประโยชน์ต่อการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ เรียนรู้ร่วมกันและการให้ความช่วยเหลือกันและกัน (อาชัญญา รัตนอุบล, 2545) แสดงให้เห็นว่า หากต้องการจัดกิจกรรมให้บรรลุผลสำเร็จ เพื่อพัฒนานักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน ควรฝึกอบรมให้กับนักศึกษาชั้นปีเดียวกัน หรือรุ่นพี่ ซึ่งเป็นสภาพแวดล้อมที่ใกล้ชิดตัวนักศึกษามากกว่าผู้สอน โดยให้นักศึกษากลุ่มดังกล่าวได้รับความรู้ ความเข้าใจในเรื่องต่างๆ อย่างถูกต้องเหมาะสม เพื่อให้เขาเข้าไปพูดคุย บอกกล่าวกับนักศึกษาอื่นๆ เป็นการใช้กระบวนการทางสังคมเพื่อสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้

6. นโยบายส่งเสริมการพัฒนาศักยภาพของนักศึกษา เนื่องจากมหาวิทยาลัยเอกชนที่ผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์จัดกิจกรรมการศึกษา มีนโยบายที่เด่นชัดในสร้างบัณฑิตให้ถึงพร้อมด้วยคุณภาพและคุณธรรม จึงมีนโยบาย พันธกิจ และแผนงานต่างๆ หลายประการ หนึ่งในจำนวนนั้น คือ การเสริมสร้างนักศึกษาให้มีความรู้พื้นฐานทั่วไปอย่างกว้างขวาง มีความเข้าใจตนเอง ผู้อื่น และสังคม รู้จักพัฒนาตนเองให้สามารถรับผิดชอบภาระหน้าที่ทั้งในปัจจุบันและอนาคต ดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณภาพและคุณธรรม จากนโยบายดังกล่าว มหาวิทยาลัยจึงมีสถานที่จัดกิจกรรมพัฒนานักศึกษาโดยเฉพาะ ที่กว้างขวาง สะอาดและมีสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับนักศึกษา และยังประสานงานให้นักศึกษาได้รับข้อมูลการจัดหลักสูตรต่างๆ ด้วยเหตุนี้กิจกรรมการศึกษาจึงดำเนินไปอย่างราบรื่น

## 2. สิ่งที่ควรพิจารณาก่อนนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้

การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบควรมีความยืดหยุ่น ปรับเปลี่ยนได้เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของผู้ดำเนินการและผู้รับบริการ (ทองอยู่ แก้วไพฑูริย์, 2544) ดังนั้น ก่อนนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้ ควรทดลองกิจกรรมก่อนใช้จริงเพื่อให้รู้ถึงปัญหาอุปสรรค ซึ่งการนำกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนมาใช้ในมหาวิทยาลัยเอกชนนั้น การทดลองกิจกรรมถือเป็นเรื่องจำเป็น เพราะนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน มีความเป็นตัวของตัวเอง แสดงความคิดเห็นได้อิสระ การจัดกิจกรรมต้องปรับเปลี่ยนให้เข้าถึงธรรมชาติของนักศึกษาเพื่อให้เขาเห็นความสำคัญของกิจกรรม นอกจากนี้ ผู้อำนวยการต้องจัดเตรียมห้องเรียน อุปกรณ์ สื่อในกิจกรรม เอกสาร สิ่งที่จะช่วยสร้างความผ่อนคลายให้กับนักศึกษา เช่น ลูกอม ขนม เป็นต้น และควรมีรูปแบบการติดตามผลหลังอบรมประมาณ 3-6 เดือน

### 3. สถานการณ์อื่นๆที่เหมาะสมนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้

กิจกรรมการศึกษาสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้กับวัยผู้ใหญ่ ที่ต้องการเติมเต็มหรือแก้ปัญหาบางเรื่องหรือต้องการพัฒนาตนเอง นั่นคือ กิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้นสอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ (Knowles, 1980) ที่กล่าวถึง ความพร้อมที่จะเรียนรู้ของผู้ใหญ่ที่ต้องการนำเนื้อหาไปใช้แก้ปัญหาในชีวิตจริงไม่ว่าปัญหาการทำงานหรือปัญหาส่วนตัว กิจกรรมการศึกษายังนำไปใช้กับเยาวชนได้ทุกกลุ่ม ในเรื่องต่างๆ เช่น ปัญหาการเรียน ปัญหาความรัก ปัญหาครอบครัว ปัญหาเพื่อน ฯลฯ กิจกรรมการศึกษาก็สอดคล้องกับความสนใจในด้านต่าง ๆ ของนักศึกษาในวัยนี้ (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2540) นอกจากนี้ สามารถนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้ได้ทั้งนอกระบบโรงเรียนและในระบบโรงเรียน นั่นคือ ในระบบโรงเรียน ได้แก่ ส่วนของวิชาการในหลักสูตรต่างๆ โดยนำมาใช้เฉพาะหัวข้อนั้นๆ ฯลฯ นอกระบบโรงเรียน ได้แก่ การพัฒนาคุณลักษณะนักศึกษา การพัฒนาผู้นำ กิจกรรมนักศึกษา เยาวชนที่มีปัญหาทางอารมณ์ เยาวชนที่มีปัญหาบุคลิกภาพที่ไม่พึงประสงค์ อาจกล่าวได้ว่า กิจกรรมการศึกษานี้ให้บริการแก่ผู้เรียน โดยจัดคู่ขนานเสริมเติมเต็มและต่อเนื่องจากการศึกษาในระบบ (สุมาลี สังข์ศรี, 2551) เนื่องจากการศึกษาในงานวิจัยนี้ เน้นให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมาย คือ นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชน อายุ 18-25 ปี หากต้องการนำไปใช้กับกลุ่มเป้าหมายในวัยอื่นๆ ควรปรับรายละเอียดให้สอดคล้องกับลักษณะของผู้เรียนและบริบทของกิจกรรมการเรียนการสอน (วีระจักร์ สุปัญญา, 2545)

### 4. ปัจจัยที่ทำให้กิจกรรมการศึกษาไม่ราบรื่น

ปัจจัยที่อาจเป็นปัญหาอุปสรรคในการจัดกิจกรรม ประกอบด้วย ด้านการบริหาร ได้แก่ การเห็นคุณค่าในกิจกรรมการศึกษาของผู้บริหาร การสนับสนุนต่างๆ นโยบาย งบประมาณ สถานที่ ความเหมาะสมของเวลา ฯลฯ ด้านผู้เรียน ได้แก่ ความพร้อมของผู้เข้าอบรม การเห็นคุณค่าในกิจกรรม ความมีวินัย อุปนิสัยส่วนตัว การให้ความร่วมมือ ฯลฯ ด้านการจัดกิจกรรม ได้แก่ สิ่งจูงใจในกิจกรรม การใช้การประชาสัมพันธ์สื่อสาร ความท้าทายแปลกใหม่ของกิจกรรม ฯลฯ สอดคล้องกับงานวิจัยของ รังสรรค์ สุกันทา (2546) ทำการศึกษาการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมผ่านเว็บแบบมีส่วนร่วมตามแนวความคิดการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองสำหรับบุคลากรขององค์กรธุรกิจ พบว่า ปัจจัยและปัญหาการทดลองใช้โครงการฝึกอบรม ได้แก่ ความสนใจและการเห็นคุณค่าในการฝึกอบรมของผู้เรียน ข้อจำกัดเรื่องเวลา และปัญหาเฉพาะส่วนบุคคล ฯลฯ ด้วยเหตุนี้ การนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้ในมหาวิทยาลัยเอกชน จำเป็นต้องคำนึงถึงนโยบายของสถานศึกษาเป็นสำคัญ สำหรับลักษณะของผู้เรียนในมหาวิทยาลัยเอกชนนั้น เป็นหน้าที่ของผู้สอนที่จะต้องปรับรูปแบบกิจกรรมให้สนุกสนานปนความรู้ สิ่งจูงใจต่างๆเพื่อสร้างความสนใจให้นักศึกษา ซึ่งจากการทดลองใช้กิจกรรมพบว่า กิจกรรมที่ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย สนุกสนาน จะทำให้นักศึกษามีใจจดจ่ออยู่กับกิจกรรมและเก็บจำความรู้ได้ดี

## 5. ประโยชน์ของกิจกรรมการศึกษา

กิจกรรมการศึกษาที่ประกอบด้วยแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันมีประโยชน์ กล่าวคือ กิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส มีการฝึกโยคะ ทำให้กล้ามเนื้อยืดหยุ่น รูปร่างสมส่วน มีสมาธิ การเดินรำเกชิกิ ทำให้มีสติ การทำสมาธิ ทำให้มีสติ คลื่นสมองต่ำ จิตใจสงบ มองโลกบวกขึ้น การนอนตาย ฝึกจินตนาการและภวังค์แห่งการรับรู้ ทำให้ผ่อนคลาย ตื่นอย่างสดชื่น ช่วยในการทำงานและคิดแก้ปัญหา เป็นแรงกระตุ้นและสร้างกำลังใจ (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2542; 2543) สำหรับการเรียนรู้ร่วมกัน เป็นการสร้างกระบวนการเรียนรู้ชีวิตตนเอง ชีวิตผู้อื่น ประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่ม ส่งเสริมให้สมาชิกพัฒนาความสามารถพิเศษขึ้นมาและนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและกลุ่ม (วินิจ เกตุขำและคมเพชร นัตรศุกกุล, 2522) พัฒนาสัมพันธภาพและทักษะทางสังคม เห็นความแตกต่างของตนเองกับคนอื่น (Barkley et al., 2005; Ingleton et al., 1969; Johnson and Johnson, 2000) นำไปใช้เป็นข้อคิดในการดำเนินชีวิต การแก้ปัญหาต่างๆ เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้นักศึกษาเป็นผู้ใหญ่ที่เข้มแข็ง มั่นคง จัดการกับปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์ เห็นคุณค่าในตนเอง ผู้กับปัญหาอย่างผู้มีกำลังใจ กล่าวได้ว่า สิ่งที่ได้รับจากกิจกรรมช่วยให้ผู้ฝึกมีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ มีจิตใจที่เข้มแข็ง มั่นคง มีการพัฒนาทางจิตใจและปัญญา มีการพัฒนาในเชิงวิชาการ พึ่งพาตนเองได้ และเป็นส่วนสำคัญในการสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้

## 6. การเปลี่ยนแปลงความคิด อารมณ์ ความรู้สึก วิธีการเผชิญปัญหาอุปสรรค

กิจกรรมการศึกษาทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความสามารถในการเผชิญปัญหาอุปสรรคเพราะมีการพัฒนา 3 ส่วนไปด้วยกัน คือ ด้านร่างกาย ด้านสติปัญญาความรู้ และด้านอารมณ์ความรู้สึก ซึ่งทั้งหมดสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน กิจกรรมการศึกษาเข้าถึงความคิด อารมณ์ ความรู้สึกของผู้เรียน การเข้าถึงอารมณ์ความรู้สึกถือเป็นจุดเปลี่ยนสำคัญ นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม นักศึกษาเรียนรู้ผ่านการทำกิจกรรมที่มีการวิเคราะห์ แยกแยะ ตีความ ทำความเข้าใจ และการเรียนรู้ร่วมกัน (อุสา สุทธิสาคร, สัมภาษณ์, 2 กุมภาพันธ์ 2553) นอกจากนี้ การจัดกิจกรรมยังคำนึงถึงกฎการเรียนรู้ ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในตัวผู้เรียน ทั้งทางด้านทักษะ ด้านความรู้และด้านทัศนคติ (วิจิตร อาวะกุล, 2537) จึงช่วยให้การดำเนินกิจกรรมเรียนรู้เกิดประสิทธิภาพ

หลังการร่วมกิจกรรมการศึกษา นักศึกษารายงานด้วยวาจาว่ามีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ กับตนเอง ได้แก่ ด้านความคิด เช่น คิดเป็นระบบ มีสติ คิดบวก คิดกว้างและไกลกว่าเดิม คิดอย่างนักสู้ ฯลฯ ด้านความมีสมาธิ คือ มีสมาธิในการเรียนเพิ่มขึ้น ผลการเรียนดีขึ้น ด้านวินัย เช่น ไม่เข้าเรียนสาย ไม่ขาดเรียน ส่งงานตามกำหนดเวลา อ่านหนังสือ ฯลฯ

ด้านความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองเมื่อเจอปัญหา เช่น มั่นใจในตนเอง มีสติเมื่อเจอปัญหา กล้าสู้ปัญหา และหาทางแก้ไข อดทนต่อปัญหา พยายามควบคุมปัญหา ฯลฯ ด้านอารมณ์ ความรู้สึก เช่น การควบคุมอารมณ์ อารมณ์เย็น นิ่งขึ้น รักมากขึ้น รับฟังเหตุผล มองโลกบวก ฯลฯ ด้านความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง เช่น รู้สึกดีต่อตนเอง ค้นพบความสามารถของตนเอง รับรู้ว่ามีปัญหาในช่วงระยะเวลาสั้นลง ฯลฯ ด้านพฤติกรรม เช่น ฝึกฝนในการเรียนเพิ่มขึ้น เพิ่มความพยายามในการเรียน กล้าคิด กล้าแสดงออก ฯลฯ การเปลี่ยนแปลงนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ญาณิกา สวัสดิพิงศา (2549); มนต์ชัย สิทธิจันทร์ (2547); วรรัตน์ อภินันท์กุล (2548); วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา (2538; 2545); สารีพันธุ์ สุภวรรณ (2545); สุมิตร ถิ่นปัญญา (2545); สมศักดิ์ เจริญศรี (2543); อติวรรณ อภิรักษ์ชาคร (2550); อารีรักษ์ มีแจ้ง (2547); อุไรวรรณ ขมวัฒนา (2539); และ Wu (1991)

### ข้อเสนอแนะในการวิจัย

การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษาในงานวิจัยนี้ ยึดหลักการจัดการศึกษานอกระบบตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 ซึ่งเป็นการศึกษาที่มีความยืดหยุ่นทั้งการกำหนดจุดมุ่งหมาย รูปแบบ วิธีการจัดการศึกษา ระยะเวลา โดยเนื้อหาสอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของผู้เรียน ทั้งนี้กิจกรรมการศึกษามีเป้าหมายเพื่อพัฒนาให้ผู้เรียนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และมีความเข้มแข็ง แข็งแกร่งในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ทำให้ผู้อยู่ในวัยเรียนเป็นคนมีคุณภาพของสังคม ลดและบรรเทาวิกฤตการณ์ปัญหาเยาวชนในสถานศึกษา เพื่อเป็นส่วนเสริม เพิ่ม เติมเต็มให้กับผู้เรียน สถานศึกษาสามารถนำไปจัดเป็นการศึกษาในระบบหรือการศึกษานอกระบบก็ได้ตามบริบทที่เอื้อประโยชน์ต่อการบริหารจัดการและผู้เรียน

### ข้อเสนอแนะสำหรับการนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้ มีดังนี้

1. รูปแบบกิจกรรมการศึกษาในงานวิจัยนี้ ประกอบด้วยกิจกรรมทางจิตวิทยาอย่าง จำนวนมาก ซึ่งมุ่งเน้นการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคทุกมิติ ผู้นำไปใช้อาจพิจารณาเลือกบางกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ในเรื่องการบริหารจัดการ การพัฒนากลยุทธ์ การบริหารความความขัดแย้ง การแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหา การบำบัดผู้มีปัญหาทางอารมณ์ การสร้างความสำเร็จในชีวิต ฯลฯ สามารถนำกิจกรรมการศึกษาสอดแทรกคู่ไปกับวิชาการที่จัดอยู่ในระบบ หรือนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้นอกระบบ พัฒนานักศึกษาหรือกลุ่มเป้าหมายอื่นๆ ในลักษณะหลักสูตรพัฒนานักศึกษา หลักสูตรพัฒนาภาวะผู้นำ หลักสูตรพัฒนาศักยภาพ หลักสูตรพัฒนาจิตและปัญญา หลักสูตรเพิ่มประสิทธิภาพและผลงาน
2. ควรมีการฝึกอบรมเตรียมความพร้อมของผู้สอนก่อนนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้ จากการจัดกิจกรรมที่ผ่านมาพบว่า ผู้สอนต้องเข้าใจและปฏิบัติตามบทบาทของตนอย่างจริงจัง เพราะ

กิจกรรมเรียนรู้ได้ผ่องถ่ายอำนาจการดำเนินการเรียนรู้ให้ผู้เรียนเกือบทั้งหมด ผู้สอนเป็นผู้ออกแบบกิจกรรมให้ผู้เรียนสร้างกระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเองและกลุ่มได้ ในขณะที่ด้วยกันผู้สอนต้องอธิบายให้ผู้เรียนเข้าใจและปฏิบัติตามเงื่อนไขการเรียนรู้ด้วย เพราะผู้เรียนบางส่วนยังคงชินกับการเป็นผู้รับ ผู้จัดบันทึก มากกว่าผู้ให้ความรู้ผู้อื่น

3. ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เป็นคุณลักษณะที่เป็นพื้นฐานของลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ เสริมสร้างให้นักศึกษามีพฤติกรรมถูกต้องเหมาะสม และประสบความสำเร็จในการศึกษาและการทำงาน อันนำมาซึ่งชื่อเสียงของสถานศึกษานั้น ผู้บริหารสถานศึกษาสามารถจัดสภาพแวดล้อมเรียนรู้ที่ส่งเสริมความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เช่น จัดรวบรวมประวัติและผลงานของผู้ที่ได้ชื่อว่าสู้ชีวิต รวบรวมสื่อภาพยนตร์ที่มีเนื้อหาแสดงถึงความมานะบากบั่นและความสำเร็จปลายทาง จัดหาหนังสือ สิ่งพิมพ์ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างความเข้มแข็ง การสร้างกำลังใจ นำกิจกรรมการศึกษาไปจัดในเชิงวิชาการเป็นรายวิชาในหลักสูตรหรือจัดเป็นโปรแกรมพัฒนานักศึกษาระยะสั้น เป็นต้น

4. ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เป็นคุณลักษณะสำคัญที่ช่วยให้บุคคลพบความสำเร็จในชีวิต และยังเป็นสิ่งที่ใช้ทำนายผลงาน แรงจูงใจ ความคงทนในการทำงาน ฯลฯ ผู้บริหารสถานศึกษาหรือองค์กรต่างๆ สามารถนำกิจกรรมการศึกษาไปใช้พัฒนาคุณสมบัติดังกล่าว โดยจัดฝึกอบรม ทักษะเป็นระยะๆ เพื่อให้พฤติกรรมคงอยู่หรือมากขึ้น โดยจัดทำดัชนีชี้วัด เช่น ผลงานที่เพิ่มขึ้น ระยะเวลาในการทำงาน การสื่อสารกับผู้อื่น การสังเกตพฤติกรรมที่เด่นชัด ฯลฯ อย่างไรก็ตาม การพัฒนาคุณลักษณะใดๆ จำเป็นต้องใช้เวลา

5. จัดกิจกรรมการศึกษาในรูปแบบที่แตกต่าง กิจกรรมการศึกษาในงานวิจัยนี้สามารถจัดในอีกรูปแบบหนึ่ง คือ การออกภาคสนาม โดยถอดบทเรียนเป็นกิจกรรมที่เลียนแบบชีวิตจริง ผู้เรียนจะเกิดการเรียนรู้จากเพื่อนสมาชิกในสถานการณ์คล้ายจริง

6. เนื้อหาความรู้ในการจัดกิจกรรม ควรเป็นเรื่องที่สามารถสร้างสรรค์ให้เกิดความรู้ใหม่ๆ ได้ จากการจัดกิจกรรมที่ผ่านมา เนื้อหาที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงประสบการณ์ ความคิด ความรู้สึกออกมา ทำให้ผู้เรียนรู้สึกว่าตนเองมีส่วนร่วม ได้รับคำตอบที่หลากหลายในแง่มุมใหม่ๆ เป็นความรู้ใหม่ที่เพิ่มเติมจากความรู้เชิงทฤษฎี ในขณะที่เนื้อหาที่มีคำตอบเพียงถูกผิด ผู้เรียนไม่ให้ความสนใจมากนัก

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป มีดังนี้

1. ควรนำรูปแบบกิจกรรมการศึกษาในงานวิจัยไปทำการศึกษาทำการศึกษาทำอาสาสมัครกลุ่มอื่นๆ เช่น เยาวชนผู้กระทำผิด เยาวชนในสถานสงเคราะห์ ผู้มีปัญหาทางอารมณ์ ผู้มีปัญหาสุขภาพจิต เป็นต้น

2. ควรดำเนินการวิจัยคุณภาพเรื่องความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของบุคคลที่ได้รับการยอมรับว่ามีลักษณะดังกล่าวสูง ในสังคมไทย เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึก ถึงวิธีการคิด การตัดสินใจแก้ไขปัญหาอุปสรรค
3. ควรดำเนินการวิจัยคุณภาพเรื่องวิธีการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของบุคคลที่เผชิญปัญหาแตกต่างกัน เช่น ปัญหาการเรียน ปัญหาความรัก ปัญหาครอบครัว ปัญหาการทำงาน ปัญหาการสูญเสีย เป็นต้น
4. ควรทำการศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุของการเพิ่มระดับความสามารถในการเผชิญฟื้นฝ่าอุปสรรคของผู้ปฏิบัติงานในองค์กร สถาบันการศึกษา หน่วยงานหรือในกลุ่มวัยต่างๆ เพื่อนำข้อมูลไปกำหนดนโยบายหาแนวทางส่งเสริม เพิ่มผลงาน และพัฒนาศักยภาพของบุคลากร
5. ควรทำการศึกษาว่าสภาพการณ์หรือเงื่อนไขใดที่ช่วยทำให้ความสามารถในการเผชิญฟื้นฝ่าอุปสรรคในตัวบุคคลคงอยู่ได้อย่างยาวนาน
6. ควรทำการศึกษาผลการปฏิบัติกิจกรรมตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสและการเรียนรู้ร่วมกันที่มีต่อการเพิ่มคุณลักษณะทางจิตวิทยาที่พึงประสงค์อื่นๆ เช่น เซาว์ปัญญา (IQ) เซาว์อารมณ์ (EQ) คุณธรรม (MQ) การเข้าสังคม (SQ) การมีพฤติกรรมให้ความช่วยเหลือ ฯลฯ