

การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของ
เด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง เทศบาลตำบลเกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง

Development of Guidance Activities Set to Enhance Adversity Quotient of
Abandoned Children and Youth in KhoKha Sub-District Municipality,
Khokha District, Lampang Province

วิมพ์วิภา บุญกลิ่น^{1*}, สุธิดา พลขำนิ², วิศธร หนูกิจ³

Wimwipa Boonklin^{1*}, Suthida Phonchamni², Wisathorn Thanukit³

^{1,2,3} คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง

119 หมู่ 9 ถนนลำปาง-แม่ทะ ตำบลชมพู อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง 52100 ประเทศไทย

^{1,2,3} Faculty of Education, Lampang Rajabhat University

119 Moo 9, Lampang - Mae Tha Road, Chompoo Subdistrict, Mueang Lampang District,

Lampang Province, 52100, Thailand

รับบทความ: 20 กรกฎาคม 2566

ปรับปรุงบทความ: 26 ตุลาคม 2566

ตอบรับตีพิมพ์บทความ: 23 พฤศจิกายน 2566

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยกึ่งทดลองมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง และ 2) ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง จำนวน 20 คน และเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง จำนวน 30 คน ที่อาศัยอยู่ในเทศบาลตำบลเกาะคา เป็นการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในวิจัย ได้แก่ ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง และแบบประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรค สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1) การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง ประกอบไปด้วยกิจกรรมย่อยทั้งหมด 6 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมร่วมด้วย

* ผู้เขียนหลัก (อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง)

อีเมล: wimma74@hotmail.com

ช่วยกัน ผูกพันสามัคคี กิจกรรมต้นไม้แห่งอดีต ปัจจุบัน และอนาคต กิจกรรมชุมชนน่าอยู่ เยาวชนน่ารัก กิจกรรมวางแผนดี ไม่มีพลาด กิจกรรมผู้รอดชีวิตบนเกาะ และกิจกรรมมองโลกในแง่ดี ชีวิตมีสุข โดยแต่ละกิจกรรมใช้ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม 2 ชั่วโมง มีคุณภาพชุดกิจกรรมโดยการตรวจสอบของผู้เชี่ยวชาญอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.64$, S.D.=0.51) และ 2) ผลการประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.23$, S.D.=0.71) และหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวผลการประเมินอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.07$, S.D.=0.76)

คำสำคัญ

ชุดกิจกรรมแนะแนว ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค เด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง

Abstract

This research was quasi experimental research had the objectives to 1) develop guidance activities set to enhance adversity quotient of abandoned children and youth and 2) study the results of using activities set to enhance adversity quotient of abandoned children and youth. The sample consisted of 20 people who involved with abandoned children and youth and 30 abandoned children and youth in Khokha sub-district municipality selected by purposive sampling. The instruments consisted of guidance activities set and the adversity quotient of abandoned children and youth assessment form. The statistics used for data analysis were mean and standard deviation. The research finding concluded 1) development of guidance activities set to enhance adversity quotient of abandoned children and youth consisted of 6 activities namely help each other bound together, past present and future tree, well-planned no mistakes, pleasant community cute youth, survivor on the island and optimism and happy life, each activity takes 2 hours. The quality assessment of the guidance activities set by the experts was at the highest level ($\bar{X}=4.64$, S.D.=0.51) and 2) the adversity quotient before participating in the activities, the average was at a moderate level ($\bar{X}=3.23$, S.D.=0.71) and after participating in the activities, the average was at a high level ($\bar{X}=4.07$, S.D.=0.76)

Keywords

Guidance Activities Set, Adversity Quotient, Abandoned Children and Youth

บทนำ

สถานการณ์เด็กและเยาวชนในประเทศไทยปัจจุบันเมื่อพิจารณาการพัฒนาคุณภาพเด็กและเยาวชนพบว่ายังมีประเด็นท้าทายของการพัฒนาแต่ละช่วงวัยและส่งผลกระทบอย่างต่อเนื่องจากเด็กแรกเกิดจนถึงเยาวชน จากแผนการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2560-2564 กล่าวถึงสิ่งที่เด็กและเยาวชนควรได้รับการส่งเสริมในด้านต่าง ๆ เพื่อให้เกิดการพัฒนาและเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพในอนาคต โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง (คณะกรรมการส่งเสริมการพัฒนาและเยาวชนแห่งชาติ, 2561, 11-12) ซึ่งในปัจจุบันมีเด็กและเยาวชนถูกทอดทิ้งเป็นจำนวนมาก และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทุกปี (นิชชา บุรณสิงห์, 2558) ในประเทศไทยได้มีนโยบายการส่งเสริมหรือพัฒนาเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้งและผู้ด้อยโอกาสในทุกจังหวัดและจังหวัดลำปางก็เช่นกันตามแผนพัฒนาจังหวัดลำปาง พ.ศ. 2561-2564 เกี่ยวกับการวิเคราะห์ปัญหาและความต้องการของเด็กและเยาวชนด้านความมั่นคงควรส่งเสริมส่งเสริมให้เยาวชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และมีคุณค่าโดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กเยาวชนที่ขาดการดูแลเอาใจใส่จากผู้ปกครอง (คณะกรรมการบริหารงานจังหวัดแบบบูรณาการจังหวัดลำปาง, 2561, 109) จากความร่วมมือของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพและมหาวิทยาลัยราชภัฏลำปางได้ดำเนินงานภายใต้โครงการ “การวิจัยและพัฒนานวัตกรรมจัดการตนเองของชุมชนท้องถิ่นน่าอยู่” โดยได้เชิญตัวแทนจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นของแต่ละอำเภอมาร่วมวิเคราะห์ปัญหาของพื้นที่ ซึ่งมีปัญหาของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้งที่ต้องได้รับการส่งเสริมในพื้นที่เทศบาลตำบล เกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง โดยสาเหตุเนื่องมาจากพ่อแม่แยกทางกัน และพ่อแม่วัยรุ่น จึงทำให้เด็กและเยาวชนเหล่านั้นต้องอาศัยอยู่กับปู่ย่าตายายหรือบุคคลอื่น เด็กที่ถูกทอดทิ้งควรได้รับการส่งเสริมและพัฒนาเพื่อให้พวกเขาเหล่านั้นไม่รู้สึกด้อยในสังคม ให้รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และสามารถก้าวผ่านอุปสรรคในชีวิตที่ต้องเผชิญ ซึ่งความสามารถในการเผชิญอุปสรรคและปัญหาที่เกิดขึ้นจะทำให้เด็กและเยาวชนสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ประกอบด้วยความสามารถในการเผชิญสถานการณ์ มีวิธีการมองปัญหาที่มีเหตุผล รวมทั้งการวิเคราะห์สาเหตุของปัญหา และสามารถแก้ปัญหาได้อย่างตรงจุด เมื่อเด็กและเยาวชนได้รับการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคแล้วจะทำให้พวกเขาเหล่านั้นมีความอดทนอดกลั้นและการมีความพยายามอย่างสูงต่อการจัดการและตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่เป็นปัญหาอุปสรรคในการดำเนินชีวิตได้ (Stoltz, 1997, 6-7)

การศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญอุปสรรคพบว่ามีงานวิจัยของวัฒนา ปัดถาวะโร (2552, 50) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเยาวชนในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชน เขต4 จังหวัดของแก่น เป็นการพัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรคโดยใช้กระบวนการกลุ่มจำนวน 10 ครั้ง จากการวิจัยพบว่าเยาวชนมีคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มมากกว่าก่อนการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่ม และกลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญอุปสรรคมากกว่ากลุ่มควบคุม และงานวิจัยของ จิตติยา แยมน์นิมพลและคณะ (2555, 12) ที่ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มทางทฤษฎีเกสตัลท์ที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพแผนกช่างอุตสาหกรรม ซึ่งผลการวิจัย

พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีระดับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคมากกว่ากลุ่มควบคุม รวมทั้งงานวิจัยของ ซาครีย์ เกิดสมบุรณ์ (2557, 87) ที่ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนิสิตชั้นปีที่ 1 ที่พักในหอพักชาย ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคมากกว่ากลุ่มควบคุม ดังนั้นจะเห็นได้ว่าความสามารถในการเผชิญอุปสรรคสามารถพัฒนาได้จากการฝึกฝน ปฏิบัติ และเริ่มต้นเปลี่ยนที่โครงสร้างความคิดทางปัญญา

จากปัญหา ความต้องการของพื้นที่ และจากการศึกษางานวิจัย ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้งเทศบาลตำบลเกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง เนื่องจากกิจกรรมแนะแนวเป็นกระบวนการช่วยเหลือส่งเสริมให้บุคคลได้พัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพ ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา (นิรันดร์ จุลทรัพย์, 2554, 55) ประกอบกับการนำเอาเทคนิคของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบการรู้จักคิดและพฤติกรรมมาบูรณาการในการจัดกิจกรรมแนะแนวนั้นจะทำให้เด็กและเยาวชนได้พัฒนาทางความคิด ได้เห็นตัวแบบที่ดีในการดำเนินชีวิต การเสริมแรงทางบวก การกระตุ้นการปรับความคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี รวมทั้งการแก้ปัญหาด้วยปัญญา ดังนั้นเมื่อเด็กและเยาวชนพบกับปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินชีวิต และถ้าพวกเขาเหล่านั้นมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคจะสามารถจัดการกับปัญหาและอุปสรรคนั้นได้อย่างเหมาะสม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง
2. เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง

ทบทวนวรรณกรรม

1. แนวคิดเกี่ยวกับการแนะแนว

การแนะแนว หมายถึง กระบวนการช่วยเหลือให้บุคคลเข้าใจตนเอง ตระหนักในคุณค่าของตนเอง สามารถตัดสินใจ เลือก วางแผนการดำเนินชีวิตด้วยตนเองอย่างเฉลียวฉลาด และเหมาะสม และการแนะแนวเป็นการให้ความช่วยเหลือให้ผู้รับบริการรู้จักและเข้าใจตนเอง ตลอดจนสามารถช่วยเหลือตนเองได้ (นิรันดร์ จุลทรัพย์, 2554, 55; อัมเรศ เนตาสีทธิ, 2559, 262) โดยมีหลักการแนะแนว คือ การช่วยเหลือส่งเสริมบุคคลให้มีพัฒนาการสูงสุดของสมรรถภาพในแต่ละคนทั้ง ในด้านร่างกาย สังคม อารมณ์และสติปัญญา โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล มุ่งให้บุคคลได้เกิดการพัฒนาด้านต่าง ๆ มุ่งป้องกันปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับบุคคลและมุ่งช่วยแก้ไขปัญหาดัง ๆ ที่เกิดขึ้นแล้ว โดยที่บุคคลสามารถช่วยเหลือตนเอง รู้จักเลือก

ตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาอย่างฉลาด นอกจากนี้การเน้นย้ำในเรื่องของการป้องกันและการปรับตัวตามความสนใจ ความถนัด ความสามารถ และศักยภาพของบุคคล การเน้นนี้มีเป้าหมาย ดังนี้

- 1) เพื่อแก้ปัญหา จุดมุ่งหมายของการเน้นย้ำเน้นให้บุคคลหรือผู้รับบริการเน้นความสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ด้วยตนเอง
- 2) เพื่อป้องกันปัญหา กระบวนการเน้นย้ำเป็นกระบวนการหนึ่งที่ช่วยป้องกันปัญหาไม่ให้เกิดขึ้น เนื่องจากกระบวนการเน้นย้ำจะช่วยให้บุคคลตระหนักถึงปัญหาที่จะเกิดขึ้น รวมทั้งผลกระทบของปัญหานั้น
- 3) เพื่อส่งเสริมและพัฒนา กระบวนการเน้นย้ำจะช่วยให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง ช่วยให้ผู้บุคคลพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่ากระบวนการเน้นย้ำเป็นกระบวนการที่จะช่วยให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง ตลอดจนการส่งเสริมและพัฒนาให้บุคคลสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ รวมทั้งการปรับตัวในสภาพแวดล้อมสังคมปัจจุบัน รวมทั้งการแก้ปัญหาได้อย่างชาญฉลาดเมื่อต้องเผชิญกับปัญหา และอุปสรรคในชีวิต

2. ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ)

ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค คือ ความสามารถอดทนอดกลั้นและการมีความพยายามอย่างสูงต่อการจัดการและตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่เป็นปัญหาอุปสรรคในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมและประสบความสำเร็จโดยมีสติและเจตคติทางบวกหรือเชาวน์ในการเผชิญอุปสรรคโดยสามารถเผชิญกับวิกฤติด้วยความอดทนและจัดการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคนั้นได้อย่างเหมาะสมและประสบความสำเร็จ อย่างมีความพยายาม และมีความหวังเสมอ (Stoltz, 1997, 6-7; Williams, 2003, 39; วีระวัฒน์ ปันนิตามัย, 2551, 92) นอกจากนี้ Stoltz (1997, 6-7) ยังได้กล่าวถึงความสามารถในการเผชิญอุปสรรคว่าเป็นความสามารถในการเผชิญและเอาชนะต่ออุปสรรคหรือวิกฤติการณ์ในแต่ละช่วงชีวิตได้ ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่บุคคลสามารถตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรคด้วยเจตคติเชิงบวก การมองโลกในแง่ดี มีความรับผิดชอบ และหาแนวทางแก้ปัญหาด้วยความมุ่งมั่น อดทน จนสามารถประสบความสำเร็จในการแก้ไขปัญหาและผ่านพ้นอุปสรรคไปด้วยดี

นอกจากนี้ พระสมุห์วัลลภ วุลโล (2561, 19-21) กล่าวว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคเป็นความสามารถในการเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้น และสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ประกอบด้วยความสามารถในการเผชิญสถานการณ์ มีวิธีการมองปัญหาที่มีเหตุผล รวมทั้งการวิเคราะห์ปัญหา สาเหตุของปัญหา และสามารถแก้ปัญหาได้อย่างตรงจุด รวมทั้งมีความอดทนอดกลั้นในการเผชิญปัญหา นอกจากนี้ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคจะต้องเป็นคนที่มองโลกในแง่ดี และมีความคิดเชิงบวกต่อสิ่งต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับ กรมสุขภาพจิต (2561) ที่ได้กล่าวถึงความสามารถในการเผชิญอุปสรรคว่า เป็นความอดทนต่ออุปสรรคนานาประการ ไม่ท้อถอย ไม่ท้อแท้แม้จะลำบากกายหรือจิตใจ รู้จักควบคุมสถานการณ์ พยายามแก้ไข

ปัญหาและจุดบกพร่องต่าง ๆ และที่สำคัญคือ เอาชนะตัวเองและปัจจัยแวดล้อมที่ตั้งให้ท้อถอย ซึ่งนี่คือหัวใจหลักของ AQ คือเปลี่ยนวิกฤติให้เป็นโอกาส เปลี่ยนความกดดันจากสถานการณ์ให้เป็นแรงฮึดสู้ และนั่นเป็นกุญแจที่จะนำความสำเร็จที่สวยงามมาให้เป็นรางวัลแก่ชีวิต รวมทั้งทัศนคติเชิงบวกในการใช้ชีวิต

จากที่กล่าวมาสามารถสังเคราะห์คุณลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ซึ่งประกอบด้วย การควบคุมสถานการณ์ การแก้ปัญหา และการมองโลกในแง่ดีและการคิดเชิงบวก (Stoltz, 1997, 6-7; พระสมุห์वलลภ วลฺโล, 2561, 19-21 และกรมสุขภาพจิต, 2561)

3. แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนว

การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวจะใช้หลักการของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ประกอบกับการใช้หลักการแนะแนวเข้ามาเกี่ยวข้องในการพัฒนาชุดกิจกรรม กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง การที่บุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปเข้าร่วมกลุ่มเพื่อทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง ซึ่งในการทำกิจกรรมจะมีปฏิสัมพันธ์กันในกลุ่ม การแสดงความคิดเห็น ทัศนคติ การแสดงพฤติกรรม ตลอดจนร่วมแก้ปัญหาและนำไปสู่การพัฒนาตนเองได้ และมีจุดมุ่งหมาย ดังนี้

- 1) เพื่อให้การศึกษอบรมแก่บุคคลที่ยังไม่คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อม
- 2) เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์ที่แตกต่างไปจากประสบการณ์ที่ได้รับจากหลักสูตร
- 3) เพื่อการปรับตัว การบำบัดรักษา และความเจริญงอกงามของบุคคลในกลุ่ม

กิจกรรมกลุ่มเป็นสิ่งที่จัดขึ้นโดยมีจุดมุ่งหมายที่จะช่วยส่งเสริมให้มนุษย์ได้เติบโตและพัฒนา โดยเฉพาะทักษะด้านสังคมและด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ดังนั้น การจัดกิจกรรมกลุ่มจึงเป็นการสร้างโอกาสให้มนุษย์ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการติดต่อสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ในบรรยากาศที่ส่งเสริมซึ่งกันและกันได้เป็นอย่างดี ในการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคได้นำเอาเทคนิคของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรม (Cognitive Behavioral Approaches to Groups) มาบูรณาการในการจัดกิจกรรมแนะแนว เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจสังคมมากขึ้น รวมทั้งเป็นการฝึกอบรมเพื่อจัดการเกี่ยวกับปัญหาในชีวิตประจำวัน การให้คำปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรมมีเทคนิค ดังนี้ (Corey, 2016, 347-458)

- 1) เทคนิคการแสดงตัวแบบ (Modeling) เป็นกระบวนการที่ผู้รับคำปรึกษาเรียนรู้ผ่านการสังเกต และเลียนแบบ
- 2) การฝึกซ้อมพฤติกรรม (Behavior Rehearsal) จุดมุ่งหมายของการฝึกซ้อมพฤติกรรม คือ การให้สมาชิกกลุ่มได้ฝึกปฏิบัติพฤติกรรมตามที่เขาต้องการ
- 3) การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) หลังจากที่ได้มีการฝึกซ้อมพฤติกรรมแล้ว สมาชิกกลุ่มสามารถให้ข้อมูลย้อนกลับ ให้คำติชม รวมทั้งให้กำลังใจในการฝึกซ้อมพฤติกรรม
- 4) การเสริมแรง (Reinforcement) การเสริมแรงเป็นการสนับสนุนแนวโน้มของพฤติกรรมที่จะทำซ้ำ

5) การปรับโครงสร้างทางความคิด (Cognitive Restructuring) กระบวนการรับรู้ของแต่ละบุคคลมีผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

6) การแก้ไขปัญหา (Problem Solving) การแก้ปัญหาเป็นกระบวนการทางปัญญาอย่างเป็นระบบ ซึ่งจะต้องผ่านขั้นตอนการแก้ปัญหา การระบุ และประเมินแนวทางการแก้ปัญหาใหม่

จะเห็นได้ว่าการนำเทคนิคของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรมมาบูรณาการในการจัดกิจกรรมแนะแนวจะทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้พัฒนาทางความคิด ได้เห็นตัวแบบที่ดีในการดำเนินชีวิต การเสริมแรงทางบวก การกระตุ้นการปรับความคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี รวมทั้งการแก้ปัญหาด้วยปัญญา

วิธีการวิจัย

งานวิจัยเรื่องการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง เทศบาลตำบลเกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง เป็นการศึกษาวิจัยกึ่งทดลอง แบบศึกษากลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการทดลอง โดยมีรายละเอียดของวิธีการวิจัย ดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่าง

1.1 ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนในเทศบาลตำบลเกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง จำนวน 20 คน ได้แก่ ปลัดเทศบาลตำบลเกาะคา นักพัฒนาชุมชนเทศบาลตำบลเกาะคา กรรมการเด็กและเยาวชน ผู้นำชุมชน นักวิชาการศึกษา และผู้ปกครองของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง เลือกแบบเจาะจงเป็นกลุ่มตัวอย่างในการสนทนากลุ่มเพื่อหาแนวทางในการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง

1.2 เด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง เป็นกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง มีอายุระหว่าง 10-15 ปี ที่ไม่ได้อาศัยอยู่กับบิดามารดา และอาศัยอยู่ในเทศบาลตำบลเกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง เลือกแบบเจาะจง จำนวน 30 คน โดยมีเกณฑ์ในการเลือก ดังนี้ 1) เด็กและเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 10-15 ปี 2) เด็กและเยาวชนที่ไม่ได้อาศัยอยู่กับบิดามารดา 3) เด็กและเยาวชนที่อาศัยอยู่ในเทศบาลตำบลเกาะคา และ 4) เด็กและเยาวชนที่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวได้ตั้งแต่ต้นจนจบ และได้รับอนุญาตจากผู้ปกครอง

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ขอรับจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครลำปาง หมายเลขอนุมัติ E2560/025

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง ซึ่งประกอบด้วย 6 กิจกรรม แต่ละกิจกรรมใช้เวลาในการจัดกิจกรรม 2 ชั่วโมง มีขั้นตอนในการพัฒนา ดังนี้

- 1) ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 2) ศึกษาองค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ซึ่งประกอบไปด้วย 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การควบคุมสถานการณ์ การแก้ปัญหา และการคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดี
- 3) สอนทากลุ่มของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้งในเทศบาลตำบล เกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง จำนวน 20 คน เพื่อหาแนวทางในการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง
- 4) พัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง
- 5) ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านประเมินคุณภาพของชุดกิจกรรมแนะแนว ประกอบด้วย ชื่อกิจกรรมสาระสำคัญ วัตถุประสงค์ ระยะเวลาในการทำกิจกรรม อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรม วิธีการดำเนินกิจกรรม และการประเมินผล การประเมินเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การประเมิน ดังนี้ 1.00-1.50 มีคุณภาพน้อยที่สุด 1.51-2.50 มีคุณภาพน้อย 2.51-3.50 มีคุณภาพปานกลาง 3.51-4.50 มีคุณภาพมาก และ 4.51-5.00 มีคุณภาพมากที่สุด

2.2 แบบประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชน จำนวน 30 คน ประกอบด้วยข้อคำถามครอบคลุมทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการควบคุมสถานการณ์ ด้านการแก้ปัญหา และด้านการคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดี โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านประเมินและตรวจสอบด้านเนื้อหาและหาดาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) มีค่าเท่ากับ 0.67-1.00

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 ผู้วิจัยประสานงานขอความร่วมมือกับนายกองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นเทศบาลตำบล เกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง และบุคคลที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย และขอความร่วมมือสนับสนุนในการดำเนินงาน

3.2 ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน มีอายุระหว่าง 10-15 ปี ที่ไม่ได้อาศัยอยู่กับบิดามารดา และอาศัยอยู่ในเทศบาลตำบลเกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง โดยเลือกแบบเจาะจง

3.3 ผู้วิจัยประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง การประเมินเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การประเมิน ดังนี้ 1.00-1.50 น้อยที่สุด 1.51-2.50 น้อย 2.51-3.50 ปานกลาง 3.51-4.50 มาก และ 4.51-5.00 มากที่สุด

3.4 ผู้วิจัยดำเนินการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง จำนวน 6 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมร่วมด้วยช่วยกัน ผูกพันสามัคคี กิจกรรมต้นไม้แห่งอดีต ปัจจุบัน และอนาคต กิจกรรมชุมชนน่าอยู่ เยาวชนน่ารัก กิจกรรมวางแผนดี ไม่มีพลาด กิจกรรม

ผู้รอดชีวิตบนเกาะ และกิจกรรมมองโลกในแง่ดี ชีวิตมีสุข โดยแต่ละกิจกรรมใช้เวลาในการจัดกิจกรรม 2 ชั่วโมง

3.5 ผู้วิจัยประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง โดยใช้แบบประเมิน และเกณฑ์การประเมินเช่นเดียวกับการประเมินก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 วิเคราะห์คุณภาพของกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้งด้วยการหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

4.2 ประเมิน และตรวจสอบเนื้อหาของแบบประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนโดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง

4.3 ประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้งโดยการหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยสามารถสรุปได้ตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง

การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อศึกษาองค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ซึ่งประกอบไปด้วย 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การควบคุมสถานการณ์ การแก้ปัญหา และการคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดี รวมทั้งการสนทนากลุ่มของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง จำนวน 20 คน และบูรณาการการใช้เทคนิคของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรม ซึ่งชุดกิจกรรมแนะแนวประกอบไปด้วยกิจกรรมทั้งหมด 6 กิจกรรมย่อย มีรายละเอียดของแต่ละกิจกรรม ดังนี้

ตารางที่ 1

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง

ลำดับ	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	สาระสำคัญของกิจกรรม	เทคนิคของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรม
1	ร่วมด้วยช่วยกัน ผูกพันสามัคคี (การแก้ปัญหา)	1. เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้เข้าร่วมกิจกรรม 2. เพื่อฝึกเรียนรู้การทำงานเป็นทีม 3. เพื่อเรียนรู้ในการแก้ปัญหาาร่วมกัน	การส่งเสริมการทำงานเป็นทีม โดยที่สมาชิกในทีมทุกคนมีการรวมกลุ่มทำงานร่วมกัน มีเป้าหมายเดียวกัน ในการทำงานเป็นทีมต้องอาศัยความร่วมมือของสมาชิก สมาชิกในทีมมีปฏิสัมพันธ์กัน มีบทบาทในทีม มีการวางแผนการทำงาน การแก้ปัญหาและอุปสรรคระหว่างการทำงานเพื่อนำไปสู่เป้าหมาย และความสำเร็จ	เทคนิคการฝึกซ้อมพฤติกรรม ซึ่งผู้เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวจะได้ทราบถึงบทบาทหน้าที่ของตนเองในการทำงานเป็นทีม รวมทั้งการเรียนรู้ปัญหาร่วมกันในกลุ่ม
2	ต้นไม้แห่งอดีต ปัจจุบัน และอนาคต (การคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดี)	1. เพื่อสำรวจและวิเคราะห์ตนเองในอดีตและปัจจุบัน 2. เพื่อให้เห็นถึงความสำคัญของการวางแผนในอนาคต 3. เพื่อให้ตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง	การส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง การที่บุคคลสามารถวิเคราะห์ตนเอง รู้จักและเข้าใจตนเอง มองเห็นคุณค่าในตนเอง การรับรู้ในความสามารถและศักยภาพของตนเอง จะมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ซึ่งจะเป็นทักษะหนึ่งในการดำรงชีวิต และนำไปสู่ความสำเร็จในชีวิต	เทคนิคการปรับโครงสร้างทางความคิด ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะได้ฝึกคิดวิเคราะห์ตนเอง รวมทั้งการปรับความคิดของตนเองเพื่อการดำเนินชีวิตในอนาคต
3	ชุมชนน่าอยู่ เยาวชนน่ารัก (การแก้ปัญหา)	1. เพื่อให้ตระหนักใน重要性ของชุมชน 2. เพื่อวิเคราะห์ชุมชนที่อยู่อาศัยของตนเอง 3. เพื่อฝึกการคิดวิเคราะห์เกี่ยวกับสถานการณ์และแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม	การส่งเสริมการคิดวิเคราะห์ ซึ่งเป็นความสามารถของบุคคลในการพิจารณาไตร่ตรอง สิ่งต่างๆ หรือสถานการณ์ต่างๆ ได้ เมื่อบุคคลเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคแล้ว และเกิดการคิดวิเคราะห์ถึงสาเหตุของปัญหา จะทำให้บุคคลเข้าใจปัญหา และสามารถคิดหาทางแก้ปัญหาและอุปสรรคได้ด้วยตนเอง	เทคนิคการแก้ไขปัญหา เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคแล้ว และเกิดกระบวนการคิดวิเคราะห์ถึงสาเหตุของปัญหา จะทำให้เข้าใจปัญหา ตลอดจนสามารถคิดหาทางแก้ปัญหาได้

ตาราง 1

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง (ต่อ)

ลำดับ	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	สาระสำคัญของกิจกรรม	เทคนิคของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรม
4	วางแผนดี ไม่มีพลาด (การควบคุมสถานการณ์)	1. เพื่อให้มีความตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง 2. เพื่อฝึกการคิดวิเคราะห์ปัญหาและอุปสรรคในชีวิตของตนเอง 3. เพื่อให้ตระหนักถึงการวางแผนและแก้ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น	การส่งเสริมการวางแผน เพื่อหาแนวทางปฏิบัติที่ดีที่สุดในอนาคต ดังนั้นการวางแผนในชีวิตให้ประสบความสำเร็จ จะต้องเริ่มจากการพัฒนาตนเอง พัฒนาทักษะที่จำเป็นในการดำเนินชีวิต และที่สำคัญต้องมีทักษะการแก้ปัญหา เพื่อแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างทางอย่างมีประสิทธิภาพ	เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ และเทคนิคการแก้ไขปัญหา เพื่อส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความสามารถคิดแก้ปัญหาที่ต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสามารถบรรลุตามแผนที่วางไว้
5	ผู้รอดชีวิตบนเกาะ (การควบคุมสถานการณ์)	1. เพื่อวิเคราะห์อุปสรรคในสถานการณ์ที่ต้องเผชิญอย่างกะทันหัน 2. เพื่อฝึกการแก้ปัญหาและแก้ไขอุปสรรคเฉพาะหน้า 3. เพื่อฝึกการควบคุมสถานการณ์ รู้จักมีส่วนร่วมในการวางแผนเพื่อแก้ไขอุปสรรค	การส่งเสริมการคิดแก้ปัญหา เป็นการคิดค้นแนวทางเพื่อให้ได้แนวปฏิบัติที่เหมาะสมแก่บุคคลที่ต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ ให้บรรลุเป้าหมาย สามารถควบคุมสถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ ให้ไปในทางที่ดีขึ้นได้ การคิดแก้ปัญหาต้องใช้ความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณ	เทคนิคการแก้ไขปัญหา จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้พัฒนาการคิดแก้ปัญหาต้องใช้ความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณ
6	มองโลกในแง่ดี ชีวิตมีสุข (การคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดี)	1. เพื่อศึกษาตัวแบบและสามารถนำมาเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต 2. เพื่อพัฒนาความคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดี 3. เพื่อให้ตระหนักถึงการใช้ชีวิตอย่างรอบคอบและเข้มแข็ง	การส่งเสริมการคิดเชิงบวก เป็นการคิดที่มองสถานการณ์ในทางบวก ซึ่งช่วยให้บุคคลเกิดความรู้สึกที่ดี มีกำลังใจ และเกิดแรงจูงใจในการพัฒนา การคิดลักษณะนี้ต้องอาศัยหลักของความถูกต้อง และความเป็นจริง ขณะเดียวกันก็ต้องเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่นด้วย	เทคนิคการแสดงตัวแบบ และการเสริมแรง เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เรียนรู้จากตัวแบบที่เหมาะสม เพื่อเป็นแรงบันดาลใจ รวมทั้งเป็นการเสริมแรงทางบวกในการใช้ชีวิต

จากตารางที่ 1 ชุดกิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง ประกอบด้วย 6 กิจกรรมย่อย ได้แก่ กิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะด้านการควบคุม

สถานการณ์ จำนวน 2 กิจกรรม คือ 1) กิจกรรมวางแผนดี ไม่มีพลาด และ 2) กิจกรรมผู้รอดชีวิตบนเกาะ ด้านการแก้ปัญหา จำนวน 2 กิจกรรม คือ 1) กิจกรรมร่วมด้วยช่วยกัน ผูกพันสามัคคี และ 2) กิจกรรมชุมชนน่าอยู่ เยาวชนน่ารัก และด้านการคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดี จำนวน 2 กิจกรรม คือ 1) กิจกรรมต้นไม้แห่งอดีต ปัจจุบัน และอนาคต และ 2) กิจกรรมมองโลกในแง่ดี ชีวิตมีสุข

ตารางที่ 2

ผลการประเมินคุณภาพของชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง

ลำดับ	กิจกรรม	$\bar{X}$	S.D.	ระดับคุณภาพ
1	ร่วมด้วยช่วยกัน ผูกพันสามัคคี	4.62	0.49	มากที่สุด
2	ต้นไม้แห่งอดีต ปัจจุบัน และอนาคต	4.62	0.49	มากที่สุด
3	ชุมชนน่าอยู่ เยาวชนน่ารัก	4.71	0.45	มากที่สุด
4	วางแผนดี ไม่มีพลาด	4.67	0.56	มากที่สุด
5	ผู้รอดชีวิตบนเกาะ	4.71	0.45	มากที่สุด
6	มองโลกในแง่ดี ชีวิตมีสุข	4.52	0.59	มากที่สุด
รวม		4.64	0.51	มากที่สุด

จากตารางที่ 2 แสดงผลการประเมินคุณภาพของชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้งจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ในภาพรวมชุดกิจกรรมแนะแนวมีคุณภาพอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.64$, S.D.=0.51)

2. การศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง

ตารางที่ 3

ผลการประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้งก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวแยกตามองค์ประกอบ

องค์ประกอบ	ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม			หลังการเข้าร่วมกิจกรรม		
	($\bar{X}$)	(S.D.)	แปลผล	($\bar{X}$)	(S.D.)	แปลผล
การควบคุมสถานการณ์	3.20	0.81	ปานกลาง	4.01	0.80	มาก
การแก้ปัญหา	3.36	0.67	ปานกลาง	4.15	0.79	มาก
การคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดี	3.13	0.64	ปานกลาง	4.03	0.67	มาก
รวม	3.23	0.71	ปานกลาง	4.07	0.76	มาก

จากตารางที่ 3 ผลการประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวผลการประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.23$, S.D.=0.71) และหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวผลการประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.07$, S.D.=0.76)

2.1 การวิเคราะห์พฤติกรรมของเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง

กิจกรรมที่ 1 “ร่วมด้วยช่วยกัน ผูกพันสามัคคี” ในกิจกรรมนี้ซึ่งเป็นกิจกรรมแรก ได้มีการสร้างสัมพันธภาพในช่วงแรกของกิจกรรม หลังจากนั้นเด็กและเยาวชนแต่ละกลุ่มได้แบ่งหน้าที่กันทำกิจกรรมโดยไม่เกี่ยงกัน และมีความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ของตนเอง ก่อนที่เริ่มทำกิจกรรมได้มีการชักชวนหน้าที่ที่แต่ละคนได้รับซึ่งเป็นเทคนิคการฝึกซ้อมพฤติกรรม

กิจกรรมที่ 2 “ต้นไม้แห่งอดีต ปัจจุบัน และอนาคต” เด็กและเยาวชนได้วิเคราะห์ตนเองตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน และวางแผนสิ่งที่อยากทำในอนาคต รวมทั้งแต่ละกลุ่มช่วยกันคิดวิเคราะห์ถึงการกระทำที่จะนำไปสู่เป้าหมายที่วางแผนไว้ และระหว่างทางที่ไปสู่เป้าหมายเมื่อเกิดปัญหาจะมีการวางแผนแก้ปัญหาอย่างไร ซึ่งเด็กและเยาวชนสามารถวางแผนอนาคตของตัวเองได้ทุกคน

กิจกรรมที่ 3 “ชุมชนน่ายอยู่ เยาวชนน่ารัก” เด็กและเยาวชนได้ช่วยกันคิดวิเคราะห์ถึงจุดเด่นและจุดด้อยในชุมชนของตนเอง ในกิจกรรมนี้ทำให้เด็กและเยาวชนได้เห็นถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนของตนเอง รวมทั้งได้ร่วมกันคิดแก้ปัญหาในชุมชนของตนเอง ซึ่งทำให้เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมได้ฝึกวิเคราะห์ปัญหา และหาแนวทางแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนของตนเอง

กิจกรรมที่ 4 “วางแผนดี ไม่มีพลาด” เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมได้ช่วยกันคิดถึงสาเหตุของปัญหา และได้ช่วยกันหาแนวทางในการแก้ปัญหา รวมทั้งเด็กและเยาวชนได้เขียนไทม์ไลน์ของตนเองในอนาคต 10 ปี ว่าจะทำอะไรบ้าง และเพื่อนในกลุ่มได้ร่วมกันวิเคราะห์และให้ข้อมูลย้อนกลับเพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนต่อไป

กิจกรรมที่ 5 “ผู้รอดชีวิตบนเกาะ” กิจกรรมนี้จะมีสถานการณ์ว่าเมื่อติดเกาะแล้วให้เลือกอุปกรณ์ 5 ชนิดเพื่อให้ใช้ชีวิตอยู่บนเกาะ เด็กและเยาวชนได้ช่วยกันเลือกอุปกรณ์ และได้อธิบายว่าอุปกรณ์ที่เลือกมีประโยชน์อย่างไร เมื่อต้องพบเจอกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหา และอาจจะเกิดขึ้นแบบไม่ทันตั้งตัว เด็กและเยาวชนจะได้เป็นผู้ควบคุมสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ตลอดจนการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า

กิจกรรมที่ 6 “มองโลกในแง่ดี ชีวิตมีสุข” เด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมได้เลือกบุคคลต้นแบบของตนเอง และพูดความประทับใจเกี่ยวกับบุคคลนั้น และได้อธิบายถึงการนำแนวคิดในการใช้ชีวิตของบุคคลต้นแบบไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตของตนเอง ซึ่งเป็นเสริมสร้างการมองโลกเชิงบวก รวมทั้งเด็กและเยาวชนได้ทำกิจกรรมการมองโลกในแง่ดี โดยเปลี่ยนความคิดลบเป็นคิดบวกจากสถานการณ์ที่กำหนดให้

จากการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเด็กและเยาวชนได้ฝึกการคิดแก้ปัญหา การควบคุมสถานการณ์ การคิดเชิงบวก และการมองโลกในแง่ดี รวมทั้งการวางแผนในอนาคตของตนเอง ซึ่งเป็นคุณลักษณะที่จะนำไปสู่การมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

อภิปรายผลการวิจัย

การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง ประกอบไปด้วยกิจกรรมย่อยทั้งหมด 6 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะด้านการควบคุมสถานการณ์ จำนวน 2 กิจกรรม คือ 1) กิจกรรมวางแผนดี ไม่มีพลาด และ 2) กิจกรรมผู้รอดชีวิตบนเกาะ ด้านการแก้ปัญหา จำนวน 2 กิจกรรม คือ 1) กิจกรรมร่วมด้วยช่วยกัน ผูกพันสามัคคี และ 2) กิจกรรมชุมชนน่าอยู่ เยาวชนน่ารัก และด้านการคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดี จำนวน 2 กิจกรรม คือ 1) กิจกรรมต้นไม้แห่งอดีต ปัจจุบัน และอนาคต และ 2) กิจกรรมมองโลกในแง่ดี ชีวิตมีสุข ในแต่ละกิจกรรมจะมีสาระสำคัญในการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคทั้งหมด 3 ด้าน ได้แก่ การควบคุมสถานการณ์ การแก้ปัญหา และการคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดี และกิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่จะช่วยให้บุคคลเกิดพัฒนาการในด้านต่าง ๆ สอดคล้องกับ นิรันดร์ จุลทรัพย์ (2554, 55) กล่าวถึงหลักการแนะแนวว่าเป็นการวางแผนที่จะช่วยเหลือบุคคลทั้ง 3 ลักษณะด้วยกันคือ มุ่งให้บุคคลได้เกิดการพัฒนาในด้านต่าง ๆ มุ่งป้องกันปัญหาที่เกิดขึ้นกับบุคคล และมุ่งช่วยแก้ไขปัญหา และในการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวผู้วิจัยได้บูรณาการกับเทคนิคของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรม เช่น เทคนิคการแก้ปัญหา เทคนิคการให้ข้อมูลย้อนกลับ เทคนิคการปรับโครงสร้างทางความคิด เป็นต้น ซึ่งเทคนิคเหล่านี้จะเป็นเทคนิคที่จะช่วยให้เด็กและเยาวชนได้เกิดกระบวนการคิด และทักษะการคิดที่เหมาะสมเมื่อต้องเผชิญปัญหาซึ่งจะเป็นการแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค ดังนั้นการนำเทคนิคของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรมมาบูรณาการในการจัดกิจกรรมแนะแนวจะทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้พัฒนาทางความคิด ได้เห็นตัวแบบที่ดีในการดำเนินชีวิต การเสริมแรงทางบวก การกระตุ้นการปรับความคิดเพื่อการมองโลกในแง่ดี สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิริภิญญา ตระกูลรัมย์ (2556, 32) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมแนะแนวกลุ่มที่มีต่อการเสริมสร้างแรงจูงใจภายในของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม ผลการวิจัยพบว่าหลังเข้าร่วมโปรแกรมนักศึกษาสามารถสำรวจตนเอง รู้จักรักและเห็นคุณค่าในตนเอง กำหนดเป้าหมาย วางแผนการเรียนและอาชีพได้ และนักศึกษาเกิดความพึงพอใจในการเข้าร่วมโปรแกรม จะเห็นได้ว่ากิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่จะช่วยให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง ช่วยเหลือส่งเสริมให้บุคคลมีพัฒนาการสูงสุดของสมรรถภาพในแต่ละคน ดังนั้นจะเห็นได้ว่ากิจกรรมแนะแนวช่วยส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนได้พัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ

ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ผลการประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวผลการประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคอยู่

ในระดับมาก และความสามารถในการเผชิญอุปสรรคด้านการคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดีมีการพัฒนาขึ้นจากก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมมากที่สุด ทั้งนี้เนื่องจากกิจกรรมแนะแนวในแต่ละกิจกรรมจะมีสาระสำคัญในการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคทั้งหมด 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการควบคุมสถานการณ์ ด้านความสามารถในการแก้ปัญหา และด้านการคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดี ซึ่งเป็นคุณลักษณะอันจะนำไปสู่ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค สอดคล้องกับแนวคิดของ Stoltz (1997, 6-7) ที่กล่าวถึงความสามารถในการเผชิญอุปสรรคว่าเป็นพฤติกรรมที่บุคคลสามารถตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรคด้วยเจตคติเชิงบวก การมองโลกในแง่ดี มีความรับผิดชอบ และหาแนวทางแก้ปัญหาด้วยความมุ่งมั่น ดังนั้นเด็กและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมจะได้มีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันในกลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์การทำงานร่วมกัน และช่วยกันในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ รวมทั้งการใช้เทคนิคของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรม จะเป็นเทคนิคที่จะช่วยปรับความคิด และพฤติกรรม (Corey, 2016, 347-349) จะเป็นการกระตุ้นให้เด็กและเยาวชนเกิดกระบวนการคิดแก้ปัญหาเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชาศรีย์ เกิดสมบูรณ์ (2557, 87) ที่ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนิสิตชั้นปีที่ 1 ที่พักในหอพักชาย ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคมากกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งจะเห็นได้ว่าความสามารถในการเผชิญอุปสรรคสามารถพัฒนาได้จากการฝึกฝน ปฏิบัติ และเริ่มต้นเปลี่ยนที่โครงสร้างความคิดทางปัญญา นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ โสระยา พยัคฆ์ฤทธิ์ (2559, 4) ที่ได้ทำการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โดยพัฒนาโปรแกรมจากแนวคิดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของสตอลซ์ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการเรียนมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรคมากกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

สรุป

1. ผลการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง พัฒนาขึ้นโดยการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบกับการสนทนากลุ่มของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องเพื่อหาแนวทางในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว ทั้งนี้ยังบูรณาการเทคนิคของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรม ได้แก่ เทคนิคการแสดงตัวแบบ การฝึกซ้อมพฤติกรรม การให้ข้อมูลย้อนกลับ การเสริมแรง การปรับโครงสร้างทางความคิด และการแก้ไข้ปัญหา ซึ่งชุดกิจกรรมแนะแนวประกอบด้วย 6 กิจกรรมย่อย ดังนี้

1.1 กิจกรรมวางแผนดี ไม่มีพลาด และกิจกรรมผู้รอดชีวิตบนเกาะ เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมที่ส่งเสริมความสามารถด้านการควบคุมสถานการณ์

1.2 กิจกรรมร่วมด้วยช่วยกัน ผูกพันสามัคคี และกิจกรรมชุมชนน่าอยู่ เยาวชนน่ารัก เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความสามารถด้านการแก้ปัญหา

1.3 กิจกรรมต้นไม้มุ่งอดีต ปัจจุบัน และอนาคต และกิจกรรมมองโลกในแง่ดี ชีวิตมีสุข เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความสามารถด้านการคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดี

กิจกรรมแนะแนวแต่ละกิจกรรมประกอบด้วย ชื่อกิจกรรม สารสำคัญของกิจกรรม วัตถุประสงค์ระยะเวลาในการทำกิจกรรม อุปกรณ์ในการทำกิจกรรม วิธีการดำเนินกิจกรรม และการประเมินผล

2. ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง สามารถสรุปได้ดังนี้

2.1 ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคด้านการควบคุมสถานการณ์ ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.20$, S.D.=0.81) และหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.01$, S.D.=0.80)

2.2 ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคด้านการแก้ปัญหา ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.36$, S.D.=0.67) และหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.15$, S.D.=0.79)

2.3 ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคด้านการคิดเชิงบวกและการมองโลกในแง่ดี ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.13$, S.D.=0.64) และหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.03$, S.D.=0.67)

2.4 ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคของเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้งก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.23$, S.D.=0.71) และหลังการเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.07$, S.D.=0.76)

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. ควรจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคสำหรับเด็กและเยาวชนทุกคนไม่เพียงแต่เฉพาะเด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้ง เพื่อเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้เด็กและเยาวชนเมื่อต้องเผชิญกับปัญหา

2. ควรนำกิจกรรมแนะแนวไปปรับใช้ในการพัฒนาทักษะต่าง ๆ ที่จำเป็นสำหรับเด็กและเยาวชนในทุกช่วงอายุ เช่น ทักษะการเผชิญปัญหา ทักษะการคิดเชิงสร้างสรรค์ ทักษะความฉลาดทางอารมณ์ในโลกดิจิทัล เป็นต้น

3. ครู และบุคลากรที่เกี่ยวข้อง สามารถนำกิจกรรมแนะแนวไปปรับใช้กับนักเรียนทุกช่วงชั้นในโรงเรียน เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนได้พัฒนาความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

4. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนสามารถนำกิจกรรมไปปรับใช้เพื่อเสริมสร้างทักษะสำหรับเด็กและเยาวชน

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. การทำวิจัยในพื้นที่เกี่ยวกับเด็กและเยาวชน นอกจากการลงพื้นที่หรือได้พูดคุยกับบุคคลที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนแล้ว ควรพูดคุยกับตัวเด็กและเยาวชนเองเพื่อให้มองเห็นปัญหา และความต้องการได้ชัดเจนขึ้น
2. ในการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมความสามารถในการเผชิญอุปสรรคควรเพิ่มเติมกิจกรรมให้มีความทันสมัยต่อปัญหาที่เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชนมากขึ้น เช่น การบูลลี่หรือการกลั่นแกล้งทั้งเผชิญหน้า และบนโลกออนไลน์ เป็นต้น
3. การต่อยอดจากงานวิจัย สามารถพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมเด็กและเยาวชนในด้านอื่น ๆ ได้ เช่น การส่งเสริมการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การส่งเสริมจิตวิทยาเชิงบวก เป็นต้น
4. ในการทำวิจัยครั้งต่อไปกับกลุ่มตัวอย่างกลุ่มอื่น เช่น นักเรียน นักศึกษา เป็นต้น ควรมีการปรับข้อคำถามในแบบประเมินความสามารถในการเผชิญอุปสรรคให้มีความเหมาะสม

เอกสารอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. (2561, 2 กันยายน). *ชีวิตดีได้ด้วย AQ*.

<https://dmh.go.th/newsdmh/view.asp?id=28163>.

คณะกรรมการบริหารงานจังหวัดแบบบูรณาการจังหวัดลำปาง. (2561). *แผนพัฒนาจังหวัดลำปาง 4 ปี. (พ.ศ. 2561-2564)*. สำนักงานจังหวัดลำปาง.

คณะกรรมการส่งเสริมการพัฒนาและเยาวชนแห่งชาติ. (2561). *แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2560-2564 (ผนวกแผนปฏิบัติการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2560 - 2564)*. เจ. เอส. การพิมพ์.

ชาครีย์ เกิดสมบุญ. (2557). *ผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ของนิสิตชั้นปีที่ 1 ที่พำนักในหอพักชาย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน [วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์]*.

<http://www.lib.ku.ac.th/KUthesis/2557/chakree-ker-all.pdf>.

ฐิตียา แยมน์มณฑล, ระพินทร์ ฉายวิมล และ เพ็ญภา กุลนาคดล (2555). ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์ที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพแผนกช่างอุตสาหกรรม. *วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา*, 20(1), 12-21.

<https://he02.tci-thaijo.org/index.php/Nubuu/article/view/45687>

ณิชา บุณสิงห์. (2558, พฤษภาคม). *เด็กถูกทอดทิ้ง : ปัญหาที่สังคมต้องเยียวยา*.

www.parliament.go.th/ewtadmin/ewt/parliament_parcy/ewt_dl_link.php?nid

นรินทร์ จุลทรัพย์. (2554). *การแนะแนวเบื้องต้น*. นาคิลป์โฆษณา.

- พระสมุห์วัลลภ วลฺโลภ. (2561). การพัฒนาความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคตามหลัก
อริยสัจ 4. *วารสารพุทธจิตวิทยา*, 2(1), 16-30. <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/jbp/article/view/242949>
- วัฒนา ปัดถาวโร. (2552). ผลของกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าฟัน
อุปสรรค (AQ) ของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต 4 จังหวัดขอนแก่น
[วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น].
- วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. (2551). *เขาวนอารมณ์ ดัชนีเพื่อความสุขและความสำเร็จของชีวิต ฉบับปรับปรุงเพิ่มเติม
คิวและอีคิว*. สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริกัญญา ตระกูลรัมย์. (2556). ผลของโปรแกรมแนะแนวกลุ่มที่มีต่อการเสริมสร้างแรงจูงใจภายในของ
นักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม (รายงานการวิจัย). สำนักวิทยบริการและ
เทคโนโลยีสารสนเทศ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- โสระยา พยัคฆ์ฤทธิ์. (2559). ผลของโปรแกรมเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญอุปสรรคในการเรียนของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนแจรงร้อนวิทยา กรุงเทพมหานคร. [วิทยานิพนธ์ปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ].
- อัมเรศ เนตาสีทธิ. (2559). *จิตวิทยาสำหรับครู*. ดีไซน์เบอร์รี่.
- Corey, G. (2016). *Theory & Practice of Group Counseling* (9th ed.). Cengage Learning Custom
Publishing.
- Stoltz, P. G. (1997). *Adversity Quotient: Turning obstacles into opportunity*. John Wiley.
- Williams, M. W. (2003). *The relationship between principal response to adversity and
student achievement*. [Doctoral dissertation, Cardinal Stritch University, Milwaukee,
United States] http://www.peaklearning.com/documents/PEAK_GRI_williams.pdf