

## การลดภาวะซึมเศร้าและภาวะวิตกกังวลด้วยการปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยเสริมเทคนิคความมั่นคงภายใน : กรณีศึกษานิสิตระดับปริญญาตรี

วิลาสินี ฝนดี<sup>1</sup>

มณญ์ แก้วจินดา<sup>2</sup>

วารางคณา โสมะนันท์<sup>3</sup>

<sup>1</sup> ผู้นิพนธ์ประสานงาน โทรศัพท์ 06-5628-2241 อีเมล : pparn1993@gmail.com

รับเมื่อ 7 มิถุนายน 2561 ตอบรับเมื่อ 26 มิถุนายน 2561 DOI:10.14416/j.faa.2020.02.001

### บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายใน (Stabilization Techniques) ในการลดภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าสำหรับนิสิตปริญญาตรี กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้คือ นิสิตระดับปริญญาตรี ภาคต้น ปีการศึกษา 2560 จากมหาวิทยาลัยของรัฐแห่งหนึ่ง เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร จำนวน 5 คน ที่มีภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าตามเกณฑ์การเลือกนิสิตกลุ่มเป้าหมาย ผู้วิจัยใช้วิธีการศึกษาแบบรายกรณี (Case Study) มีเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ 1) แบบประเมินสุขภาพจิต Hopkins Symptom Checklist (HSCL-25) 2) แบบบันทึกการให้การปรึกษา 3) การให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายใน และ 4) แบบบันทึกการสนทนากลุ่ม การวิเคราะห์และแปลผลข้อมูลเป็นแบบบรรยาย และใช้สถิติเชิงพรรณนาวิเคราะห์เปรียบเทียบผลแบบประเมิน (HSCL-25) ผลการวิจัยพบว่า ผลของการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายใน สามารถลดภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าของนิสิตปริญญาตรีที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาได้ จากการศึกษากรณีพบว่าการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายในทั้ง 10 เทคนิคที่นำมาใช้ แต่ละเทคนิคสะท้อนให้เห็นว่า มีผลในการช่วยลดภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า โดยนิสิตที่เข้ารับการปรึกษานำแต่ละเทคนิคไปปรับใช้ และนำไปปรับมือกับปัญหาที่แตกต่างกันออกไป

**คำสำคัญ :** เทคนิคการสร้างความมั่นคงภายใน ภาวะวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า การให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา การศึกษารายกรณี

<sup>1</sup> นิสิตหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว) คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

<sup>2</sup> ที่ปรึกษาหลัก หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

<sup>3</sup> ที่ปรึกษาร่วม อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

## Reduction of Depression and Anxiety Symptoms Using Counseling Service with Stabilization Techniques : Case Study of College Student

Wilasinee Fondée<sup>1</sup>

Marid Kaewchinda<sup>2</sup>

Varangkana Somanandana<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Corresponding Author, Tel. 06 5628 2241, E-mail : pparn1993@gmail.com

Received 7 June 2018; Accepted 26 June 2018

### Abstract

The purpose of this study was to study the effect of enhancing Stabilization Techniques with individual counseling to reduce anxiety and depression for undergraduate students. Targeted to study from undergraduate students in the academic year of 2017 from a state university in Chatuchak, Bangkok. Undergraduate students were 5 people. There are anxiety and depression based on the selection criteria of target students. And the tools used in research are 1) Hopkins Symptom Checklist 2) Progress Note 3) The individual counseling with Stabilization Techniques and 4) Focus group. Descriptive data was analysed and interpreted. Descriptive statistics analysis was used to compare results (HSCL-25). The results of this study are effects of individual counseling with stabilization techniques. It can reduce the anxiety and depression of undergraduate students who have individual counseling. Based on the case study, it was found that 10 techniques were used in Stabilization Techniques. Each technique reflected the effect of reducing anxiety and depression. The students in the counseling in each technique adapted the technique to be applied in their different problems.

**Keywords :** Stabilization Techniques, Anxiety, Depression, Counseling Psychology, Case Study

---

<sup>1</sup> Master Student, Department of Education Psychology and Guidance, Faculty of Education, Kasetsart University

<sup>2</sup> Lecturer, Ph.D., Faculty of Education, Kasetsart University

<sup>3</sup> Lecturer, Ph.D., Faculty of Education, Kasetsart University

## 1. บทนำ

ปัจจุบันสังคมโลกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรอบด้าน มีทั้งสภาพเศรษฐกิจ วิถีชีวิต และการดำเนินชีวิตซึ่งก่อให้เกิดการแข่งขันที่สูงขึ้นในหลายด้าน นอกจากนี้การปรับตัวกับความท้าทายต่างๆ จากสังคมโลก เช่น การเชื่อมต่อของผู้คนในโลกแบบไร้พรมแดน ตลอดจนการพัฒนาสังคมไปสู่สังคมดิจิทัลที่ขับเคลื่อนด้วยนวัตกรรมทางเทคโนโลยีสารสนเทศ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสาเหตุที่ทำให้ประชากรเกิดภาวะที่กดดันในหลายเรื่อง และส่งผลกระทบต่อจิตใจให้เกิดภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าตามมา จากการศึกษา และวิจัยพบว่าปัจจัยเสี่ยงสำคัญที่มีผลต่อการเกิดภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าคือ ปัจจัยด้านชีววิทยา เช่น พันธุกรรม และความผิดปกติของฮอร์โมนหรือสารสื่อประสาท เป็นต้น และปัจจัยด้านจิตใจ เช่น เกิดความขัดแย้งภายในจิตใจโดยไม่ได้รับการแก้ไข มีความผิดปกติในแง่ของการรับรู้ และแปลผลต่อเหตุการณ์ต่างๆ ในลักษณะมองโลกในแง่ร้าย เป็นต้น (รัตน สหายพานิชย์ และสุวรรณี พุทธิศรี, 2548) ซึ่งส่งผลกระทบต่อบุคคล ครอบครัว และสังคม ในเรื่องความรู้สึก การดำเนินชีวิตประจำวัน และเศรษฐกิจ (มาโนช หล่อตระกูล และปราโมทย์ สุคนิชย์ ; รวิวรรณ คำเงิน, 2546; Lilja, Hellzen, Lind and Hellzen, 2006) จากการศึกษาระบาดวิทยาโรครจิตเวชร่วมในคนไทยในปี 2551 พบความชุกโรคซึมเศร้าปัจจุบันสูงที่สุดในกรุงเทพมหานคร (ร้อยละ 4.1) ทั้งเพศหญิง และชาย (ร้อยละ 4.8 และร้อยละ 3.2) เมื่อเปรียบเทียบกับภาพรวมประเทศ (ร้อยละ 2.4, เพศหญิงร้อยละ 2.9 และเพศชาย ร้อยละ 1.7) จากผลการสำรวจแสดงให้เห็นว่ากรุงเทพมหานครมีแนวโน้มความชุกของโรคความผิดปกติทางอารมณ์ และกลุ่มโรคซึมเศร้าค่อนข้างสูงกว่าพื้นที่อื่นของประเทศ (พันธุ์ภา กิตติรัตนไพบูลย์, 2559) วัยรุ่นจึงเป็นช่วงวัยรอยต่อแห่งพัฒนาการจากวัยเด็กเข้าสู่ผู้ใหญ่เป็นช่วงวัยที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาด้านสุขภาพจิต เนื่องจากต้องปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ และด้านสังคม โดยปัญหาด้านจิตใจ และจิตสังคม ที่พบได้บ่อยในวัยรุ่น ได้แก่ ปัญหาภาวะวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า และการฆ่าตัวตาย (Horwitz, Hill and King, 2011) โดยเฉพาะอย่างยิ่งนิสิตที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี พบว่าวัยรุ่น มีภาวะซึมเศร้าสูงถึงร้อยละ 18 (Varcarolis, 2013) พบในเพศชาย และเพศหญิงจำนวนเท่าๆ กัน (Videbeck, 2014) โดยปัญหาสำคัญอีกประการหนึ่งที่พบได้ในวัยรุ่น ได้แก่ ภาวะวิตกกังวล ซึ่งระดับความวิตกกังวลในบุคคลมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง

หากระดับความวิตกกังวลสูงขึ้นจะส่งผลต่อสมาธิในการเรียนและการรับรู้ โดยพบว่าระดับความวิตกกังวลตั้งแต่มานกลางขึ้นไปส่งผลให้ประสิทธิภาพการรับรู้ทางประสาทสัมผัสของบุคคลลดลงทั้งด้านการมองเห็น และการฟัง นอกจากนี้ยังทำให้ความสนใจด้านต่างๆ ลดลง สมาธิลดลง และการรับรู้แคบลง อีกปัญหาที่พบในวัยรุ่นนั่นคือ ภาวะซึมเศร้าเป็นปัญหาที่ส่งผลกระทบ เพราะวัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าร้อยละ 60 มีความคิดฆ่าตัวตาย ในขณะที่วัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าร้อยละ 30 พยายามฆ่าตัวตาย (Joseph, Tolulope and Jing, 2015) วัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าจะมีอาการแสดงออกใกล้เคียงกับผู้ใหญ่ คือ มีความสุขลดลง ไม่ค่อยทำกิจกรรม สิ้นหวังในชีวิต (พลิศรา อังคฺสุทฺธิ์ และศิริชัย หงส์สงวนศรี, 2555)

การรักษา และการป้องกันการเกิดภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นโดยส่วนใหญ่มุ่งเน้นที่จะพัฒนารูปแบบหรือโปรแกรมที่ใช้ป้องกันภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น รายใหม่หรือลดความรุนแรงภาวะซึมเศร้าในระยะเริ่มต้น เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดพัฒนาไปสู่โรคซึมเศร้า ซึ่งจากการศึกษาพบว่ามีการดำเนินการที่หลากหลาย เช่น การให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา เพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาสามารถมีแนวทางในการแก้ปัญหา และสามารถพัฒนาตนเองได้ (Corey, 2012) การบำบัดทางจิตสังคม (Gladstone et al., 2011) การรักษาด้วยยาต้านเศร้า (มาโนช หล่อตระกูล และปราโมทย์ สุคนิชย์, 2558) การบำบัดด้วยการปรับความคิด และพฤติกรรม การบำบัดด้วยสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล (Fisak, Richard and Mann, 2011) และการใช้เทคนิคการสร้างควมมั่นคงภายใน ซึ่งเทคนิคการสร้างควมมั่นคงภายในเป็นอีกเทคนิคหนึ่งที่ช่วยลดภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า (สุชาติ พหลภคย์, 2554) เป็นกระบวนการที่เป็นเหมือนแบบฝึกหัดให้ผู้เข้ารับการปรึกษาได้ฝึกทำ ซึ่งแต่ละเทคนิคมีลักษณะ และกระบวนการที่แตกต่างกัน โดยผู้วิจัยนำการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้างควมมั่นคงภายใน มาเป็นตัวลดภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าลง ให้ผู้รับการปรึกษาพร้อมเผชิญกับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต ผู้รับการปรึกษาที่เผชิญกับประสบการณ์ที่เลวร้ายในอดีตไม่สามารถสร้างประสบการณ์ดีๆ และลบภาพร้ายๆ นั้นได้ นี่จึงเป็นอีกเทคนิคที่ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาดัดตั้งทรัพยากรชนิดบวกภายในจิตใจ เพื่อลดโอกาสของการเกิดอาการสะเทือนใจซ้ำ ซึ่งจากการศึกษา พบว่า การรักษาและป้องกันเหล่านี้สามารถลดภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นได้ และลดอัตราการ

เกิดโรคซึมเศร้าได้ในระยะยาว ดังนั้นการทำความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นได้ทันท่วงทีจะช่วยลดการสูญเสียที่อาจเกิดขึ้นได้ในอนาคต

ดังนั้นเมื่อพิจารณาจากการวิจัยที่ปรากฏ จะเห็นได้ว่าภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าส่วนใหญ่มักเกิดกับวัยรุ่นไทย และผลกระทบที่ตามมาหลังจากบุคคลเป็นภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า เป็นหลักฐานที่ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า โดยมุ่งเน้นไปที่นิสิตปริญญาตรี ในเขตกรุงเทพมหานคร ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำผลการรักษาเชิงจิตวิทยาควบคู่กับเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายในมาช่วยลดภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้าของนิสิตปริญญาตรี อีกทั้งยังเป็นแนวทางในการช่วยเหลือวัยรุ่นไทย ที่ตกอยู่ในภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า ทั้งนี้ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าผลการวิจัยนี้จะประโยชน์ในการช่วยเหลือ และป้องกันวัยรุ่นไทยที่มีภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า อันจะเป็นแนวทางให้ผู้สนใจนำไปต่อยอดในการค้นคว้าวิจัยต่อไป

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการรักษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายใน (Stabilization Techniques) ในการลดภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าสำหรับนิสิต ปริญญาตรี

## 3. สมมติฐานการวิจัย

การรักษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายในสามารถช่วยลดภาวะวิตกกังวล และ/หรือภาวะซึมเศร้าในนิสิตได้

## 4. คำถามการวิจัย

การให้การรักษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายในช่วยลดภาวะวิตกกังวล และ/หรือภาวะซึมเศร้าได้หรือไม่

## 5. วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบศึกษารายกรณี (Case Study Research) โดยเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูล การวิจัยในเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง อย่างละเอียดทุกขั้นตอนโดยใช้เครื่องมือต่างๆ ที่ใช้เก็บ รวบรวมข้อมูลเพื่อนำมาสังเคราะห์ วิเคราะห์ แปรความ หมาย และสรุปผลพร้อมทั้งวัดผลก่อนและหลังการให้ การรักษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคง

ภายใน ด้วยแบบประเมินสุขภาพจิตของฮอปกินส์ (HSCL-25) ในการวัดผลภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้า ของนิสิตทั้ง 5 คนที่เข้ารับการปรึกษา

กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมในวิจัยครั้งนี้คือ นิสิตที่ เข้ารับบริการการปรึกษาที่กองกิจการนิสิต มหาวิทยาลัย ของรัฐแห่งหนึ่ง เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร ภาคต้น ปีการศึกษา 2560 จำนวน 5 คน โดยมีเกณฑ์การเลือกนิสิต กลุ่มเป้าหมาย คือ 1) มีคะแนนเฉลี่ยส่วนใดส่วนหนึ่งจาก แบบประเมินสุขภาพจิต Hopkins Symptom Checklist (HSCL-25) สูงกว่า 1.75 ถือว่ามีอาการอยู่ในกลุ่มนั้นๆ และ 2) เป็นนิสิตที่ยินยอมเข้ารับบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ภาคต้น ปีการศึกษา 2560

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 1) ตัวแปรต้น ได้แก่ การให้การรักษาเชิงจิตวิทยาโดย เสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายใน 2) ตัวแปรตาม ได้แก่ ภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยได้ใช้เครื่องมือที่ใช้ ในการเก็บรวบรวมข้อมูล 4 เครื่องมือ ที่นำมาเก็บรวบรวม ข้อมูลนิสิตที่เข้าร่วมการวิจัย โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. แบบประเมินสุขภาพจิต Hopkins Symptom Checklist (HSCL-25) เป็นแบบประเมินอาการผิดปกติ เบื้องต้นทางจิตใจ 2 ด้าน ได้แก่ ภาวะวิตกกังวลและภาวะ ซึมเศร้า มีจำนวนทั้งหมด 25 ข้อ โดยแบ่งเป็นส่วนภาวะ วิตกกังวล จำนวน 10 ข้อ และภาวะซึมเศร้า จำนวน 15 ข้อ ผู้ที่ได้คะแนนส่วนใดส่วนหนึ่ง ทั้งคะแนนรวมทั้งหมด และ คะแนนเฉลี่ยรวมในแต่ละด้านสูงกว่า 1.75 ถือว่ามีอาการ อยู่ในกลุ่มนั้นๆ เมื่อตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือพบว่า มี ค่าความเชื่อมั่นและความสอดคล้องภายในอยู่ในระดับสูง (Sandanger et al., 1999) ดังจะเห็นได้จากรายงานที่ ตรวจสอบคุณภาพแบบประเมิน HSCL-25 ที่แปลเป็นภาษา กัมพูชา ภาษาลาว ภาษาเวียดนาม กับกลุ่มตัวอย่างขนาดเล็ก ที่เป็นผู้อพยพ ระบุว่า HSCL-25 มีคุณภาพเพียงพอที่จะ ประเมินอาการวิตกกังวล และอาการซึมเศร้าได้ อีกทั้งพบว่า ค่าที่ได้จากแบบประเมิน HSCL-25 มีความสอดคล้องกับ ผลการรายงานตนเองของผู้ป่วยด้วย และเมื่อตรวจสอบ ความเชื่อมั่นด้วยวิธีการสอบซ้ำ ได้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .98 นอกจากนี้ ได้ตรวจสอบคุณภาพแบบประเมิน HSCL-25 ที่แปลเป็นภาษาพม่าด้วยการหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยการหาความสอดคล้องภายในมีค่า เท่ากับ .97 และเมื่อตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีการ แบ่งครึ่งทดสอบได้ ค่าเท่ากับ .92 และมีค่าสัมประสิทธิ์

สหสัมพันธ์จากวิธีการสอบซ้ำ เท่ากับ .90 จากข้อมูลดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า แบบประเมิน HSCL-25 มีค่าความเชื่อมั่น อยู่ในระดับสูง

2. แบบบันทึกการให้การศึกษา (Progress Note) เป็นแบบบันทึกสิ่งที่ผู้ให้การศึกษาได้สังเกต และการใช้ เทคนิค กระบวนการในการให้การศึกษาในแต่ละครั้ง ซึ่งแบบบันทึก การให้การศึกษาในการบันทึกนั้นประกอบไปด้วย วัน เวลา และสถานที่ บันทึกรายละเอียดเกี่ยวกับ ประเด็นปัญหา สาเหตุของปัญหา เทคนิค กระบวนการ และการนัดหมายในครั้งถัดไป ให้ได้รายละเอียดที่ครบถ้วน

3. การให้การศึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิค การสร้างความมั่นคงภายใน เป็นกระบวนการที่ผู้ให้ การศึกษาช่วยเหลือผู้ที่มาขอรับการศึกษา มุ่งให้นิสิต สามารถรับมือกับปัญหา และมีแนวทางการแก้ไขปัญหาได้ และเสริมเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายในทั้ง 10 เทคนิค มีรายละเอียดดังนี้ 1) สถานที่ปลอดภัยภายในจิตใจเป็น เทคนิคที่ช่วยให้ผู้เข้ารับการศึกษาเกิดความมั่นคงภายใน ด้วยการให้ผู้รับการศึกษาจินตนาการถึงสถานที่สงบและ ปลอดภัย เมื่อจินตนาการถึงแล้วผู้รับการศึกษาจะต้อง สามารถรับรู้และรู้สึกถึงสภาวะภายในร่างกายและจิตใจ ของตนเองว่า มีความสงบ ปลอดภัย และผ่อนคลาย 2) เทคนิคการตั้งหลักนั้นเป็นอีกเทคนิคที่ให้ผู้รับการศึกษา ที่กำลังสับสนอย่างรุนแรงกลับมามีสติ รู้สึกตัว กลับมาอยู่ กับตนเอง ให้รับรู้สิ่งที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน 3) เทคนิคที่ เก็บภายในจิตใจเป็นเทคนิคที่ให้ผู้รับการศึกษาจินตนาการ ถึงที่เก็บของส่วนตัว ที่มีลักษณะและรูปแบบตามความ ต้องการของตนเอง เพื่อให้สามารถเก็บเรื่องราวความ ไม่สบายใจหรือเรื่องที่ไม่อยากเปิดเผยไว้ในนั้น 4) สอนภายใน จิตใจ เป็นเทคนิคที่ให้ผู้รับการศึกษาจินตนาการถึงสวน ที่ตนเองต้องการ โดยจะเป็นสวนแบบใดก็ได้ ซึ่งเป็นสวน ที่มีต้นไม้ และดอกไม้ที่ดึงดูดให้อยากเข้าไปอยู่ในที่นั้น เป็นสวนที่ปราศจากผู้คน และสัตว์ใหญ่ที่เป็นอันตราย สนับสนุนให้ผู้รับการศึกษาได้จัดสวนตามความต้องการ ของตนเอง ช่วยให้ผู้รับรู้สึกสบายใจขึ้น 5) วิธีการลำแสง เป็นอีก เทคนิคหนึ่งของเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายใน โดย เทคนิคนี้จะให้ผู้รับการศึกษาจินตนาการถึงลำแสงในการ รักษาตัวเอง เพื่อปิดเป้าความรู้สึกไม่สบายตามร่างกาย ลดหรือจัดการตอบสนองทางกายที่ทำให้ไม่สบายออกไป 6) เทคนิควิธีการ 5-4-3-2-1 เป็นอีกเทคนิคหนึ่งของเทคนิค การสร้างความมั่นคงภายใน โดยเทคนิคนี้เป็นวิธีการที่ช่วย ลดความวิตกกังวล และช่วยให้ผู้รับการศึกษามีสมาธิอยู่

ในปัจจุบัน 7) เทคนิคตัวควบคุมระยะไกล เป็นเทคนิคที่ ใช้จัดการกับความทรงจำ หรือปฏิกิริยาทางอารมณ์ที่ แปรปรวน 8) ที่ปรึกษาภายในจิตใจ เป็นเทคนิคที่ทำให้ ผู้รับการศึกษา รู้สึกว่ามีพลัง มีคนคอยให้คำปรึกษา คอยให้ กำลังใจ ทำให้ได้ความคิด และความสบายใจ ซึ่งผู้ที่ได้รับการ กระทบ กระตุ้นทางจิตใจ และไม่สามารถจัดการจิตใจ ของตนเองให้สมดุลได้ 9) ต้นไม้ภายในจิตใจ คล้ายกับ เทคนิคสวนภายในจิตใจ ที่ให้ผู้รับการศึกษาจินตนาการถึง ต้นไม้ใด ก็ได้หนึ่งต้น ช่วยให้ผู้รับการศึกษาสบายใจขึ้น 10) ผู้ช่วยเหลือภายในจิตใจ เป็นเทคนิคที่ให้ผู้รับการศึกษา ได้จินตนาการถึงบุคคลที่นึกถึงแล้วมีความอ่อนใจ มีแต่ ความสุข และรู้สึกว่าได้รับการปกป้องคุ้มครองดูแล ผู้ช่วยเหลือภายในจิตใจ อาจเป็นบุคคลจริง หรือสัตว์ ที่มีอยู่จริง หรือเป็นบุคคลหรือสัตว์ที่ไม่มีอยู่จริงก็ได้ทั้ง 10 เทคนิคนี้ช่วยเพิ่มประสบการณ์ด้านบวก และลด ประสบการณ์ที่ไม่ดีลง ช่วยให้นิสิตที่มีภาวะวิตกกังวล และ ภาวะซึมเศร้าลดอาการลง มีการนัดพบการให้การศึกษา จำนวน 4 ครั้ง นัดพบสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ในแต่ละครั้งใช้เวลา 60 นาที รวมทั้งสิ้นคนละ 4 ชั่วโมง โดยมีผู้รับการศึกษา ในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 5 คน

4. การสนทนากลุ่ม (Focus Group) ผู้วิจัยใช้ในการ ติดตามผลผู้เข้ารับการศึกษาทุกคน เป็นการพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นอย่างลึกซึ้ง เพื่อสอบถามประเด็น ปัญหาที่เฉพาะเจาะจง หลังจากเข้ารับการศึกษาเสร็จสิ้น กระบวนการแล้ว ผู้วิจัยจึงทำการสนทนากลุ่มเพื่อนำข้อมูลนี้ ไปวิเคราะห์ในการวิจัยเพิ่มเติม

ผู้ให้การศึกษา (Counselors) ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้วิจัยเป็นนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา ชั้นปีที่ 2 สาขาจิตวิทยา การศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์ ผ่านการเรียนรู้ในรายวิชาเอกเลือกครบทุกตัว แล้ว เรียนและฝึกการให้การศึกษาในรายวิชาการให้การ ปรึกษารายบุคคล

## 6. การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยวิเคราะห์และแปลผลการวิจัย การศึกษารายกรณีในเชิงบรรยาย และสถิติที่ใช้ในการ วิเคราะห์ข้อมูลคือ สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) ใช้แจกแจงความถี่ข้อมูลเป็นร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน เพื่อวิเคราะห์ และอธิบายผลก่อนและหลังการ เข้ารับการศึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายใน เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนน แบบประเมินสุขภาพจิตของฮอบกินส์ (HSCL-25)

## 7. การดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยแบ่งการดำเนินการเป็น 3 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นตอนเตรียมการวิจัย 2) ขั้นตอนการวิจัย 3) ขั้นตอนสรุปผลการวิจัย โดยมีรายละเอียดในแต่ละขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนเตรียมการวิจัย ผู้วิจัยทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจอย่างชัดเจนเกี่ยวกับภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้า และตัวแปรที่ต้องทำการศึกษา ได้แก่ การให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายใน เมื่อศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องแล้ว ในขั้นตอนต่อไปผู้วิจัยจึงเริ่มดำเนินการในส่วนของการดำเนินการทำหนังสือจากทางภาควิชาเพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยทำหนังสือขออนุญาตไปที่กองกิจการนิสิต มหาวิทยาลัยของรัฐแห่งหนึ่ง เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร เพื่อขอความอนุเคราะห์ใช้สถานที่ในการเก็บรวบรวมข้อมูล หลังจากนั้นได้จัดเตรียมสถานที่เพื่อรองรับนิสิตที่เข้ารับการปรึกษา พร้อมทั้งเตรียมความพร้อมทั้งนิสิตที่เข้ารับการปรึกษาโดยมีเกณฑ์การเลือกนิสิตกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้

ขั้นตอนการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัย เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือน (กันยายน 2560 - กุมภาพันธ์ 2561) ผู้วิจัยเป็นผู้ให้การปรึกษา และทำการเก็บรวบรวมข้อมูลของนิสิตที่เข้ารับการปรึกษา จำนวน 5 คน โดยทำแบบประเมินสุขภาพจิตของฮอบกินส์ (HSCL-25) ก่อนการรับปรึกษา (Pre-Test) แล้วจึงทำการแปรผล เมื่อนิสิตมีคะแนนเฉลี่ยในด้านใดด้านหนึ่งมากกว่า 1.75 แสดงว่ามีอาการตามกลุ่มอาการนั้นๆ เมื่อแปลผลแล้ว นิสิตที่เข้ารับการปรึกษาเข้าเกณฑ์การเลือกนิสิตกลุ่มเป้าหมาย และยินยอมเข้าร่วมการวิจัย จึงทำการให้การปรึกษาโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายใน เพื่อลดภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้า จำนวนให้การปรึกษา 4 ครั้ง แล้วจึงทำแบบประเมินชุดเดียวกันหลังการสิ้นสุดการให้การปรึกษาแล้ว (Post-Test) หลังจากนั้นทำการสรุปแบบบันทึกการให้การปรึกษาในแต่ละครั้ง และทำการสนทนากลุ่มเพื่อติดตามผล

ขั้นสรุปผลการวิจัย เมื่อดำเนินการวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูลเสร็จเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยจึงนำข้อมูลที่ได้จากการวิจัยที่วัดผลก่อนและหลังการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายใน นำมาจัดเรียงข้อมูล และตรวจสอบผลคะแนน เพื่อนำมาวิเคราะห์เปรียบเทียบกับวิธีทางสถิติ รวมทั้งวิเคราะห์ และตีความ

ข้อมูลที่ได้จากการให้การปรึกษากับนิสิตที่เข้ารับการปรึกษาในแต่ละครั้ง และการสนทนากลุ่มโดยนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ในเชิงบรรยาย แล้วจึงนำมาสรุปและอภิปรายผลการวิจัย

## 8. ผลการวิจัย

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้รับการปรึกษาจำนวน 5 คน เมื่อได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายในครบทุกคนแล้ว มีรายละเอียดข้อมูลของผู้รับการปรึกษา ดังนี้

**ผู้รับการปรึกษาคนที่ 1** ปัญหาที่นำมารับการปรึกษา คือปัญหาการเป็นโรคอารมณ์ที่เกิดจากการขาดแคลเซียม เมื่อ 2 ปีที่แล้ว ส่งผลทำให้การเดินและการทำกิจกรรมต่างๆ ไม่คล่องแคล่วเหมือนเมื่อก่อน ส่งผลให้เป็นภาวะซึมเศร้าตามมา โดยได้รับการวินิจฉัยจากจิตแพทย์ และเมื่อวัดผลด้วยแบบประเมินสุขภาพจิต (HSCL-25) ด้านภาวะวิตกกังวลได้ 2.90 และด้านภาวะซึมเศร้าได้ 2.60 คะแนนในส่วนต่างๆ ที่สูงกว่า 1.75 แสดงว่าผู้รับการปรึกษามีกลุ่มอาการในกลุ่มนั้นๆ เมื่อผู้ให้การปรึกษาได้ประเมินด้วยแบบประเมินก่อนเข้ารับการปรึกษาแล้วเพื่อประเมินอาการ ผู้ให้การปรึกษาจึงชี้แจงการเข้าร่วมการวิจัยก่อนให้การปรึกษา การให้การปรึกษารั้งนี้ผู้รับการปรึกษาได้รับการปรึกษาทั้งหมด 4 ครั้ง และเมื่อได้รับเทคนิคทั้ง 10 เทคนิคของเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายใน ได้แก่ 1) สถานที่ปลอดภัยภายในจิตใจ 2) การตั้งหลัก 3) ที่เก็บภายในจิตใจ 4) สวนภายในจิตใจ 5) วิธีการลำแสง 6) วิธีการ 5-4-3-2-1 7) ตัวควบคุมระยะไกล 8) ที่ปรึกษาภายในจิตใจ 9) ต้นไม้ภายในจิตใจ 10) ผู้ช่วยเหลือภายในจิตใจ แล้วนั้นผู้รับการปรึกษามีภาวะซึมเศร้าที่ลดลง และเมื่อประเมินผลหลังจากการให้การปรึกษาเสร็จสิ้นแล้วได้ผลดังนี้ ภาวะวิตกกังวล 1.80 และภาวะซึมเศร้าได้ 2.20 แสดงให้เห็นว่าคะแนนก่อนและหลังของผู้รับการปรึกษามีคะแนนภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าที่ลดลง

การสนทนากลุ่มเพื่อติดตามผล ผู้รับการปรึกษาคคนที่ 1 ได้แสดงความคิดเห็นหลังจากเข้าร่วมการวิจัยแล้วว่า หลังจากได้เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายใน ผู้รับการปรึกษาได้กล่าวว่า หลังจากเข้ารับการปรึกษามีอาการที่ดีขึ้น และสามารถปรับการนอนให้หลับง่ายขึ้นกว่าเดิม และเทคนิคต่างๆ ที่ได้รับสามารถนำไปปรับใช้ได้กับกิจกรรมต่างๆ เช่นการใช้เทคนิคสถานที่ปลอดภัยภายในจิตใจไปปรับใช้กับการเล่นเกม หรือกิจกรรมต่างๆ ก็ช่วยให้มีสมาธิ มีใจจดจ่อกับ



กิจกรรมนั้นๆ และเทคนิคดังกล่าวช่วยให้เราเปลี่ยนความสนใจจากความเครียดในตอนนั้นให้หยุดคิดเรื่องที่ไม่สบายใจลง

**ผู้รับการปรึกษาคนที่ 2** ปัญหาที่นำมารับการปรึกษา คือปัญหาการเลิกกับแฟนเก่า ส่งผลให้ตนเองรู้สึกไม่อยากทำอะไรเลย นอนไม่หลับ คิดมากในทุกๆ เรื่อง จากเมื่อก่อนที่ไม่เคยเป็นทำให้มีภาวะซึมเศร้าตามมา เมื่อวัดผลด้วยแบบประเมินสุขภาพจิต (HSCL-25) ด้านภาวะวิตกกังวลได้ 1.70 และด้านภาวะซึมเศร้าได้ 3.33 คะแนนในส่วนต่างๆ ที่สูงกว่า 1.75 แสดงว่าผู้รับการปรึกษามีกลุ่มอาการในกลุ่มนั้นๆ เมื่อผู้ให้การศึกษาได้ประเมินด้วยแบบประเมินก่อนเข้ารับการปรึกษาแล้วเพื่อประเมินอาการ ผู้ให้การศึกษาจึงชี้แจงการเข้าร่วมการวิจัยก่อนให้การปรึกษา ผู้รับการปรึกษาได้รับการให้การปรึกษาทั้งหมด 4 ครั้ง และเมื่อได้รับเทคนิคทั้ง 10 เทคนิคของเทคนิคการสร้างความมั่นใจ ได้แก่ 1) สถานที่ปลอดภัยภายในจิตใจ 2) การตั้งหลัก 3) ที่เก็บภายในจิตใจ 4) สวนภายในจิตใจ 5) วิธีการลำแสง 6) วิธีการ 5-4-3-2-1 7) ตัวควบคุมระยะไกล 8) ที่ปรึกษาภายในจิตใจ 9) ต้นไม้ภายในจิตใจ 10) ผู้ช่วยเหลือภายในจิตใจ และเมื่อประเมินผลหลังจากการให้การปรึกษาเสร็จสิ้นแล้วได้ผลดังนี้ ภาวะวิตกกังวลได้ 1.7 และภาวะซึมเศร้าได้ 2.4 แสดงให้เห็นว่าคะแนนก่อนและหลังของผู้รับการปรึกษามีคะแนนภาวะซึมเศร้าที่ลดลง ผู้รับการปรึกษามีภาวะซึมเศร้า และเรื่องการคิดมากของผู้รับการปรึกษาลดลงด้วย

การสนทนากลุ่มเพื่อติดตามผล ผู้รับการปรึกษาคนที่ 2 ได้แสดงความคิดเห็นหลังจากเข้าร่วมการวิจัยแล้วว่า หลังจากได้เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายใน ผู้รับการปรึกษาได้กล่าวว่า หลังจากเข้ารับการปรึกษารู้สึกว่าตัวเองอาการดีขึ้น ได้คำแนะนำและแนวทางการแก้ปัญหาเพื่อนำไปแก้ไขปัญหของตนเองได้ มีอาการเศร้าจากเรื่องอดีตลดน้อยลงกว่าเดิม และเทคนิคที่ได้ใช้ในการเข้าร่วมการวิจัยก็นำไปใช้ในการช่วยลดอาการคิดมากของตัวเองลง เช่น การใช้เทคนิคที่ปรึกษาภายในจิตใจ ผู้รับการปรึกษาได้นำมาปรับใช้เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นก็จะนำเทคนิคดังกล่าวมาใช้คือ คิดหาเหตุและผล และคิดไตร่ตรองปัญหา ทำให้แก้ปัญหาต่างๆ ด้วยตัวเองได้มากขึ้น

**ผู้รับการปรึกษาคนที่ 3** ปัญหาที่นำมารับการปรึกษา คือปัญหาเกี่ยวกับการเรียน เรียนบางรายวิชาไม่เข้าใจ ขาดแรงจูงใจในการเรียน ส่งผลให้ผู้รับการปรึกษามีภาวะวิตกกังวลตามมา เมื่อวัดผลด้วยแบบประเมินสุขภาพจิต

(HSCL-25) ด้านภาวะวิตกกังวลได้ 2.90 และด้านภาวะซึมเศร้าได้ 1.33 คะแนนในส่วนต่างๆ ที่สูงกว่า 1.75 แสดงว่าผู้รับการปรึกษามีกลุ่มอาการในกลุ่มนั้นๆ เมื่อผู้ให้การศึกษาได้ประเมินด้วยแบบประเมินก่อนเข้ารับการปรึกษาแล้วเพื่อประเมินอาการ และเมื่อได้รับเทคนิคทั้ง 10 เทคนิคของเทคนิคการสร้างความมั่นใจ ได้แก่ 1) สถานที่ปลอดภัยภายในจิตใจ 2) การตั้งหลัก 3) ที่เก็บภายในจิตใจ 4) สวนภายในจิตใจ 5) วิธีการลำแสง 6) วิธีการ 5-4-3-2-1 7) ตัวควบคุมระยะไกล 8) ที่ปรึกษาภายในจิตใจ 9) ต้นไม้ภายในจิตใจ 10) ผู้ช่วยเหลือภายในจิตใจ และเมื่อประเมินผลหลังจากการให้การปรึกษาเสร็จสิ้นแล้วได้ผลดังนี้ ภาวะวิตกกังวลได้ 1.50 และภาวะซึมเศร้าได้ 1.20 แสดงให้เห็นว่าคะแนนก่อนและหลังของผู้รับการปรึกษามีคะแนนภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าที่ลดลง ผู้รับการปรึกษาได้รับการให้การปรึกษาทั้งหมด 4 ครั้ง ผู้รับการปรึกษามีแรงจูงใจในการเรียนมากขึ้น และมีภาวะวิตกกังวลที่ลดลง

การสนทนากลุ่มเพื่อติดตามผล ผู้รับการปรึกษาคนที่ 3 ได้แสดงความคิดเห็นหลังจากเข้าร่วมการวิจัยแล้วว่า หลังจากได้เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายใน ผู้รับการปรึกษาได้กล่าวว่า หลังจากเข้ารับการปรึกษาแล้ว ผู้รับการปรึกษารู้สึกว่าเมื่อมีปัญหาอะไรก็จะเล่า และระบายให้คนอื่นฟังมากขึ้น เพราะแต่ก่อนที่มีปัญหามักจะเก็บปัญหาต่างๆ ไว้คิดเองคนเดียว ทำให้เครียด และกังวลกับเรื่องต่างๆ เทคนิคต่างๆ ที่ได้รับก็นำไปปรับใช้คือ เทคนิคสถานที่ปลอดภัยภายในจิตใจ ที่ช่วยให้เมื่อนึกถึงสถานที่ปลอดภัยแล้วทำให้ผ่อนคลายและสบายใจขึ้น

**ผู้รับการปรึกษาคนที่ 4** ปัญหาที่นำมารับการปรึกษา คือปัญหาเกี่ยวกับการเรียน เรียนบางรายวิชาไม่เข้าใจ อาจารย์สอนไม่รู้เรื่อง อยากย้ายคณะไปเรียนคณะอื่นที่ตนเองชื่นชอบมากกว่า ส่งผลให้ผู้รับการปรึกษามีภาวะวิตกกังวล เมื่อวัดผลด้วยแบบประเมินสุขภาพจิต (HSCL-25) ด้านภาวะวิตกกังวลได้ 1.80 และด้านภาวะซึมเศร้าได้ 1.60 คะแนนในส่วนต่างๆ ที่สูงกว่า 1.75 แสดงว่าผู้รับการปรึกษามีกลุ่มอาการในกลุ่มนั้นๆ เมื่อผู้ให้การศึกษาได้ประเมินด้วยแบบประเมินก่อนเข้ารับการปรึกษาแล้วเพื่อประเมินอาการ ผู้ให้การศึกษาจึงชี้แจงการเข้าร่วมการวิจัยก่อนให้การปรึกษา และเมื่อได้รับเทคนิคทั้ง 10 เทคนิคของเทคนิคการสร้างความมั่นใจ ได้แก่ 1) สถานที่ปลอดภัยภายในจิตใจ 2) การตั้งหลัก 3) ที่เก็บภายในจิตใจ 4) สวนภายในจิตใจ 5) วิธีการลำแสง 6) วิธีการ 5-4-3-2-1 7) ตัวควบคุม

ระยะไกล 8) ที่ปรึกษาภายในจิตใจ 9) ต้นไม้ภายในจิตใจ 10) ผู้ช่วยเหลือภายในจิตใจ และเมื่อประเมินผลหลังจากการให้การปรึกษาเสร็จสิ้นแล้วได้ผลดังนี้ ภาวะวิตกกังวลได้ 1.40 และภาวะซึมเศร้าได้ 1.20 แสดงให้เห็นว่าคะแนนก่อนและหลังของผู้รับการปรึกษามีคะแนนภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าที่ลดลง ผู้รับการปรึกษาได้รับการให้การปรึกษาทั้งหมด 4 ครั้ง ผู้รับการปรึกษาหลังจากรับการปรึกษามีภาวะวิตกกังวลลดลง และมีความพยายามที่จะเรียนรายวิชาเคมีให้มากขึ้น

การสนทนากลุ่มเพื่อติดตามผล ผู้รับการปรึกษาคนที่ 4 ได้แสดงความคิดเห็นหลังจากเข้าร่วมการวิจัยแล้วว่า หลังจากได้เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายใน ผู้รับการปรึกษาได้กล่าวว่าหลังจากเข้ารับการปรึกษาแล้วมีภาวะวิตกกังวลเกี่ยวกับการเรียนลดลง และทำให้รู้แนวทางการผ่อนคลายความเครียด และได้รับเทคนิคที่ได้จากการเข้าร่วมการวิจัยไปปรับใช้คือ เทคนิคสถานที่ปลอดภัยภายในจิตใจ ซึ่งเทคนิคดังกล่าวช่วยให้ผู้รับการปรึกษารู้สึกผ่อนคลายมากขึ้น เมื่อเกิดความเครียดจากเรื่องต่างๆ

**ผู้รับการปรึกษาคนที่ 5** ปัญหาที่นำมารับการปรึกษา คือปัญหาที่รู้สึกตัวเองไม่มีค่า เริ่มมีอาการสะสมมาตั้งแต่ช่วงมัธยมปลายจนถึงปัจจุบัน คิดมาก และนอนไม่ค่อยหลับ ส่งผลให้เกิดภาวะซึมเศร้า เมื่อวัดผลด้วยแบบประเมินสุขภาพจิต (HSCL-25) ด้านภาวะวิตกกังวลได้ 2.60 และด้านภาวะซึมเศร้าได้ 3.06 คะแนนในส่วนต่างๆ ที่สูงกว่า 1.75 แสดงว่าผู้รับการปรึกษามีกลุ่มอาการในกลุ่มนั้นๆ เมื่อผู้ให้การปรึกษาได้ประเมินด้วยแบบประเมินก่อนเข้ารับการปรึกษาแล้วเพื่อประเมินอาการ ผู้ให้การปรึกษาจึงชี้แจงการเข้าร่วมการวิจัยก่อนให้การปรึกษา และเมื่อได้รับเทคนิคทั้ง 10 เทคนิคของเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายใน ได้แก่ 1) สถานที่ปลอดภัยภายในจิตใจ 2) การตั้งหลัก 3) ที่เก็บภายในจิตใจ 4) สวนภายในจิตใจ 5) วิธีการลำแสง 6) วิธีการ 5-4-3-2-1 7) ตัวควบคุมระยะไกล 8) ที่ปรึกษาภายในจิตใจ 9) ต้นไม้ภายในจิตใจ 10) ผู้ช่วยเหลือภายในจิตใจ แล้วนั้นผู้รับการปรึกษามีอาการซึมเศร้าที่ลดลง และเมื่อประเมินผลหลังจากการให้การปรึกษาเสร็จสิ้นแล้วได้ผลดังนี้ ภาวะวิตกกังวลได้ 1.70 และภาวะซึมเศร้าได้ 2.33 แสดงให้เห็นว่าคะแนนก่อนและหลังของผู้รับการปรึกษามีคะแนนภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าที่ลดลง ผู้รับการปรึกษาได้รับการให้การปรึกษาทั้งหมด 4 ครั้ง มีภาวะซึมเศร้าที่ลดลง เห็นคุณค่าในตัวเองมากขึ้น

การสนทนากลุ่มเพื่อติดตามผล ผู้รับการปรึกษาคนที่ 5 ได้แสดงความคิดเห็นหลังจากเข้าร่วมการวิจัยแล้วว่า หลังจากได้เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายใน ผู้รับการปรึกษาได้กล่าวว่าหลังจากเข้ารับการปรึกษาแล้วช่วยในเรื่องอารมณ์อ่อนไหวและเรื่องคิดมากลดลง ซึ่งผู้รับการปรึกษานำเทคนิคที่ได้จากการเข้ารับการปรึกษาไปใช้ในชีวิตประจำวัน คือเทคนิคสถานที่ปลอดภัยภายในจิตใจหรือสวนภายในจิตใจ นำไปจินตนาการก่อนนอนทำให้ผ่อนคลายและหลับง่ายขึ้น และเทคนิค 5-4-3-2-1 ช่วยในเรื่องคิดมาก คิดฟุ้งซ่าน ทำให้เลิกคิดเรื่องต่างๆ ที่ทำให้คิดมากนั้นออกไป ทำให้รู้สึกดีขึ้น

การสนทนากลุ่ม เพื่อการติดตามผล ผู้วิจัยเมื่อวิเคราะห์ข้อมูลจากการสนทนากลุ่มเพื่อติดตามผลของผู้เข้ารับการปรึกษาทั้งหมด 5 คนแล้วนั้นโดยมีข้อคำถามที่เฉพาะเจาะจงให้ผู้รับการปรึกษาทุกคนได้ให้ข้อมูลเมื่อเข้ารับการปรึกษาเสร็จสิ้นแล้ว เช่น “รู้สึกที่เราดีขึ้น มันมีช่วงที่รู้สึกดีมากว่าแต่ก่อน ดีกว่าตรงที่มันหายเร็วขึ้น เวลาปกติคิดมากจะคิดข้ามวันข้ามคืน หรือเป็นอาทิตย์ยาวๆ เราเริ่มรู้สึกว่าช่วงมันได้ละ” หรือ “ส่วนของหนูก็ดีขึ้นค่ะ คือถ้าหนูรู้สึกไม่ดีหรืออะไรก็แก้ไขตรงนั้นกับอาเลย หรือมีปัญหาอะไรก็จะปรึกษากับอาค่ะ รู้สึกมีความสุขค่ะ” หรือ “รู้สึกสบายใจมากขึ้น ก็พอได้มาพูด กัดขึ้นค่ะ เพราะว่าพูดออกมาแล้ว ก็มีคนรับฟัง และได้รับการปรึกษา ได้รู้ว่าจะต้องทำอะไร” หรือ “เหมือนกับเราได้เปิดใจรับฟังคำพูดของคนอื่นมากขึ้น หรือได้มีโอกาสให้เราได้พูดเรื่องของตัวเราให้คนอื่นฟังบ้าง และเทคนิคต่างๆ ที่ได้ก็เหมือนกันได้นำไปใช้ทำให้เราได้อยู่กับปัจจุบันก่อน มีสติ และคอยทำอย่างอื่นต่อค่ะ” เป็นต้น ข้อมูลดังกล่าวที่กล่าวมานี้ชี้ให้เห็นว่าการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายในช่วยให้ผู้รับการปรึกษาทั้ง 5 คน มีอาการที่ดีขึ้น สามารถลดภาวะวิตกกังวลและ/หรือภาวะซึมเศร้าลงได้โดยที่แต่ละคนมีการรับมือและแก้ไขปัญหาก็แตกต่างกัน ซึ่งแต่ละเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายในทั้ง 10 เทคนิคแต่ละคนมีเทคนิคที่ใช้แล้วได้ผลแตกต่างกันออกไป ผู้รับการปรึกษาได้บอกอีกว่าเทคนิคการสร้างความมั่นคงภายในช่วยทำให้รู้สึกดีขึ้น และรู้สึกผ่อนคลายความเครียด นอกจากนี้การให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา ผู้รับการปรึกษาส่วนใหญ่นอกจาก การให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบรายบุคคลทำให้ได้พูดเรื่องราวของตัวเอง กล่าวถึงจะระบายสิ่งต่างๆ ที่อยู่ในใจออกมา และได้รับเทคนิคต่างๆ มาแก้ไขปัญหาก็ทำให้รู้สึกเปิดใจ เพราะมีคนคอยรับฟัง รู้สึกสบายใจขึ้น ทำให้



กล้าที่จะพูด และทำให้จากที่ผู้รับการปรึกษาเมื่อมีปัญหาอะไรมักจะเก็บไว้คนเดียว ไม่กล้าที่จะเล่าปัญหาให้ใครฟัง ก็กล้าที่จะพูดให้คนอื่นรับฟังมากขึ้น เป็นต้น

## 9. อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการศึกษาวิจัยที่ปรากฏแสดงผลการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยารายบุคคลโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายในพบว่า ผู้เข้ารับการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาจำนวน 5 คน ที่มีภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้า ปัจจัยที่ส่งผลต่อภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าของนิสิตที่เข้ารับการปรึกษามีดังนี้ การประสบกับเหตุการณ์ทางลบ การรู้สึกว่าตนเองไร้ค่า และการกังวลด้านการเรียน เป็นต้น สาเหตุดังกล่าวเป็นสาเหตุที่ทำให้ให้นิสิตกลุ่มเป้าหมายมีระดับภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าที่สูงกว่า 1.75 โดยวัดจากแบบประเมินสุขภาพจิตของฮอบกินส์ (HSCL-25) ซึ่งสาเหตุข้างต้นเป็นสาเหตุหลักที่ให้นิสิตระดับปริญญาตรีส่วนมากจะประสบกับปัญหานี้เมื่อขึ้นระดับอุดมศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับ Vatanasin, D., Thapinta, D., Thompson, E. A., & Thungjaroenkul, P. (2012) ที่กล่าวว่าสาเหตุของภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นไทยเกิดจากเหตุการณ์ในชีวิตทางลบ และปัจจัยด้านความคิด ได้แก่ ความคิดอัตโนมัติทางลบ การแก้ปัญหาทางสังคมที่ไม่มีประสิทธิภาพ และความครุ่นคิด มีผลต่อการเพิ่มขึ้นของระดับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หากนิสิตไม่ได้รับการช่วยเหลืออย่างเหมาะสมหรือไม่รับการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแล้วนั้น จะทำให้นิสิตเกิดภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าขึ้น ปัญหาดังกล่าวจึงเป็นปัญหาที่ควรให้ความสำคัญและให้การช่วยเหลือนิสิตระดับปริญญาตรีที่มีปัญหาภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้า เพราะช่วงวัยนี้เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงมากมายในการปรับตัวเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมต่างๆ ควรป้องกันการเกิดปัญหาดังกล่าวเพื่อไม่ให้ลูกหลานจนส่งผลร้ายตามมา การพิจารณาปัจจัยที่เกี่ยวข้องนั้นเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการป้องกันไม่ให้นิสิตมีภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าเพิ่มความเสี่ยงมากขึ้น โดยตัวนิสิต ครอบครัว และสิ่งแวดล้อมเป็นปัจจัยที่สำคัญที่ทำให้เกิดภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้า จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจะเห็นได้ว่าการรับรู้คุณค่าในตนเอง รูปแบบการดูแลและการอบรมเลี้ยงดู การปฏิบัติหน้าที่ของครอบครัว ผลการเรียนรู้รวมเฉลี่ย เหตุการณ์ความไม่สงบ ความคิดอัตโนมัติทางลบ การแก้ปัญหาทางสังคมที่ไม่มีประสิทธิภาพ ความครุ่นคิด การแก้ปัญหาทางสังคมที่ดี เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้าซึ่งปัจจัยดังกล่าวควรนำไปพิจารณาใช้ในการลดปัญหาและป้องกันปัญหาภาวะซึมเศร้า

โดยผู้วิจัยให้การให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายในเพื่อช่วยลดภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าลง และหลังจากการทำการวิจัยพบว่า นิสิตที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายในมีภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าที่ลดลงเมื่อใช้แบบประเมินสุขภาพจิตของฮอบกินส์ (HSCL-25) ในการวัดผลก่อนและหลังการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา โดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายใน ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนแบบประเมินสุขภาพจิตของฮอบกินส์ HSCL-25 ของนิสิตที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยา จำนวน 5 คน มีคะแนนประเมินสุขภาพจิต (HSCL-25) ลดลง แสดงให้เห็นว่าการให้การปรึกษาช่วยให้ผู้รับการปรึกษาได้เล่าและระบายปัญหาต่างๆ ช่วยผู้รับการปรึกษาสืบหาสาเหตุและแก้ไขปัญหาอย่างเป็นกระบวนการ พร้อมทั้งเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายในยังช่วยลดภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าของผู้รับการปรึกษาให้มีความมั่นใจในการรับมือและแก้ไขปัญหาต่างๆ ซึ่งผลที่ได้แสดงให้เห็นว่าการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาด้วยเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายในสามารถลดภาวะวิตกกังวล และ/หรือภาวะซึมเศร้าของนิสิตปริญญาตรีได้ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ และเมื่อทำการติดตามผลหลังจากการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายในแล้วพบว่านิสิตให้ความคิดเห็นว่าการใช้เทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายในช่วยลดภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าได้ดังจะเห็นได้ว่าเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายในช่วยนิสิตที่เข้ารับการปรึกษาได้ดังนี้ “...ของหนูก็มี 3 เทคนิคค่ะ หนูก็จะเป็นคนนอนไม่ค่อยหลับค่ะ หนูจะเอาที่สถานที่ปลอดภัยหรือสวนภายในจิตใจเอามาผสมกัน และจินตนาการไปเรื่อยๆ มันก็ช่วยให้เราหลับง่ายขึ้นค่ะ และก็จะจะเป็นเทคนิค 5-4-3-2-1 คือบางทีหนูรู้สึกฟุ้งซ่าน คิดมากคนเดียว ก็ทำให้เรามองรอบๆ ว่ามีอะไรบ้าง เหมือนให้เราได้อยู่กับตอนนั้นไปก่อน ปล่องสิ่งที่มีอยู่ในใจออกไปก่อน ก็ช่วยให้นอนหลับ เช่นถ้าเราเอาเทคนิคมาคิดไปเรื่อยๆ ก็ทำให้หลับไปเลย ส่วนตอนที่นั่งอยู่กับตัวเอง ก็จะปล่อยเรื่องที่คิดมากไปก่อน ให้เราอยู่กับตัวเองตอนนั้น จะทำให้รู้สึกดีขึ้นค่ะ...” หรือ “...ของผมเป็นที่ปรึกษาภายในจิตใจครับ ก็ทำให้เราจินตนาการถึงที่ปรึกษาภายในใจเรา แล้วผมก็คิดว่ามันตัวของเราเองจริงๆ เวลาเรามีปัญหา เกิดคำถามว่าทำไม เพราะอะไร เหมือนได้คุยกับตัวเอง หาเหตุผลย้อนทีละเรื่อง เหตุเป็นอย่างไรให้เหตุผลเป็นแบบนี้ เพราะอะไร มันจะต่างจากเมื่อก่อนตรงที่เราจะหมกมุ่นอยู่กับปัญหา แล้วเมื่อนำเทคนิคมาใช้ทันที

เราได้ให้นักย้อนกลับไปมองถึงปัญหา และทำให้เข้าใจปัญหา มากขึ้น...” หรือ “...ของหนูจะเป็นสถานที่ปลอดภัยค่ะ เพราะหนูเป็นคนไม่ค่อยพูด ก็เลยเป็นคนคิดเยอะ ซักพัก ก็คิดมากขึ้นไปเรื่อย ๆ และพอเอาสถานที่ปลอดภัยมาใช้ เวลาที่มีปัญหา ก็จะนึกถึงสถานที่ที่เราจินตนาการก็จะไม่เครียด ค่ะ...” ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของจิตติพันธ์ ความคณิง (2559) ที่กล่าวว่าผลของการปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อลดภาวะ วิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าพบว่า นักเรียนเข้าร่วมการ ปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อสร้างความมั่นคงทางจิตใจ มีคะแนน HSCL-25 ลดลงหลังจากเข้ารับการปรึกษาแบบกลุ่มฯ อย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น อาจเป็นผลมาจากการฝึกฝนเทคนิคการสร้าง ความมั่นคง ภายในจิตใจร่วมกับการปรึกษาแบบกลุ่ม ในช่วงแรกของ กระบวนการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม ผู้วิจัยมุ่งเตรียมความ พร้อมของสมาชิกด้วยการฝึกฝนเทคนิคที่ช่วยเพิ่ม ประสบการณ์ทางบวกก่อน ได้แก่ เทคนิคการตั้งหลัก เทคนิค สถานที่ปลอดภัยภายในจิตใจ เทคนิคสวนภายในจิตใจ ควบคู่กับการค้นหาทรัพยากรด้านบวกของสมาชิกแต่ละคน ให้เกิดการตระหนักรู้ถึงศักยภาพ และจุดแข็งที่ตัวเองมี มากขึ้น ดังนั้นจากการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดย เสริมเทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายใน สามารถลดภาวะ วิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าของนิสิตปริญญาตรีได้ซึ่งตรงตาม กับวัตถุประสงค์ของงานวิจัย

## 10. ข้อเสนอแนะในการวิจัย

### 10.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ผลการวิจัยพบว่า การให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา ควรให้ความสำคัญกับช่วงการสร้างความสัมพันธ์ภาพของผู้รับ การปรึกษา อาจทำให้การเก็บข้อมูลล่าช้า เนื่องจากผู้รับ การปรึกษาไม่กล้าที่จะเปิดเผยข้อมูล ผู้วิจัยเห็นว่าหากผู้ที่ สนใจจะนำผลการวิจัยไปใช้มีข้อเสนอแนะในการนำผล การวิจัยไปใช้ ดังนี้

10.1.1 กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมการวิจัยเป็นนิสิต ที่มีภาวะวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า มีสภาพจิตใจที่ อ่อนไหวง่ายกว่าบุคคลทั่วไปที่เข้ารับการปรึกษา ผู้ให้ การปรึกษาจึงควรติดตาม และเอาใจใส่ต่อผู้รับการปรึกษา อย่างต่อเนื่อง สร้างสัมพันธ์ภาพที่ดี และสม่ำเสมอ เพื่อให้ ผู้รับการปรึกษาเกิดความรู้สึกปลอดภัย ไว้วางใจ ที่จะมา ขอรับการปรึกษามากขึ้น

10.1.2 การดำเนินการวิจัยระหว่างภาคต้นปี การศึกษามีจำนวนนิสิตที่ขอเข้ารับการปรึกษาค่อนข้างน้อย

ส่งผลต่อจำนวนนิสิตที่จะเข้ารับบริการ และโอกาสของผู้วิจัย ในการเก็บข้อมูล

### 10.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

10.2.1 ควรศึกษาเปรียบเทียบการนำเทคนิคการ สร้างความมั่นคงภายในไปใช้ในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แบบรายบุคคล และแบบกลุ่มในนิสิตระดับปริญญาตรี

10.2.2 ควรมีการติดตามผลหลังการให้การปรึกษา เชิงจิตวิทยาแต่ละคนอย่างต่อเนื่องในระยะหนึ่ง เพื่อศึกษา ความคงทนจากการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาโดยเสริม เทคนิคการสร้าง ความมั่นคงภายใน ต่อภาวะวิตกกังวล และ ภาวะซึมเศร้าของนิสิต

## 11. เอกสารอ้างอิง

### ภาษาไทย

จิตติพันธ์ ความคณิง. (2559). การปรึกษาแบบกลุ่มด้วย เทคนิคการสร้าง ความมั่นคงทางจิตใจเพื่อเสริมสร้าง ทักษะการเผชิญปัญหา สำหรับเยาวชนที่ถูกรังแก ผ่านโลกโซเชียล. วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัย ราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์, 10(2), 40-52.

พลิศรา อังคฺสิงห์ และศิริชัย หงส์สงวนศรี. (2555). โรค ทางจิตเวชของเด็กและวัยรุ่น. จิตเวชศาสตร์ รามาธิบดี (พิมพ์ครั้งที่ 3). ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะ แพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี.

พันธุ์นภา กิตติรัตน์ไพบูลย์. (2559). การสำรวจระดับจิตวิทยา สุขภาพจิตของคนไทยระดับชาติ ปี พ.ศ. 2556: วิธี การและกระบวนการ.” วารสารสุขภาพจิตแห่ง ประเทศไทย, 24(1), 1-14.

มานิช หล่อตระกูล. (2544). การฆ่าตัวตาย. การทบทวน องค์ความรู้และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในเรื่องระบอบ วิทยาของปัญหาสุขภาพจิตและโรคทางจิตเวช. สงขลา: ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

มานิช หล่อตระกูล และปราโมทย์ สุนนิชัย. (2558). จิตเวชศาสตร์รามาธิบดี (ฉบับเรียบเรียงครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตเวชศาสตร์คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี.

รัตนา สายพานิชย์ และสุวรรณี พุทธิศรี. (2548). จิตเวชศาสตร์รามาธิบดี. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตเวชศาสตร์คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี.

- รวีวรรณ คำเงิน. (2546). **ภาวะซึมเศร้าในเด็กโรคมะเร็งที่ได้รับเคมีบำบัด**. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิตสาขาวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุชาติ พหลภาคย์. (2554). **เทคนิคในการทำให้จิตใจของผู้ป่วยที่เคยได้รับความกระทบกระเทือนทางด้านจิตใจมั่นคงขึ้น**. ขอนแก่น: คลังนานาวิทยา.
- ภาษาอังกฤษ**
- Corey, G. (2012). **Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy**. Australia: Brooks/Cole.
- Fisak, B. J., Richard, D. & Mann, A. (2011). The Prevention of child and adolescent anxiety: **A meta-analytic review**. *Prevention Sciences*, 12, 255-268.
- Horwitz, A. G., Hill, R. M., and King, C. A. (2011). Specific coping behaviors in relation to adolescent depression and suicidal ideation. *Journal of adolescence*, 34, 1077-1085.
- Joseph, M. R., Tolulope, T. B., and Jing, L. (2015). Mood disorder: Depression on children and adolescents. *IACAPAP Textbook of child and adolescent mental health 2015 edition*. 1-36.
- Lilja, L., Hellzen, M., Lind, I., and Hellzen, O. (2006). The meaning of depression: Swedish nurses' perception of depressed inpatients. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 13, 269-278.
- Varcarolis, M.E. (2013). **Essentials of Psychiatric Mental Health Nursing**. Saunders, an imprint of Elsevier. Canada.
- Vatanasin, D., Thapinta, D., Thompson, E. A., & Thungjaroenkul, P. (2012). Testing a Model of Depression Among Thai Adolescents. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 25(4), 195-206.
- Videbeck, L.S. (2014). **Psychiatric Mental Health Nursing (6<sup>th</sup> ed)**. Lippincott Williams & Wilkins.
- Sandanger, I., T. Moum, G. Ingebrigtsen, T. Sorensen, O. S. Dalgard, and D. Bruusgaard. (1999). "The meaning and significance of caseness: The hopkins symptom checklist 25 and the composite international diagnostic interview II." *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 34 (1), 53-59.

## ผลของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

ทศพล โสมะนันท์<sup>1</sup>

จิตตินันท์ บุญสิทธิกุล<sup>2</sup>

ปวีณา อ่อนใจเอื้อ<sup>3</sup>

<sup>1</sup> ผู้นิพนธ์ประสานงาน โทรศัพท์ 081-732-0159 อีเมล : varangchan@hotmail.com

รับเมื่อ 17 เมษายน 2562 ตอบรับเมื่อ 17 พฤษภาคม 2562 DOI:10.14416/j.faa.2020.02.002

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏแห่งหนึ่ง ปีการศึกษา 2560 ซึ่งผู้วิจัยได้มาจากการเลือกอย่างเจาะจง เป็นนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา จำนวน 21 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ 1) กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา 2) แบบวัด การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ และ 3) แบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา ผู้วิจัยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบ Wilcoxon Signed Rank Test และการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของกลุ่มทดลองในระยะหลังการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ สูงขึ้นกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผลจากการวิเคราะห์บันทึกการเรียนรู้ กลุ่มตัวอย่างสะท้อนว่า จะต้องมีการตรวจสอบข้อมูลก่อนที่จะเชื่อสื่อออนไลน์หรือเผยแพร่สื่อออนไลน์ต่อ นอกจากนั้นจะระมัดระวังในการเผยแพร่ข้อมูลที่เป็นส่วนตัว และเลือกรับสื่อออนไลน์ที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเอง

**คำสำคัญ :** กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ไตรสิกขา การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์

<sup>1</sup> นิสิตรระดับปริญญาโท หลักสูตรสาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

<sup>2</sup> รองศาสตราจารย์ ดร. ประจำคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

<sup>3</sup> อาจารย์ประจำ ดร. ประจำคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

## The Effects of Learner Development Activities based on Tri-Sikkha on Online Media Literacy of Undergraduate Students

1 Corresponding Author, Tel. 08 1732 0159 E-mail : varangchan@hotmail.com

Receive 17 April 2019; Accepted 17 May 2019

Tosapol Somanandana<sup>1</sup>

Jittinun Boonsathirakul<sup>2</sup>

Paweena OnJai-Uea<sup>3</sup>

### Abstract

The purposes of this research is to study Learner Development Activities based on Tri-Sikkha on Online Media literacy of Undergraduate Students. The participants in this study were 21 undergraduate students at Faculty of Humanity and Social Science, Rajabhat University, selected by purposive sampling. The instruments used in this Undergraduate research consisted of 1) Learner Development Activities based on Tri-Sikkha on Media literacy of Undergraduate Students 2) the Online Media literacy test and 3) the Opinions towards Participating in the Activities Questionnaire. Means, Standard Deviation, Wilcoxon signed rank test and Content Analysis were used to analyze data.

The results revealed that the experimental group had the post-test scores of Online Media literacy higher than the pre-test at the significant level at .01. The results from learning records showed that the participants reported that after participating in the activities help them to recheck the information before believing or sharing them. In addition, the participants said that they would share personal information carefully and they wanted to get only beneficial information to improve themselves.

**Keywords :** Learner Development Activities, Tri-Sikkha, Media literacy

---

<sup>1</sup> M.A. Student, Department of Educational Psychology and Guidance, Faculty of Education, Kasetsart University

<sup>2</sup> Associate Professor, Ed.D. Faculty of Education, Kasetsart University

<sup>3</sup> Lecturer, Ph.D. Faculty of Education, Kasetsart University



## 1. บทนำ

ในปัจจุบันการเปลี่ยนผ่านจากสังคมอุตสาหกรรม (Industrial Society) เข้าสู่สังคมฐานความรู้ (Knowledge Based Society) ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมากมายทั้งด้าน เศรษฐกิจ สังคมและการศึกษา ประกอบกับความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารมีความรวดเร็ว ส่งผลให้บุคคลได้รับข้อมูลข่าวสารอย่างรวดเร็วทั้งทางบวก และทางลบ ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้คนใน สังคมนานับการ โดยเฉพาะผลกระทบที่เกิดกับวัยรุ่นที่ยังมี วุฒิภาวน้อยได้มีโอกาสได้รับรู้ข้อมูลข่าวสารต่างๆ อย่าง เปิดกว้างและไร้ขีดจำกัด วัยรุ่นเหล่านั้นถูกถ่ายทอดและ การซึมซับข้อมูลจากสื่อที่มีข้อมูลที่ถูกและข้อมูลที่บิดเบือน ผ่านสื่อออนไลน์ หรืออินเทอร์เน็ตที่ไม่มีกรกลั่นกรอง ทำให้ วัยรุ่นเหล่านั้นตกเป็นเครื่องมือของบุคคลอื่นผ่านสื่อสังคม ออนไลน์อยู่เสมอ

จากผลการสำรวจของสำนักงานพัฒนาธุรกรรม ทางอิเล็กทรอนิกส์ (2559) พบว่าคนไทยใช้อินเทอร์เน็ตเฉลี่ย 6.4 ชั่วโมงต่อวัน (หรือ 45 ชั่วโมงต่อสัปดาห์) จากสถิติดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า เวลาในการใช้สื่อออนไลน์ของบุคคล ในปัจจุบันนั้น เปลี่ยนแปลงจากสมัยก่อนอย่างคาดไม่ถึง ซึ่งส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตของบุคคลอย่างมาก บุคคล ทั่วไปสามารถเป็นเจ้าของสื่อได้อย่างง่ายดาย และสามารถ แพร่กระจายสื่อของตนเองได้อย่างรวดเร็วโดยไม่ผ่านการ กรองจากบุคคลอื่นๆ ก่อนที่จะเผยแพร่ในเครือข่ายสังคม (พันธ์ศักดิ์ อาภาขจร, 2560) ดังนั้นถ้าวัยรุ่นได้รับข้อมูล ดังกล่าวอย่างขาดวิจารณญาณย่อมส่งผลเสียต่อบุคคลนั้นๆ นักวิชาการได้แบ่งพัฒนาการของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ไว้ว่า มีอายุอยู่ในช่วง 19-22 ปี ซึ่งเป็นช่วงอายุที่จัดเป็น วัยรุ่นตอนปลาย (รัฐจวน คำวิฑิตพิทักษ์, 2557; ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2553) หากเทียบตามปีเกิด จึงเป็นผู้ที่เกิดใน ปี พ.ศ. 2543 ขึ้นไป เป็นผู้ที่อยู่ใน Generation Z เป็นคนที่ เติบโตมาพร้อมกับเทคโนโลยี การสื่อสาร และการติดโลก ออนไลน์ (รศรินทร์ เกรย์ อุมารณ ภัทรวาณิชย์ อักษรภาค หลีกทอง และเจตพล แสงกล้า, 2559) นักศึกษากลุ่มนี้จึง จำเป็นต้องปรับตัวกับเทคโนโลยีได้อย่างมีประสิทธิภาพ นักศึกษาบางส่วนติดการใช้สื่อออนไลน์จนทำให้ผลการเรียน เสีย และสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนและคนรอบข้างก็เสียไปด้วย จึงจำเป็นต้องหาแนวทางแก้ไขปัญหาด้านการติดสื่อออนไลน์ จำเป็นต้องใช้การแก้ไขปัญหาดังกล่าวโดยการใช้ปัญญาเพื่อไม่ให้นักศึกษาหลงใหลและหลงเชื่อในสื่อออนไลน์ที่หลั่งไหลเข้ามาสู่สายตาตลอดเวลาผ่านมือถือหรือเครื่องมือสื่อสารอื่นๆ

การรู้เท่าทันสื่อ หมายถึง ความเข้าใจต่อเนื้อหาที่สื่อ นำเสนอข้อมูลมาได้อย่างชัดเจน โดยสามารถวิเคราะห์ถึง เจตนาของสื่อ ประเมินคุณค่าของข้อมูลที่ได้รับ โดยไม่ตกอยู่ ภายใต้อิทธิพลของสื่อ ตระหนักถึงผลกระทบของสื่อที่มี ต่อบุคคลและสังคมและรู้จักเลือกและใช้สื่อได้เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคมได้ (Bazzalgette, 2007; บุษพา เมฆศรีทองคำ, 2554; เทอดศักดิ์ ไม้เท้าทอง, 2557) การรู้เท่าทันสื่อประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ ได้แก่ การเข้าถึง (Access) คือ การรับสื่อประเภทต่างๆ ได้อย่าง รวดเร็ว การได้รับสื่อประเภทต่างๆ ได้อย่างเต็มที่และรวดเร็ว สามารถรับรู้และเข้าใจเนื้อหาของสื่อประเภทต่างๆ ได้อย่าง เติบโตความสามารถ มีการแสวงหาข่าวสารได้จากสื่อหลาย ประเภท พร้อมทั้งทำความเข้าใจความหมายอย่างมี ประสิทธิภาพ การวิเคราะห์ (Analysis) การตีความเนื้อหา สื่อตามองค์ประกอบและแบบฟอร์มของสื่อแต่ละประเภทว่า สิ่งทีื่อนำเสนอนั้นส่งผลกระทบอะไรบ้างต่อสังคม โดยใช้ พื้นความรู้เดิมและประสบการณ์ในการคาดการณ์ถึงผลที่ จะเกิดขึ้น การวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมายของสื่อ บริบทต่างๆ ของสื่อที่ส่งผลกระทบต่อการนำเสนอของสื่อ โดยอาจใช้วิธี การวิเคราะห์เปรียบเทียบ การแยกองค์ประกอบย่อยต่างๆ หรือการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเหตุและผลการทำความเข้าใจ เนื้อหาบริบทที่ต้องการสื่อ การประเมินค่าสื่อ (Evaluate) เป็นผลจากการวิเคราะห์สื่อที่ผ่านมาทำให้สามารถที่จะ ประเมินคุณภาพ ของเนื้อหาที่มีคุณค่าต่อผู้รับสารมากน้อย เพียงใด สามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อผู้รับสาร ในด้านใดได้บ้าง คุณค่าที่เกิดขึ้นเป็นคุณค่าที่เกิดขึ้นทางใจ อารมณ์ ความรู้สึก หรือมีคุณค่าทางศีลธรรม จรรยาบรรณ สังคม วัฒนธรรมหรือประเพณี โดยสร้างความเกี่ยวข้องของ เนื้อหากับประสบการณ์ พร้อมเสนอความเห็นในแง่มุมมองที่ หลากหลาย การสร้างสรรค์ (Create) การเรียนรู้สื่อ รวมถึง การพัฒนาทักษะ การสร้างสื่อในแบบฉบับของตนเองขึ้นมา เมื่อผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจสามารถวิเคราะห์วิจารณ์ ประเมินค่าสื่อได้อย่างถ่องแท้แล้ว ทุกคนจะต้องวางแผน เขียนบท ค้นหาข้อมูลเนื้อหาประกอบ ความสามารถในการ สร้างสรรค์ (หรือสื่อสาร) เนื้อหาโดยการเขียนบรรยาย ความคิด ใช้คำศัพท์ เสียง หรือการสร้างภาพให้มีประสิทธิภาพ ตามวัตถุประสงค์ที่หลากหลาย (พรทิพย์ เย็นจะบก, 2552; อุษา บิ๊กกันส์, 2555)

จากปัญหาดังกล่าวข้างต้น การพัฒนาตนเองให้ รู้เท่าทันสื่อออนไลน์จึงเป็นสิ่งจำเป็น ที่ช่วยนักศึกษาให้มี ข้อมูลเพียงพอสำหรับเข้าใจเนื้อหาของสื่อออนไลน์

ผลกระทบที่เกิดขึ้นทั้งต่อตัวตนและโลกของตนเอง เนื่องจากการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ จึงเป็นการเน้นพัฒนาด้านความคิดหรือกระบวนการทางปัญญาที่ช่วยให้ผู้รับสารมีความรู้ ความเข้าใจ และมีทักษะในการรับ เลือก วิเคราะห์ สังเคราะห์ ประเมินค่า จัดกลุ่มข้อมูล ตอบโต้แสดงความคิดเห็นต่อสื่อออนไลน์อย่างมีเหตุผล รู้ถึงผลกระทบของเนื้อหาสื่อออนไลน์ว่า มีผลต่อพฤติกรรมอย่างไร (Potter, 2011; สุตารัตน์ ดิษยวรรณะ จันทราวัฒนากุล, 2550; บุปผา เมฆศรีทองคำ และดนุลดา จามจุรี, 2554)

การพัฒนาผู้เรียนให้เกิดคุณลักษณะดังกล่าวได้นั้น จึงเป็นการจัดกิจกรรมผ่านกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ซึ่งกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เรียนได้นำองค์ความรู้ ทักษะจากการเรียนรู้และประสบการณ์ของผู้เรียนมาปฏิบัติ เพื่อพัฒนาให้ตนเองเป็นคนดี มีคุณธรรม จริยธรรม มีวินัย และมีจิตสำนึกสาธารณะที่ดีงาม เป็นคนมีปัญญาในการใช้ ทักษะชีวิต การคิด การสื่อสาร การแก้ปัญหา และการใช้ เทคโนโลยี และเป็นคนมีความสุขในการดำเนินชีวิตอย่าง พอเพียง โดยอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสร้างสรรค์ (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2553) โดยการนำ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนมาบูรณาการร่วมกับหลักไตรสิกขา ซึ่งไตรสิกขา หมายถึง กระบวนการพัฒนาบุคคลให้เกิดเป็น ชีวิตที่ดีงาม โดยมีการพัฒนาด้าน 3 ด้านอย่างเป็นองค์รวม ได้แก่ ศีล คือ การประพฤติทางกายและวาจาที่ดีงาม ไม่ทำให้ ตนเองและผู้อื่นเดือดร้อน สมาธิ คือ การบังคับจิตใจของ ตนเองให้อยู่ในสภาพที่เป็นประโยชน์และพร้อมทำงาน และ ปัญญา คือ การฝึกฝนอบรมให้เกิดความรู้และความเข้าใจ ที่ถูกต้อง ได้แก่ ความเชื่อที่มีเหตุผล การรู้จักคิด พิจารณา ตรวจสอบความรู้ ความเข้าใจ การนำความรู้มาใช้เพื่อ แก้ปัญหา ความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริง (สมน อมรวิวัฒน์, 2544; พระปราโมทย์ ปาโมชโช, 2549; พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2555) กระบวนการ เรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา กระบวนการของการศึกษา บนรากฐานของไตรสิกขา ได้แก่ สัมมาทิฐิ เป็น แก่นนำ และเป็นฐานแล้ว กระบวนการแห่งการศึกษาภายในตัวบุคคล ที่ยังไม่รู้เรียนให้รู้ เมื่อ รู้แล้วยังไม่เข้าใจ พิจารณาให้เข้าใจ เมื่อพิจารณา ให้เข้าใจก็ดำเนินไปได้ กระบวนการศึกษานี้ แบ่งเป็น 3 ขั้นตอนใหญ่ๆ เรียกว่า ไตรสิกขา ได้แก่ การฝึกฝน อบรมในด้านความ ประพฤติ ระเบียบวินัย ความสุจริต ทางวาจาและอาชีวะ เรียกว่า อธิศีลสิกขา เรียกว่าศีล การฝึก อบรมทางจิตใจ การปลูกฝังคุณธรรม สร้างเสริมคุณภาพ สมรรถภาพและสุขภาพจิต เรียกว่า อธิจิตตสิกขา เรียกว่า

สมาธิ และการฝึกอบรมทางปัญญา ให้เกิดความรู้เข้าใจสิ่ง ทั้งหลายตามเป็นจริง รู้ความเป็นไปตามเหตุปัจจัยทำให้ แก้ปัญหาไปตามแนวทางเหตุผล รู้เท่าทันโลกและชีวิต จนสามารถทำจิตใจให้บริสุทธิ์ หลุดพ้นจากความยึดติดถือมั่น ในสิ่งต่างๆ ดับกิเลสดับทุกข์ได้ เป็นอยู่ด้วยจิตใจอิสระ ผ่องใส เบิกบาน เรียกว่า อธิปัญญาสิกขา เรียกว่า ปัญญา (ขวัณษา เอกจิตต์ และอุทัย สติมัน, 2559)

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา จึงมุ่งให้ นักศึกษาได้พัฒนาด้านทั้งทางด้านความประพฤติทางกาย วาจา และอาชีพให้มีความดีที่สุจริตและเกื้อกูล (ศีล) การพัฒนา จิตใจให้เจริญได้ที่ (สมาธิ) และการฝึกปัญญาให้รู้คิดเข้าใจ มองเห็นตามเป็นจริง (ปัญญา) ซึ่งจะทำให้เกิดเป็นผลคือ การ เดินหน้าไปในทางหรือวิถีชีวิตที่ดีงาม (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2555) คุณลักษณะทั้ง 3 ด้าน มีความสัมพันธ์ ซึ่งกันและกัน ผู้ที่ได้รับการพัฒนาด้านหลักไตรสิกขา จะส่งผลให้เป็นบุคคลที่เก่ง ดี และมีความสุข มีการรู้เท่าทัน สื่อออนไลน์ และมีความรู้เท่าทันในการดำเนินชีวิต นักศึกษา ที่ได้รับการฝึกฝนจนเกิดคุณลักษณะตามหลักไตรสิกขา จะเป็นผู้ที่สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม ไม่ตกอยู่ใน อำนาจของสื่อออนไลน์ เทคโนโลยี เพราะมีความรู้เท่าทัน มีความเข้าใจอย่างถูกต้อง เมื่อนักศึกษาเข้าใจความจริงตาม ลักษณะนี้ ก็จะทำให้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองเพื่อ เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคมมากขึ้น (พระมหาเสกสรรค์ จิรภาโส, 2552)

นักศึกษาในระดับปริญญาตรีอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอน ปลาย ที่มีการควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น มีความมั่นคงทางจิตใจ มีความคำนึงและยอมรับความคิดของผู้อื่น จึงเหมาะกับ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนา การรู้ เท่าทันสื่อออนไลน์ เนื่องจากจะทำให้นักศึกษาเกิดการ ไตรตรองความเชื่อของตนเองที่มีต่อข้อมูลที่ได้รับ จากนั้น นำมาสู่ความรู้สึกที่เกิดขึ้นต่อข้อมูลนั้น และแสดงออกมา เป็นพฤติกรรม เนื่องจากข้อมูลจากสื่อออนไลน์นั้นย่อม กระทบต่ออารมณ์/ความรู้สึกของผู้ได้รับข้อมูลนั้น ซึ่งจะ ออกมาทางลบหรือทางบวกนั้น ขึ้นอยู่กับความเข้าใจที่มีต่อ ข้อมูลนั้นนั่นเอง ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความ สนใจที่จะนำ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขามาพัฒนาการรู้ เท่าทันสื่อออนไลน์ให้แก่นักศึกษาในระดับปริญญาตรี

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลัก ไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ของนักศึกษาระดับ ปริญญาตรี

### 3. สมมติฐานการวิจัย

นักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์มีคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม

### 4. คำถามการวิจัย

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาสามารถพัฒนาให้เกิดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ได้หรือไม่ อย่างไร

### 5. วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Design) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองเพียงกลุ่มเดียว วัดตัวแปรตามก่อนและหลังการทดลอง (One Group Pre-Post Test Design)

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏแห่งหนึ่ง ปีการศึกษา 2560 ซึ่งผู้วิจัยได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยเป็นนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยาที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 1) ตัวแปรต้น คือ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา และ 2) ตัวแปรตาม คือ คะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มีดังต่อไปนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ เป็นกิจกรรมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยบูรณาการหลักไตรสิกขาเข้ากับแนวคิดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน จำนวน 10 ครั้ง แต่ละครั้งจะให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เห็นถึงความเชื่อมโยงระหว่างศีลสมาธิ และปัญญาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ โดยด้านศีล คือ พฤติกรรมที่แสดงออกถึงการรับเลือกรับสื่อออนไลน์ที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต ด้านสมาธิ คือ ความพยายามในการควบคุมจิตใจของตนเองไม่ให้หลงใหลไปกับความบันเทิงของสื่อออนไลน์ แต่เป็นการพยายามควบคุมจิตใจของตนเองให้เปิดรับสื่อออนไลน์ในทางที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต และด้านปัญญา คือ การพิจารณาถึงประโยชน์และโทษของเนื้อหาที่สื่อออนไลน์นำเสนอ รวมถึง

วิเคราะห์จุดมุ่งหมายที่สื่อออนไลน์นำเสนอเนื้อหาให้ได้ ซึ่งมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเหมาะสมของกิจกรรมฯ และผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 4 ท่าน เป็นผู้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยแบ่งเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ออกเป็น 2 ชุด ได้แก่

2.1 แบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ที่สร้างขึ้นโดยปรกรณ์ประจักษ์บาน และอนุชา กอนพวง (2558) โดยผู้วิจัยนำมาปรับปรุง ข้อคำถามและสร้างข้อคำถามเพิ่มให้สอดคล้องกับพฤติกรรมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งสิ้น 32 ข้อ เป็นมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) มี 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด ซึ่งครอบคลุมการวัด 4 องค์ประกอบหลักของการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ได้แก่ 1) องค์ประกอบด้านการเข้าถึง คือมีความสามารถและโอกาสในการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร สามารถเข้าใจ เนื้อหาและมีความสามารถในการใช้สื่อออนไลน์ประเภทต่างๆ เพื่อค้นคว้าข้อมูลได้ โดยไม่ยึดติดกับสื่อออนไลน์ ประเภทใดประเภทหนึ่งมากเกินไป 2) องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์ คือ การวิเคราะห์เนื้อหาที่สื่อออนไลน์นำเสนอออกมาด้วยความเข้าใจ อย่างเป็นเหตุเป็นผลโดยปราศจากอคติส่วนตัว รวมทั้งสามารถวิเคราะห์วัตถุประสงค์และเจตนาที่สื่อออนไลน์ถ่ายทอดออกมาได้ว่า ต้องการให้เกิดผลกระทบอย่างไรต่อสังคม 3) องค์ประกอบด้านการประเมินค่า คือ การเลือกรับข้อมูลข่าวสารจากสื่อออนไลน์ต่างๆ การประเมินคุณภาพของเนื้อหาว่ามีคุณค่าต่อผู้รับสารมากน้อย และ 4) องค์ประกอบด้านการสร้างสรรค์ คือ การนำเสนอข้อมูลผ่านสื่อออนไลน์ได้อย่างเหมาะสม ตรงไปตรงมา เผยแพร่ข้อมูลได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเสนอความคิดเห็นของตนอย่างสร้างสรรค์ ซึ่งมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความเหมาะสมของกิจกรรมฯ และผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 4 ท่าน เป็นผู้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา และมีการหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ได้เท่ากับ 0.85 และมีค่า IOC (Index of Item-Objective Congruency) ได้ค่า IOC อยู่ระหว่าง .80-1.00

2.2 แบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา เป็นแบบสอบถามประเภทมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุดเพื่อให้นักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมได้สะท้อนความคิดเห็นต่อการจัดกิจกรรมของผู้วิจัยทั้ง 10 ครั้ง รวมทั้งสะท้อนประสบการณ์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม โดยลักษณะข้อคำถามจะประกอบด้วย 2 ส่วน คือ ส่วนที่เป็นคำถามปลายเปิด และคำถามปลายปิด

## 6. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัย  
1) วิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากแบบวัด การรู้เท่าทันสื่อของนักศึกษากลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง 2) วิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อของนักศึกษากลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง ด้วยโดยใช้สถิติ Wilcoxon Signed Rank Test และ 3) วิเคราะห์แบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน โดยวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

### ตารางที่ 1 รายละเอียดกิจกรรม

| ครั้งที่       | วัตถุประสงค์                                                                                                                                                             | แนวคิดในการจัดกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>ปฐมนิเทศ  | 1. เพื่อสร้างความคุ้นเคยกับผู้ร่วมกิจกรรม<br>2. เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ลักษณะกิจกรรม ให้แก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรม                                                           | ปฐมนิเทศเป็นการสร้างความคุ้นเคยกับผู้เข้าร่วมกิจกรรม รวมทั้งเป็นการชี้แจงให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเข้าใจวัตถุประสงค์ของการทำกิจกรรม ซึ่งจะก่อให้เกิดการเห็นคุณค่าของการเข้าร่วมกิจกรรม                                                                                                                                                                                                         |
| 2<br>สามประสาน | 1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความเข้าใจกระบวนการทำงานของไตรสิกขา<br>2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตระหนักถึงความสำคัญของการทำงานอย่างสามประสาน ระหว่างศีล สมาธิ ปัญญา | ความคิด จิตใจ และพฤติกรรมมีความเชื่อมโยงกันโดยพฤติกรรมที่แสดงออกมาจะดีหรือไม่ดีนั้น ขึ้นอยู่กับความคิด ความเชื่อ และความรู้สึก ต่อเหตุการณ์นั้น ถ้ามีความคิด ความเชื่อต่อเหตุการณ์นั้นตามความเป็นจริง (ปัญญา) จะส่งผลให้มีสติ มีความพยายามกระทำในเรื่องที่ดี และจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ตั้งใจได้ (สมาธิ) และแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อชีวิต (พฤติกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อชีวิต-ศีล) |

## 7. การดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Design) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองเพียงกลุ่มเดียว วัดตัวแปรตามก่อนและหลังการทดลอง (One Group Pre-Post Test Design)

ผู้วิจัยแบ่งการดำเนินการเป็น 3 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นตอนเตรียมการวิจัย 2) ขั้นตอนดำเนินการวิจัย 3) ขั้นตอนสรุปผลการวิจัย โดยมีรายละเอียดในแต่ละขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนเตรียมการวิจัย ผู้วิจัยทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา และ การรู้เท่าทันสื่อ จากนั้นผู้วิจัยประชาสัมพันธ์กิจกรรมเพื่อเชิญชวนนักศึกษาเข้าร่วมการทำกิจกรรมเพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อ โดยให้มาลงชื่อสมัครได้ที่อาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยา

ขั้นตอนดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยให้นักศึกษาอาสาสมัครทำแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ก่อนเริ่มการทดลอง จากนั้นให้นักศึกษากลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมทั้งหมด 10 ครั้ง ตามที่ผู้วิจัยวางแผนไว้ ซึ่งรายละเอียดกิจกรรมแสดงดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 (ต่อ)

| ครั้งที่                                                    | วัตถุประสงค์                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | แนวคิดในการจัดกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3<br>เรื่องเล่าจาก<br>คุณหมอ<br>ผู้ล้มกระเป๋<br>ไว้บนรถเมล์ | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถเข้าถึงเนื้อหาสาระที่แท้จริงของสื่อออนไลน์ได้ (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง)</li> <li>2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถวิเคราะห์เนื้อหาและเจตนาในการส่งสารของสื่อออนไลน์ได้ (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์สื่อ)</li> </ol>                                                                                                                           | <p>การให้ข่าวสารในปัจจุบัน บางครั้งผู้ให้ข่าวสารต้องการให้ข่าวสารเพียงด้านเดียว เพื่อเร้าอารมณ์และความรู้สึกของผู้อ่านเท่านั้น ดังนั้นผู้ที่รับข่าวสารจึงต้องเข้าถึงข้อมูลเดียวกันในแง่มุมที่หลากหลาย (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง) และวิเคราะห์เรื่องราวที่ได้รับจากข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้น ไม่ใช่จากอารมณ์และความรู้สึกที่เกิดขึ้น รวมทั้งเข้าใจเจตนาของสื่อออนไลน์ที่ถ่ายทอดออกมาได้ว่าเป็นไปเพื่อให้ข้อเท็จจริง หรือ เพื่อกระตุ้นความรู้สึกของคนในสังคม (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์)</p>                                    |
| ครั้งที่ 4<br>เรียกยอด like                                 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถวิเคราะห์เนื้อหาและเจตนาในการส่งสารของสื่อออนไลน์ (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์สื่อ)</li> <li>2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมประเมินคุณค่าของเนื้อหาสาระจากสื่อออนไลน์ได้ (องค์ประกอบด้านการประเมินค่าสื่อ)</li> <li>3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเห็นแนวทางในการใช้สื่อออนไลน์อย่างสร้างสรรค์ (องค์ประกอบด้านการใช้สื่ออย่างสร้างสรรค์)</li> </ol> | <p>Social Media เป็นสื่อออนไลน์ที่ง่ายต่อการเข้าถึงและง่ายต่อการให้ข่าวสารดังนั้นจึงมีเด็กวัยรุ่นจำนวนมากใช้สื่อออนไลน์ในทางที่ไม่สร้างสรรค์เพื่อเรียกความสนใจ โดยเป็นยอด like ดังนั้นผู้รับสารจึงต้องมีการวิเคราะห์ถึงเจตนาของผู้ส่งสาร (การวิเคราะห์) รวมทั้งสามารถประเมินคุณค่าของสื่อออนไลน์ (การประเมินค่าสื่อ) ที่ได้รับรวมทั้งใช้ Social Media ในทางที่พัฒนาตน (การใช้สื่ออย่างสร้างสรรค์) มากกว่าการทำให้ตนดูด้อยค่า</p>                                                                                            |
| ครั้งที่ 5<br>ครีมหน้าแดง                                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อทำความเข้าใจเนื้อหาที่สื่อออนไลน์ต้องการสื่อสารออกมาอย่างแท้จริง (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง)</li> <li>2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิเคราะห์เนื้อหาและเจตนาในการส่งสารของสื่อออนไลน์ (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์สื่อ)</li> <li>3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถตัดสินใจเลือกเชื่อ/ไม่เชื่อข้อมูลที่สื่อออนไลน์ ส่งสารมาให้ (องค์ประกอบด้านการประเมินค่าสื่อ)</li> </ol>  | <p>Social Media เป็นสื่อออนไลน์ที่เข้าถึงได้ง่าย ดังนั้นจึงมีผู้ขายสินค้าหลายราย นำมาเป็นช่องทางเพื่อโฆษณาและให้ข้อมูลในลักษณะที่เกินจริง รวมทั้งมีการให้หลักฐานสนับสนุนจากการรีวิวสินค้าเพื่อโน้มน้าวให้เชื่อและต้องการซื้อสินค้านั้น ผู้รับข่าวสารจึงต้องพยายามหาข้อมูลให้รอบด้านเกี่ยวกับสินค้านั้น (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง) และสามารถวิเคราะห์เจตนาของโฆษณา (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์) รวมทั้งสามารถตัดสินใจเลือกเชื่อ/ไม่เชื่อ โฆษณาเหล่านั้นโดยพิจารณาจากข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้น (องค์ประกอบด้านการประเมินค่า)</p> |

ตารางที่ 1 (ต่อ)

| ครั้งที่                    | วัตถุประสงค์                                                                                                                                                                                                                                                                 | แนวคิดในการจัดกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ครั้งที่ 6<br>เช็คก่อนเชื่อ | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมค้นหาข้อมูลได้อย่างรอบด้านก่อนเชื่อในข้อมูลนั้น (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง)</li> <li>2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวิเคราะห์เนื้อหา ก่อนตัดสินใจเชื่อ (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์สื่อ)</li> </ol>          | <p>Social Media เป็นแหล่งข้อมูลที่เข้าถึงได้ง่าย ดังนั้นจึงมีบุคคลหลายคนนำมาเป็นช่องทางในการให้ข้อมูลต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต ซึ่งข้อมูลเหล่านั้นมีทั้งข้อมูลที่เป็นความจริง และข้อมูลที่ไม่เป็นความจริง แต่มีผู้คนมากมายที่ได้รับข้อมูลบางอย่างที่มองว่า เป็นประโยชน์ต่อชีวิต และเลือกที่จะเชื่อหรือปฏิบัติตามข้อมูลนั้น โดยไม่ตรวจสอบความจริงก่อนเชื่อ ก็อาจจะทำให้เกิดผลเสียต่อการดำเนินชีวิตได้ (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง) ดังนั้นก่อนเลือกที่จะเชื่อข้อมูลอะไรควรมีการตรวจสอบข้อมูลนั้นอย่างละเอียดถี่ถ้วนก่อนที่จะเชื่อหรือปฏิบัติตาม ก็จะทำให้ไม่เกิดผลเสียตามมา</p>                                                                                                   |
| ครั้งที่ 7<br>เช็คก่อนแชร์  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถวิเคราะห์เนื้อหาที่แท้จริงของเรื่องราวได้ (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์สื่อ)</li> <li>2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถหาข้อมูลที่ครบถ้วนของเรื่องราวนั้นได้ (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง)</li> </ol> | <p>การแสดงความคิดเห็นต่อข้อมูลข่าวสารที่ได้รับ บางครั้งผู้คนใช้เพียงความรู้สึกของตนเองในการตัดสินใจเรื่องราวนั้นๆ โดยขาดการหาข้อมูลที่เป็นข้อเท็จจริง</p> <p>จากเรื่องราวที่เกิดขึ้น (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง) และตัดสินใจกระทำของผู้อื่นจากความรู้สึกของตนเอง ดังนั้นก่อนแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องราวต่างๆ ในสังคมจึงควรหาข้อมูลอย่างรอบด้านและแสดงความคิดเห็นต่อเรื่องราวนั้นอย่างเป็นไปตามหลักเหตุผล (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์)</p> <p>กิจกรรมนี้จึงสะท้อนถึงการกระทำของคนใน Social Media ที่เห็นข้อมูลไม่รอบด้านแล้วใช้ความรู้สึกของตนเองตัดสินใจเรื่องราวนั้นๆ โดยไม่เห็นข้อมูลอย่างรอบด้าน ซึ่งจะพบว่า การกระทำแบบนี้ เป็นการกระทำที่เกิดขึ้นบ่อยครั้งและส่งผลเสียตามมามากมาย</p> |



ตารางที่ 1 (ต่อ)

| ครั้งที่                         | วัตถุประสงค์                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | แนวคิดในการจัดกิจกรรม                                                                                                               |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ครั้งที่ 8-9<br>บูรณาการกับชีวิต | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสำรวจลักษณะการเข้าถึง Social Media ของตนเองในชีวิตประจำวัน (องค์ประกอบด้านการเข้าถึง)</li> <li>2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถวิเคราะห์รูปแบบการใช้ Social Media ของตนในชีวิตประจำวัน (องค์ประกอบด้านการวิเคราะห์)</li> <li>3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถประเมินว่าตนใช้ Social Media ในทางที่เกิดประโยชน์ในการพัฒนาตนหรือเพื่อความบันเทิง (องค์ประกอบด้านการประเมินค่า)</li> <li>4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมวางแผนในการใช้ Social Media อย่างสร้างสรรค์ (องค์ประกอบด้านการสร้างสรรค์)</li> </ol> | เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถบูรณาการสิ่งที่ได้เรียนรู้เพื่อนำไปประยุกต์ใช้กับตนเองได้ ภายหลังจากการเสร็จสิ้นการทำกิจกรรมร่วมกัน |
| ครั้งที่ 10<br>ปัจฉิมนิเทศ       | เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมไปประยุกต์ใช้                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | เพื่อสรุปกิจกรรม รวมทั้งให้แนวทางในการประยุกต์สิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน                             |

เมื่อนักศึกษากลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมทั้ง 10 ครั้งแล้ว ผู้วิจัยให้นักศึกษากลุ่มทดลองทำแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์อีกครั้ง

ขั้นตอนการวิจัย ผู้วิจัยนำผลจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ในระยะก่อนและหลังการทดลองมาวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่าง รวมทั้งวิเคราะห์ผลที่ได้จากบันทึกการเรียนรู้ และแบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา

## 8. ผลการวิจัย

ผู้วิจัยแสดงผลการวิจัย แบ่งออกเป็น 4 ตอน โดยมีรายละเอียด ดังนี้

### ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง 21 คน แบ่งออกเป็นเพศชาย จำนวน 7 คน และเพศหญิง จำนวน 14 คน ทั้งหมดเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 ในสาขาวิชาจิตวิทยา

ตอนที่ 2 การเปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของนักศึกษากลุ่มทดลองและผลการทดสอบสมมติฐาน รายละเอียดดังตารางที่ 2

**ตารางที่ 2** แสดงการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

| ระยะ | อันดับที่ของผลต่างคะแนน            | จำนวน | ค่าเฉลี่ย<br>อันดับที่ | ผลรวม<br>อันดับที่ | Z     | p   |
|------|------------------------------------|-------|------------------------|--------------------|-------|-----|
| ก่อน | อันดับของผลต่างที่มีเครื่องหมายลบ  | 0     | 0                      | 0                  | -4.01 | .00 |
| หลัง | อันดับของผลต่างที่มีเครื่องหมายบวก | 21    | 11                     | 231.00             |       |     |
|      | รวม                                | 21    |                        |                    |       |     |

\*  $p < .05$

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของกลุ่มทดลองในระยะหลังการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ สูงขึ้นกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

**ตอนที่ 3** ผลการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อ

ออนไลน์ของนักศึกษาในกลุ่มทดลองเมื่อแยกตามองค์ประกอบรายละเอียดดังตารางที่ 3

**ตอนที่ 4** ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ และต่อผู้วิจัยเมื่อเสร็จสิ้นการทดลอง ทั้ง 10 ครั้ง รายละเอียดดังตารางที่ 4

**ตารางที่ 3** ผลการเปรียบเทียบคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ แยกตามองค์ประกอบ

| องค์ประกอบ        | ก่อน  | หลัง  | p   |
|-------------------|-------|-------|-----|
| การเข้าถึง        | 32.33 | 38.47 | .00 |
| การวิเคราะห์      | 31.38 | 39.28 | .00 |
| การประเมินค่าสื่อ | 32.85 | 39.71 | .00 |
| การสร้างสรรค์     | 31.00 | 39.66 | .00 |

**ตารางที่ 4** ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษา

| ข้อความ                                                | ค่าเฉลี่ย | ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน | ระดับความหมาย |
|--------------------------------------------------------|-----------|---------------------|---------------|
| 1 ความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมการจัดกิจกรรม             | 4.41      | 0.51                | มาก           |
| 2 ความเหมาะสมของลำดับขั้นตอนในการจัดกิจกรรม            | 4.00      | 0.61                | มาก           |
| 3 ความเหมาะสมของระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม          | 4.35      | 0.61                | มาก           |
| 4 ความเหมาะสมของเอกสารและสื่อประกอบการจัดกิจกรรม       | 4.41      | 0.62                | มาก           |
| 5 ความเหมาะสมของสถานที่จัดกิจกรรม                      | 4.29      | 0.59                | มาก           |
| 6 มีการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสม                        | 4.18      | 0.64                | มาก           |
| 7 ได้รับประโยชน์ในการเข้าร่วมกิจกรรม                   | 4.47      | 0.62                | มาก           |
| 8 สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน | 4.59      | 0.62                | มากที่สุด     |
| 9 ความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมโดยภาพรวม            | 4.59      | 0.62                | มากที่สุด     |

## 9. อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยแบ่งออกเป็น 2 ประเด็น โดยมีรายละเอียดดังนี้

### 9.1 การพัฒนากิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์

การพัฒนากิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา นี้ ประกอบด้วยกิจกรรมทั้งหมด 10 ครั้ง ซึ่งเป็นการมุ่งเน้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เข้าใจถึงความเชื่อมโยงระหว่างความคิด จิตใจ และพฤติกรรมที่ส่งผลต่อและกัน ทั้งนี้การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์เป็นการที่บุคคลจะต้องใช้ปัญญาเป็นตัววิเคราะห์ว่า สื่อออนไลน์ที่กำลังติดตามอยู่นั้นมีประโยชน์หรือไม่ (ปัญญา) ส่งผลต่อความรู้สึกต่อข้อมูลในสื่อออนไลน์นั้น เมื่อเห็นว่าไม่เกิดประโยชน์ ก็ทำให้สามารถควบคุมใจของตนเองให้ไม่หลงใหลไปกับกระแสข้อมูลที่ไม่เกิดประโยชน์ต่อชีวิต (สมาธิ) และแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมติดตามเฉพาะสิ่งที่ตนเป็นประโยชน์มากขึ้น และติดตามข้อมูลที่ไม่เป็นประโยชน์ต่อชีวิตน้อยลง (ศีล) กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา จึงเป็นการพัฒนาผู้ร่วมกิจกรรมต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์อย่างเป็นองค์รวม ซึ่งส่งผลให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความเข้าใจอย่างถ่องแท้ว่า ในการรับสื่อออนไลน์นั้นจะใช้เพียงแต่ความรู้สึกพอใจหรือไม่พอใจต่อข้อมูลนั้นเพียงอย่างเดียวไม่ได้ แต่ต้องไปถึงขั้นวิเคราะห์ให้เห็นถึงผลดี/ผลเสีย ประโยชน์/โทษของสื่อออนไลน์ด้วย ก็จะแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมการเลือกรับสื่อออนไลน์บุคคล ก็จะเป็นการพัฒนาอย่างยั่งยืน เพราะทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดการวิเคราะห์ข้อมูลรอบด้านก่อนการเชื่อ ดังสะท้อนจากข้อมูลที่นักศึกษา กลุ่มทดลอง ความรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ ถ่ายทอดออกมาจากบันทึกการเรียนรู้ เช่น

“การรับข้อมูลหลายๆ ด้านเพื่อตัดสินใจก่อนเชื่อตามข่าวที่แชร์” หรือ “ไม่หลงเชื่ออะไรง่ายๆ ถ้าไม่ศึกษาให้ดีกว่า” หรือ “จะคิดทบทวนมากขึ้นก่อนที่จะโพสต์ข้อมูลอะไร เพื่อป้องกันอันตรายที่จะเกิดขึ้นในภายหลัง” หรือ “การเลือกรับข้อมูล เป็นเรื่องของการใช้ความคิด เราต้องมีการวิเคราะห์ก่อนที่จะเชื่อ” หรือ “ได้คิดไตร่ตรอง มองหลายๆ มุม หาสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้กับตัวเอง” หรือ “นำความรู้ไปใช้ในการปรับพฤติกรรม การโพสต์หรือแชร์ข่าวสาร ไม่ใช่อ้อยคำหยาบคาย ควรมีสติในการเสพข่าว” หรือ “การที่เราต้องตรวจสอบข้อมูลก่อนที่จะแชร์หรือเผยแพร่ข้อมูลออกไปว่าเป็นเหตุการณ์ที่โดนตัดต่อหรือเอามาแค่บางส่วนใหม่หรือสามารถเชื่อถือได้แค่ไหน” หรือ “การรับข้อมูลหลายๆ ด้านเพื่อตัดสินใจตามหลักความเป็นจริงก่อนจะตัดสินใจให้ใครผิดใครถูก” หรือ “จะ

ไม่ตัดสินคนอื่นเพียงเพราะแชร์กันในสื่อออนไลน์ต่างๆ เพราะบางครั้งสิ่งที่แชร์กันมาอาจจะไม่ใช่เรื่องจริงเสมอไป”

สิ่งที่นักศึกษากลุ่มทดลองสะท้อนออกมาทำให้เห็นถึงความเชื่อมโยงระหว่างความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม กล่าวคือ เมื่อนักศึกษากลุ่มนี้ได้เห็นถึงโทษของการไม่ตรวจสอบข้อมูลให้รอบคอบก่อนเผยแพร่ต่อ (ปัญญา) ทำให้สามารถควบคุมตนเอง (สมาธิ) ไม่เชื่อและเผยแพร่ข้อมูลก่อนการตรวจสอบอย่างรอบคอบ (ศีล) จึงมีความสอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่า กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาสามารถพัฒนาคุณลักษณะเชิงบวกของบุคคลได้ ซึ่งในกรณีนี้คือ การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ สอดคล้องกับชัยยศ เดชสุระ (2558) ที่ได้พัฒนาโปรแกรมโดยการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและหลักพุทธธรรมไตรสิกขามาเสริมสร้างคุณลักษณะของความมีจิตสาธารณะให้แก่ นักศึกษาปริญญาบัณฑิต ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองมีการแสดงพฤติกรรมที่มีการใช้ไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา โดยการควบคุมตนเองให้มีระเบียบวินัยในการเข้าร่วมกิจกรรม ทั้งการพูดจาที่สุภาพ เรียบร้อย และการแสดงออกที่สุภาพ ปฏิบัติกิจกรรมอย่างมีสติ คิดก่อนพูดและปฏิบัติ มีการพูดนำเสนอและแสดงออกถึงความเชื่อมั่นในตนเองว่า เป็นผู้ที่สามารถทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่นได้ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับกิตติพงศ์ ดารักษ์ (2559) ที่ได้พัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา ให้แก่นิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ผลการวิจัย พบว่า โดยนำหลักของศีลไปสร้างวินัยและความรับผิดชอบใน การปฏิบัติงานนำหลักของสมาธิไปพัฒนาตนเองให้มีสติไตร่ตรองคิดก่อนตัดสินใจ และนำหลักของปัญญาไปสร้าง องค์ความรู้ในขณะศึกษาเล่าเรียน นำความรู้จากทักษะต่างๆ ไปพัฒนาตนในการปฏิบัติหน้าที่ครูในโรงเรียน และเผยแผ่พระพุทธศาสนาในฐานะเป็นพุทธศาสนิกชน ดังนั้นจึงเห็นได้ว่า กิจกรรมที่ถูกพัฒนามาจากแนวคิดไตรสิกขา จะมีความเชื่อมโยงให้เห็นถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคล

### 9.2 การศึกษาผลของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์

นักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์มีคะแนนจากแบบวัดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ ระดับ .01 สะท้อนให้เห็นว่า กิจกรรมพัฒนา

ผู้เรียนตามหลักไตรสิกขาฯ มีประสิทธิภาพที่ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความสามารถในการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์เพิ่มขึ้นได้ เห็นได้จากสิ่งที่นักศึกษาในกลุ่มทดลองสะท้อนออกมา เช่น

“กิจกรรมนี้ได้รู้ว่าการที่เราตั้งใจเชื่อสื่อออนไลน์จากการเห็นครั้งแรกนั้นไม่จำเป็นจะเป็นเรื่องที่ถูกต้องเสมอไป เราควรที่จะหาข้อมูลให้ชัดเจนก่อนที่จะตัดสินใจ” หรือ “กิจกรรมนี้ได้รู้ว่าการที่จะแสดงความเห็นต่อเรื่องราวต่างๆ นั้น ควรมีการไตร่ตรองก่อน หรือถ้าไม่รู้เรื่องรวานั้นจริงๆ ไม่ควรที่จะแสดงความคิดเห็นแต่ควรหาข้อมูลหรือนำข้อมูลที่ได้รับมาปรับใช้ให้เป็นประโยชน์มากกว่า” หรือ “กิจกรรมนี้ดีมาก ทำให้ได้ระมัดระวังเรื่องการใช้สื่อออนไลน์มากขึ้น” หรือ “กิจกรรมมีประโยชน์มาก ทำให้นำไปใช้ประโยชน์ในการรับสื่อออนไลน์ในชีวิตประจำวันได้”

นอกจากนี้นักศึกษามีความคิดเห็นว่า กิจกรรมนี้สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 4.59) และจากข้อมูลที่นักศึกษาในกลุ่มทดลองสะท้อนออกมาและผลการวิจัย แสดงให้เห็นว่าการพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์มีความสำคัญและจำเป็นอย่างมากต่อการเปิดรับข่าวสารในปัจจุบัน เนื่องจากสังคมตอนนี้ข้อมูลถูกถ่ายทอดออกมามากมายตามสื่อออนไลน์ต่างๆ ซึ่งข้อมูลเหล่านี้มีทั้งข้อมูลที่เชื่อถือได้และเชื่อถือไม่ได้ นักศึกษาซึ่งเป็นช่วงวัยที่อยู่ในช่วงของวัยรุ่นตอนปลายถึงแม้ว่าพัฒนาการทางสติปัญญาจะไปสู่ขั้นสูงสุดแล้ว แต่คุณภาพของการคิดของวัยรุ่นยังมีความแตกต่างจากผู้ใหญ่ เพราะวัยรุ่นยังมีประสบการณ์ที่น้อยกว่าผู้ใหญ่ (จิตตินันท์ บุญสิทธิกุล, 2549) จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ให้แก่ นักศึกษากลุ่มนี้ สอดคล้องกับงานวิจัยของจินตนา ต้นสุวรรณนท์ (2551) ซึ่งได้ฝึกอบรมเพื่อพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมมีคะแนนเฉลี่ยของการรู้เท่าทันสื่อในระยะติดตามผลและระยะหลังทดลองสูงกว่าการทดลอง ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า การที่นักศึกษามีคะแนนการรู้เท่าทันสื่อสูงขึ้น เป็นเพราะนักศึกษากลุ่มทดลองมีปัญญาที่เกิดจากการตกผลึกของประสบการณ์และการเรียนรู้ ซึ่งประกอบด้วยความสามารถในการรู้อย่างมีเหตุผล การประเมิน เป็นต้น ปัญหาในลักษณะนี้มีความคงทน เพราะเป็นความเข้มแข็งจากฐานภายในจึงทำให้นักศึกษากลุ่มนี้มีคะแนนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง รวมทั้งสอดคล้องกับ Kleemans and Eggink (2016) ที่ได้ศึกษาเรื่องการเข้าใจข่าว : ผลกระทบที่เกิดจากการให้ศึกษารู้เท่าทันสื่อ

ต่อรู้เท่าทันข่าวในกลุ่มวัยรุ่น โดยศึกษาถึงโอกาสและความเสี่ยงของกลุ่มวัยรุ่นที่เกิดจากสื่อที่พัฒนาอย่างรวดเร็ว ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า กิจกรรมการรู้เท่าทันสื่อเป็นสิ่งที่สนับสนุนให้มีบุคคลเกิดความรู้เท่าทันข่าวสารมากขึ้น ผลการวิจัยจึงสนับสนุนให้โรงเรียนมีการให้การศึกษาด้านการรู้เท่าทันสื่อ

## 10. ข้อเสนอแนะในการวิจัย

### 10.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

10.1.1 กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักไตรสิกขา ต่อการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ สามารถพัฒนาการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีเพิ่มขึ้นได้ จึงสามารถนำไปพัฒนาให้แก่ นักศึกษาสาขาวิชาอื่นๆ แต่ควรมีการปรับข่าวสารที่ใช้เป็นสื่อออนไลน์ในการให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมร่วมกันวิเคราะห์ให้สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน

10.1.2 ผู้วิจัยได้ประชาสัมพันธ์ เพื่อรับสมัคร นักศึกษากลุ่มทดลอง ในการเข้าร่วมกิจกรรม จึงทำให้เข้าร่วมกิจกรรมด้วยความพร้อมเพรียง และกระตือรือร้นที่จะทำกิจกรรมในแต่ละครั้ง รวมทั้งผู้วิจัยมีการตั้งกลุ่มไลน์ เพื่อสื่อสารนัดวัน เวลา สถานที่ในการจัดกิจกรรมกลุ่มนักศึกษา กลุ่มนี้ ผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่าการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างควรมาจากความสมัครใจ เพราะจะทำให้การทำกิจกรรมราบรื่น และมีความต่อเนื่อง

### 10.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

10.2.1 จากการวิจัยครั้งนี้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้เสนอแนะว่า กิจกรรมมีประโยชน์และทำให้เกิดการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ และผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความคิดว่าควรมีลักษณะการจัดกิจกรรมการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ให้กับบุคคลกลุ่มต่างๆ ด้วย เช่น ในระดับนักเรียนชั้นประถมศึกษาหรือมัธยมศึกษาด้วย โดยอาจมีการปรับเนื้อหาของกิจกรรมให้สอดคล้องกับช่วงวัยและความสนใจ

10.2.2 ควรจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยมีรากฐานจากแนวคิดไตรสิกขา จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเห็นความเชื่อมโยง ระหว่างความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม จึงควรนำหลักการนี้ไปพัฒนาเป็นกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะเชิงบวกด้านอื่น เช่น การคิดอย่างมีเหตุผลให้แก่ผู้เรียนระดับปริญญาตรีได้การบริโภคเทคโนโลยีและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ เป็นต้น ซึ่งจะเป็นการพัฒนาอย่างยั่งยืนเพราะเป็นการพัฒนาจากภายในที่ทำให้บุคคลรู้จักคิด รู้จักที่จะแสดงความรู้สึกในทิศทางที่เหมาะสม ตลอดจนส่งผลเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์

## 11. เอกสารอ้างอิง ภาษาไทย

- กิตติพงษ์ ดารักษ์. (2559). การพัฒนาทักษะชีวิต  
ความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา สำหรับนิสิต  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.  
วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิตสาขาวิชาหลักสูตร  
และการสอน, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ขวัญษา เอกจิตต์ และอุทัย สติมัน. (2559). “หลักไตรสิกขา  
กับการพัฒนาตน”. วารสารครุศาสตร์ปริทัศน์.  
3(2), 170-179.
- จิตตินันท์ บุญสถิรกุล. (2549). จิตวิทยาวัยรุ่นในโรงเรียน.  
กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการ  
แนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย  
เกษตรศาสตร์.
- จินตนา ดันสุวรรณนันท. (2551). “ผลการฝึกอบรมเพื่อ  
พัฒนาการรู้เท่าทันสื่อของนักศึกษา มหาวิทยาลัย  
ราชภัฏสวนดุสิต”. วารสารพฤติกรรมศาสตร์.  
14 (1), 21 - 32.
- ชัยยศ เดชสุระ. (2558). การพัฒนาโปรแกรมโดยการน้อมนำ  
หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและหลัก  
พุทธธรรมไตรสิกขา เพื่อสร้างเสริมจิตสาธารณะ  
นักศึกษาปริญญาบัณฑิต. วารสารครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 43(4), 14-28.
- เทอดศักดิ์ ไม่เท่าทอง. (2557). “การรู้เท่าทันสื่อ: ทักษะ  
สำหรับการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21”. วารสาร  
สารสนเทศศาสตร์. 32(3), 74-91.
- บุบผา เมฆศรีทองคำ. (2554). “การรู้เท่าทันสื่อ : การก้าวทัน  
บนโลกข่าวสาร (ตอนที่ 1)”. วารสารนักบริหาร.  
31 (1), 117 - 123.
- บุบผา เมฆศรีทองคำ และดนุลดา จามจุรี. (2554). “การ  
รู้เท่าทันสื่อ : การก้าวทันบนโลกข่าวสาร (ตอนที่  
2)”. วารสารนักบริหาร. 31 (2), 63 - 69.
- ปรกรณ์ ประจันบาน และอนุชา กอนพวง. (2558). โครงการ  
วิจัย การวิจัยและพัฒนาแบบวัดทักษะในศตวรรษ  
ที่ 21 ด้านการรู้เท่าทันสื่อ ของนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษา. พิษณุโลก: คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- พรทิพย์ เย็นจะบก. (2552). ถอดรหัส ลับความคิด เพื่อ  
การรู้เท่าทันสื่อ. กรุงเทพฯ: ออฟเซ็ทครีเอชั่น จำกัด.
- พระปราโมทย์ ปาโมชโช. (2549). วิมุตติมรรค. กรุงเทพฯ:  
ธรรมดา.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2555). พุทธธรรม  
(ฉบับปรับปรุงและขยายความ). (พิมพ์ครั้งที่ 32).  
กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สหธรรมมิก.
- พระมหาเสกสสร จิรภาโส. (2552). การศึกษาวิเคราะห์  
หลักไตรสิกขาที่มีต่อการจัดการศึกษาไทย.  
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาวิชา  
พระพุทธศาสนา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัย  
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พันธ์ศักดิ์ อาภาจจร. (2560). รู้ทันเทคโนโลยีดิจิทัล ตอนที่  
1. เทคนิค เครื่องกล ไฟฟ้า อุตสาหกรรม. 34 (398),  
79-88.
- รัฐจวน คำศิริพิทักษ์. (2557). “พัฒนาการมนุษย์กับการ  
แนะแนว” ในประมวลการสอนชุดจิตวิทยาและ  
สังคมวิทยาพื้นฐานเพื่อการแนะแนว. นนทบุรี:  
สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- รศรินทร์ เกรย์ อุมารณณ์ ภัทรวานิชย์ อักษรภาค หลักทอง  
และเจตพล แสงกล้า. (2559). คุณภาพชีวิตต่างวัย  
ของผู้มีงานทำ. กรุงเทพฯ: บริษัทโรงพิมพ์  
เดือนตุลา จำกัด.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2553). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุก  
ช่วงวัย เล่ม 2. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุดารัตน์ ดิษยวรรณะ และ จันทรา วัฒนากุล. (2550).  
“รู้เท่าทันสื่อตอนโฆษณากับผู้บริโภค”. วารสาร  
นักบริหาร. 27(2), 60 - 64.
- สมน อมรวิวัฒน์. (2544). หลักบูรณาการทางการศึกษาตาม  
นัยแห่งพุทธธรรม. นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย  
สุโขทัยธรรมาธิราช.
- สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์. (2559).  
“รายงานผลการสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ต  
ในประเทศไทย ปี 2559” (Retrieved 29 กันยายน  
2560), from [http://www.etda.or.th/  
publishing-detail/thailand-internet-user-  
profile-2016-document.html](http://www.etda.or.th/publishing-detail/thailand-internet-user-profile-2016-document.html),
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2553). แนวทาง  
การจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักสูตร  
แกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2550.  
พิมพ์ครั้งที่ 3 ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่ง  
ประเทศไทย.

อุษา บิ๊กกินส์. (2555). การรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศ  
ชุดเครื่องมือและกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อชุมชน.  
กรุงเทพฯ : แผนงานสื่อสร้างสุขภาวะเด็กและ  
เยาวชน (สสย.) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้าง  
เสริมสุขภาพ (สสส.).

#### ภาษาอังกฤษ

- Bazzalgette, C. (2007). *Resources in EUOPA. MEDIA LITERACY QUESTIONNAIRE*. Retrieved November 20, 2007, from [ec.europa.eu/avpolicy/media\\_literacy/docs/contribution/uk/10\\_41\\_bazal\\_uk.pdf](http://ec.europa.eu/avpolicy/media_literacy/docs/contribution/uk/10_41_bazal_uk.pdf)
- Kleemans, M. and Eggink, G. (2016). The impact of media literacy education on teenagers' news literacy. *Journalism Education*. 5(1), 74-88.
- Potter, W.J. (2011). *Media literacy*. 5th ed Los Angeles: Sage.



## กระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะเพื่อพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบของนักเรียน ที่มีภาวะสมาธิสั้นชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

<sup>1</sup> ผู้นิพนธ์ประสานงาน โทรศัพท์ 08-30784963 อีเมล : chontichachunsard@gmail.com  
รับเมื่อ 15 มิถุนายน 2562 ตอบรับเมื่อ 19 กรกฎาคม 2562 DOI:10.14416/j.faa.2020.02.003

ชลธิชา ชุนสอาด <sup>1</sup>

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น ซึ่งมีกลุ่มเป้าหมายที่ใช้ศึกษาในครั้งนี้เป็นนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ศึกษาอยู่ในโรงเรียนบางบัว (แห่งตั้งตรงจิตรวิทยาคาร) จำนวน 4 คน ใช้แบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา โดยแสดงผลจากกราฟค่าคะแนนที่ทั้งก่อนและหลังการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น และใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น เป็นเครื่องมือที่ศึกษาในครั้งนี้ ซึ่งใช้กระบวนการวิจัยและนำเสนอข้อมูลแบบบรรยาย (Descriptive) เป็นรายบุคคล (Case Study)

ผลการศึกษาพบว่า ผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นเพื่อพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 นักเรียนกลุ่มเป้าหมายมีพัฒนาการด้านทักษะการวางแผนและจัดระบบในด้านที่บกพร่องดีขึ้น จากระดับต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ย (กลุ่มระดับควรปรับปรุง หรือต่ำกว่าปกติ หรือควรได้รับการพัฒนา) ขึ้นมาอยู่ในระดับเกณฑ์เฉลี่ย (กลุ่มระดับปานกลางหรือปกติ)

**คำสำคัญ :** นักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น การวางแผนและจัดระบบ โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะ

<sup>1</sup> นิสิตปริญญาโท หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาพิเศษ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

## Group Process Learning and the Coaching for Development Skills Planning and Organizing of the Grade-5 Students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)

<sup>1</sup> Corresponding Author, Tel. 08-30784963 E-mail : chontichachunsaard@gmail.com  
Received 15 June 2019; Accepted 19 July 2019

Chonticha Chunsard<sup>1</sup>

### Abstract

The purpose of this research was to study the effect of using the group process learning program with the coaching of students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). The sampling in research was the Grade-5 students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), four students, Bang Bua School (Phengtangtongchit Witthayakhan) by using Executive Function: Scales and Development coaching for Elementary Students. Then, showing in normalized T-Score with pretest and posttest after using the group process learning program with the coaching of students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) and used this program as a tool for this study. Also, the process and presentation as describing data individually.

The results revealed that 1) the effect of using the group process learning program with coaching and support of students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) to develop in planning and organizing skills of the Grade-5 students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). Students in the target group improved their skills in planning and organizing that was better from the below average level (needs improvement, less than average or need to be developed) to the average (moderate or normal level).

**Keywords :** Students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), planning and organizing, Groups Process Learning and the Coaching Program

---

<sup>1</sup> M.Ed. student, Department of Special Education, Faculty of Education, Kasetsart University

## 1. บทนำ

เด็กสมาธิสั้นเป็นทรัพยากรบุคคลของประเทศที่มีคุณค่าและมีความสำคัญเช่นเดียวกับเด็กปกติทั่วไป ปัจจุบันมีผู้ให้ความสนใจ และตระหนักถึงความจำเป็นในการให้ความช่วยเหลือ ดูแล เด็กสมาธิสั้นมากขึ้น เพื่อให้เด็กสมาธิสั้นสามารถใช้ศักยภาพของตนเองได้อย่างเหมาะสม จากการสำรวจในประเทศไทยพบว่ามีความชุกประมาณร้อยละ 8 ของเด็กสมาธิสั้นที่อยู่ในช่วงก่อนอายุ 7 ปี หรือวัยเรียน ซึ่งอาการต้องเป็นมาต่อเนื่องไม่ต่ำกว่า 6 เดือน โดยพบในเด็กชายมากกว่าเด็กหญิง 4-6 เท่า ในห้องเรียนที่มีเด็กประมาณ 50 คน จะมีเด็กสมาธิสั้นประมาณ 4 คน (ราชานุกูล, 2555) และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ เด็กสมาธิสั้นจะแสดงพฤติกรรมออกมาใน 3 ด้าน ที่ส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิต และการเรียนของเด็ก คือ อาการขาดสมาธิ (Attention Deficit) อาการซน (Hyperactivity) และ อาการหุนหันพลันแล่น (Impulsivity) อาการขาดสมาธิ (Attention Deficit) เด็กจะมีลักษณะวอกแวกง่าย ขาดความตั้งใจในการทำงาน ทำงานไม่สำเร็จ ผลงานไม่เรียบร้อย ตกๆ หล่นๆ ขาดความรอบคอบ มักจะขี้ลืม ทำของส่วนตัวหายเป็นประจำ อาการซน (Hyperactivity) เด็กจะมีลักษณะ ซนอยู่ไม่สุข หยุกหยิกตลอดเวลา พุดมาก พุดไม่หยุด ชอบแกล้งหรือแหย่เด็กอื่น สำหรับอาการหุนหันพลันแล่น (Impulsivity) นั้น เด็กจะมีลักษณะวู่วาม ใจร้อน กระทำการใดๆ โดยไม่คิดก่อนล่วงหน้า ขาดความระมัดระวัง ชุ่มช้ำ ทำข้าวของเสียหาย (ชาญวิทย์ พรนภดล, 2553) จากลักษณะพฤติกรรมทั้ง 3 นี้ มีสาเหตุมาจากองค์ประกอบหลายประการทั้งจากพันธุกรรม สารเคมีในสมองหลังผิปกติ การได้รับบาดเจ็บ อาจเกิดตั้งแต่เด็กอยู่ในครรภ์หรือหลังคลอด โรคสมองอักเสบ การได้รับสารพิษ มารดาติ่มสุรา สูบบุหรี่ขณะตั้งครรภ์ ซึ่งสาเหตุดังกล่าวส่งผลให้การทำงานของสมองส่วนหน้าที่ทำหน้าที่ในการควบคุมพฤติกรรมทำงานได้ไม่เต็มที่ (ราชานุกูล, 2558) และในปัจจุบันมีเด็กสมาธิสั้นเพิ่มขึ้นในระบบโรงเรียนมากขึ้น ในขณะที่การจัดการศึกษาของไทย รวมทั้งความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเด็กสมาธิสั้นของครูยังน้อยและไม่เพียงพอที่จะดูแล ให้ความช่วยเหลือเด็กสมาธิสั้น ทำให้เด็กไม่ได้รับการพัฒนาความสามารถด้านต่างๆ ที่ถูกวิธี และเหมาะสม

เด็กสมาธิสั้นมีสมองส่วนหน้าที่ทำหน้าที่ควบคุมความสามารถ ไม่สามารถทำงานได้ตามปกติหรือสมองส่วนหน้าที่พัฒนาไม่สมบูรณ์ (คารณิ อุทัยรัตนกิจ, 2558) ส่งผลกระทบต่อการทำกิจกรรม การทำงาน และการเรียน

ทำให้เด็กสมาธิสั้นขาดความระมัดระวัง ขาดความรอบคอบ และแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ด้วยเหตุนี้การพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบการทำงานจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อเด็กสมาธิสั้น เพื่อให้เด็กสมาธิสั้นสามารถพัฒนาความสามารถของตนได้อย่างเหมาะสม และเป็นการช่วยเหลือให้เด็กสมาธิสั้นสามารถวางแผนและจัดระบบการทำงาน การเรียน และการทำกิจกรรมต่างๆ ได้ด้วยตนเอง

ทักษะความสามารถคิดบริหารจัดการตนเอง (Executive Functions หรือ EF) มีความสัมพันธ์โดยตรงกับการทำงานของสมองส่วนหน้า และเป็นทักษะที่สำคัญต่อการเรียนรู้ของบุคคลในการคิดประมวลความรู้ ความเข้าใจ การวิเคราะห์ ที่จะควบคุมและกำกับความสามารถ และพฤติกรรมอื่นๆ โดยทักษะที่เกี่ยวข้องกับความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองประกอบด้วย ความสามารถในการคิด ก่อนที่จะกระทำ รวบรวมข้อมูลในขณะที่ทำกิจกรรมที่ยุ่งยาก ซับซ้อน สามารถกำกับตนเองเพื่อที่จะได้ทำงานให้สำเร็จ คงสมาธิหรือจดจ่ออยู่กับสถานการณ์ หรืองานที่ทำ เริ่มต้นทำงานโดยไม่รีรอชักช้า ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง คิดแผน ปฏิบัติการเป็นลำดับขั้นตอนหรือจัดลำดับของงาน และจัดระบบในการทำงาน และคาดการณ์ว่าต้องใช้เวลานานเท่าไรในการทำงาน กำหนดเวลา และการตระหนักถึงว่าจะทำงานให้เสร็จทันเวลาได้อย่างไร สามารถทำงานจนสำเร็จโดยไม่เผลอแว่ มีการทบทวนแผนงานที่ วางไว้ เมื่อพบอุปสรรคสามารถแก้ไขได้ และมองเห็นภาพรวมหรือมีความคิดเป็นองค์รวม (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2555) ซึ่งความสามารถทั้งหมดทั้งมวลเป็นความสามารถของการทำงานของสมองส่วนหน้าที่เกี่ยวข้องกับการคิด ความรู้สึก และการกระทำ เช่น การตั้งใจ คิดไตร่ตรอง การควบคุมอารมณ์ การยืดหยุ่นทางความคิด การตั้งเป้าหมาย การวางแผน ความมุ่งมั่น การจดจำ และการเรียกใช้ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ และอื่นๆ (สุภาวดี หาญเมธี, 2558)

จากความสำคัญและเหตุผลดังกล่าว จึงนำไปสู่แนวคิดการศึกษาวิจัยโดยใช้กระบวนการกลุ่มร่วมกับ การชี้แนะเพื่อพัฒนาทักษะ การวางแผนและจัดระบบของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพื่อช่วยให้นักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นสามารถพัฒนาทักษะความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองในด้านการวางแผนและจัดระบบที่เป็นปัจจัยสำคัญอย่างยิ่งที่จะช่วยให้นักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นสามารถเรียนในชั้นเรียนได้อย่างราบรื่น และประสบความสำเร็จ

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

ศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะเพื่อพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น

## 3. คำถามวิจัย

การใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะสามารถเพิ่มทักษะการวางแผนและจัดระบบของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นได้หรือไม่ อย่างไร

## 4. การทบทวนวรรณกรรม

### 4.1 โรคสมาธิสั้น

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2554) ได้กล่าวว่า โรคสมาธิสั้นเป็นลักษณะของเด็กพิเศษชนิดหนึ่งในสมัยก่อนมีชื่อเรียกต่างๆ กัน เช่น “Minimal Brain Damage” ซึ่งหมายถึงความผิดปกติเล็กน้อยของสมองหรือโรค “Hyperactivity” ซึ่งหมายความว่า การเคลื่อนไหวที่มากเกินไปหรือ อยู่ไม่นิ่ง ต่อมาจากการวิจัยพบว่า ปัญหาของโรคนี้ คือ ความบกพร่องของสมาธิจึงเรียกว่า Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) และใช้ชื่อนี้จนถึงปัจจุบัน

ชาญวิทย์ พรนภดล (2553) ได้กล่าวว่า เด็กสมาธิสั้นจะมีอาการที่เกิดขึ้นตั้งแต่วัยเด็ก (ก่อนอายุ 7 ปี) และอาการต้องเป็นมาต่อเนื่องไม่ต่ำกว่า 6 เดือน โดยสาเหตุเกิดจากความผิดปกติของสมอง ซึ่งมีผลกระทบต่อการทำงานของอารมณ์ การเรียน และสังคม ซึ่งโรคสมาธิสั้นเป็นภาวะที่เด็กไม่สามารถควบคุมตนเองได้ทำให้มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมจนเกิดปัญหา ได้แก่ ขนมาจนเป็นอันตรายต่อตนเองหรือผู้อื่น หนีหันทนเล่น และยับยั้งใจได้ลำบากตลอดจนมีสมาธิสั้นทำอะไรไม่เสร็จตามที่ควรทำ

จากการสำรวจในประเทศไทยพบว่า มีความชุกประมาณร้อยละ 8 ของเด็กสมาธิสั้น โดยพบในเด็กชายมากกว่าเด็กหญิง 4-6 เท่า ในห้องเรียนที่มีเด็กประมาณ 50 คน จะมีเด็กสมาธิสั้นประมาณ 4 คน (ราชานุกูล, 2555)

สรุปได้ว่า โรคสมาธิสั้น หมายถึง ความผิดปกติของสมอง และพบได้ในช่วงก่อนอายุ 7 ปี หรือวัยเรียน อาการต้องเป็นมาต่อเนื่องไม่ต่ำกว่า 6 เดือน และเด็กเหล่านี้จะแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมให้เห็นเด่นชัดใน 3 ประการ คือ อาการขาดสมาธิ (Attention Deficit) อาการซนอยู่ไม่นิ่ง (Hyperactivity) และอาการหุนหันพลันแล่น (Impulsivity)

## 5. ความสามารถคิดบริหารจัดการตน

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (2555) ได้กล่าวว่า ความสามารถคิดบริหารจัดการตน หรือ EF

(Executive Function) เป็นทักษะที่สำคัญต่อการเรียนรู้ของบุคคลในการคิดประมวลความรู้ความเข้าใจ การวิเคราะห์ที่จะควบคุมและกำกับความสามารถและพฤติกรรมอื่นๆ ของตนให้สามารถไปในทิศทางที่เหมาะสม

ดารณี อุทัยรัตนกิจ (2558) ได้กล่าวว่า EF เป็นกระบวนการรู้คิด เกิดขึ้นที่บริเวณสมองส่วนหน้าที่ทำให้บุคคลสามารถวางแผน จัดระบบ ตัดสินใจ มีสมาธิ ควบคุมพฤติกรรม แก้ปัญหา และประเมินการตัดสินใจ

สุภาวดี หาญเมธี (2558) ได้กล่าวว่า EF เป็นกระบวนการทางความคิด (Mental Process) ในสมองส่วนหน้าที่เกี่ยวข้องกับการคิด ความรู้สึก และการกระทำ เช่น การตั้งใจคิดไตร่ตรอง การควบคุมอารมณ์ การยืดหยุ่นทางความคิด การตั้งเป้าหมาย วางแผน ความมุ่งมั่น การจดจำ และการเรียกใช้ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการจัดลำดับความสำคัญของเรื่องต่างๆ และการทำสิ่งต่างๆ อย่างเป็นขั้นเป็นตอนจนบรรลุความสำเร็จ

สรุปได้ว่า ความสามารถคิดบริหารจัดการตนหรือ EF เป็นทักษะที่สำคัญต่อการเรียนรู้ของบุคคลในการคิดประมวลความรู้ ความเข้าใจ การวิเคราะห์ที่จะควบคุมและกำกับความสามารถและพฤติกรรมอื่นๆ ของตน เช่น การตั้งใจคิดไตร่ตรอง การควบคุมอารมณ์ การยืดหยุ่นทางความคิด การตั้งเป้าหมาย วางแผน ความมุ่งมั่น การจดจำ และการเรียกใช้ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการจัดลำดับความสำคัญของเรื่องต่างๆ และการทำสิ่งต่างๆ อย่างเป็นขั้นเป็นตอนจนบรรลุความสำเร็จ

## 6. การวางแผนและจัดระบบการทำงาน

การวางแผนและจัดระบบ (Planning and Organizing) คือ ความสามารถในการคิดแผน การทำงานเป็นลำดับขั้นตอน เพื่อให้งานสำเร็จบรรลุตามเป้าหมาย ซึ่งแสดงพฤติกรรมโดยมุ่งหวังต่อเป้าหมาย ด้วยการกำหนดขั้นตอนการปฏิบัติงานที่จะทำให้งานสำเร็จตามเป้าหมาย จัดลำดับความสำคัญของงานได้อย่างเหมาะสม จัดสรรเวลาปฏิบัติงานได้อย่างเหมาะสม และเข้าใจแนวคิดหลัก ด้วยการจัดการกับข้อมูลจำนวนมากได้เป็นอย่างดี และการถ่ายทอดความคิดในเชิงปฏิบัติ (ฐาปณีย์ แสงสว่าง, 2559)

วรรณกร สมุทรอัษฎงค์ (2556) ได้กล่าวว่า เด็กสมาธิสั้นนั้น พ่อแม่ต้องมีการจัดกิจกรรมให้ เป็นระบบ เพราะเด็กสมาธิสั้นจะสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ให้สำเร็จ ล่วงได้หากมีการจัดตารางกิจกรรม และสถานที่ที่ชัดเจน พ่อแม่ควรจัดทุกอย่างให้เป็นระบบไม่ว่าจะเป็นการวางแผน การจัดการเวลา การจัดระบบการเรียน การทำงาน

การบ้าน และอื่นๆ ทั้งนี้ควรจัดกิจกรรมที่หลากหลายเพื่อเสริมสร้างพัฒนาการของเด็ก และ การฝึกเด็กให้รู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น โดยการทำงานเป็นกลุ่ม

จึงสรุปได้ว่า การวางแผนและจัดระบบการทำงาน หมายถึง ทักษะในการดำเนินชีวิตไม่ว่าจะเป็นการวางแผนและจัดระบบชีวิตส่วนตัว การเรียน การทำงาน การใช้ชีวิตครอบครัว โดยการพัฒนาทักษะด้านนี้จำเป็นต้องอาศัยการหมั่นฝึกฝน และการสั่งสมประสบการณ์ ดังนั้นจึงควรเริ่มฝึกฝนตั้งแต่วัยเยาว์ โดยพ่อแม่สามารถช่วยในการฝึกฝนทักษะด้านนี้ให้แก่ลูกได้ด้วยวิธีต่างๆ ผ่านกิจกรรมต่างๆ

## 7. กระบวนการกลุ่ม

เชมวันต์ กระดังงา (2554) ได้กล่าวว่า กระบวนการกลุ่ม หมายถึง บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปมารวมกันหรือมาปรึกษาหารือกันในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เพื่อที่จะแก้ไขหรือจัดข้อขัดข้องในเรื่องนั้นๆ หรือปัญหานั้นๆ ให้หมดไปหรือให้บรรลุถึงวัตถุประสงค์ของตนเองที่ตั้งเป้าหมายเอาไว้

นุชรี โลพะกุล (2556) ได้กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มเป็นกลวิธีที่ครูใช้ในการจัดกิจกรรม การเรียนการสอนไปตามลำดับต่อเนื่องกัน เพื่อให้ได้มาซึ่งการรวมตัวกันเป็นกลุ่มของนักเรียน และการดำเนินกิจกรรมของกลุ่มนักเรียนเพื่อช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้เนื้อหาสาระตามวัตถุประสงค์

## 8. วิธีการวิจัย

การวิจัยนี้มีวิธีวิจัย ดังนี้

### 8.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบางบัว (เพ่งตั้งตรงจิตรวิทยาคาร) ภาคปลาย ปีการศึกษา 2561 ที่ได้รับการตรวจวินิจฉัยจากแพทย์ว่ามีภาวะสมาธิสั้น และมีความบกพร่องในทักษะด้านการวางแผนและจัดระบบ โดยใช้การเลือกแบบเจาะจงตามเกณฑ์ที่ระบุ จำนวน 4 คน ซึ่งมีเกณฑ์ในการคัดเลือกนักเรียน ดังนี้

8.1.1 เป็นนักเรียนที่ได้รับการวินิจฉัยของแพทย์ว่ามีภาวะสมาธิสั้น

8.1.2 เป็นนักเรียนที่บกพร่องในด้านทักษะการวางแผนและจัดระบบ โดยใช้แบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา (ฐาปณีย์ แสงสว่าง, 2559) เป็นเกณฑ์ในการคัดเลือก

8.1.3 ผู้ปกครองของนักเรียนให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมโครงการวิจัย

8.1.4 เป็นนักเรียนที่ได้รับคำแนะนำจากครู และผู้ปกครองของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นที่เข้าร่วมโครงการ

วิจัย และกำลังศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนบางบัว (เพ่งตั้งตรงจิตรวิทยาคาร)

### 8.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้จำแนกออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูล และเครื่องมือทดลองเครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูล

8.2.1 แบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา (ฐาปณีย์ แสงสว่าง, 2559) เครื่องมือทดลอง

8.2.2 โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะเพื่อพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที (รวมปฐมนิเทศกับปัจฉิมนิเทศ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาทักษะด้านการวางแผนและจัดระบบเหมือนอย่างกิจกรรมที่ 1-10)

### 8.3 การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้จำแนกออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูล และเครื่องมือทดลอง โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการดังต่อไปนี้

#### 8.3.1 เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูล

8.3.1.1 แบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาของ ดร.ฐาปณีย์ แสงสว่าง ซึ่งประกอบด้วย

ส่วนที่ 1: ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2: คำชี้แจงการตอบแบบวัด

ส่วนที่ 3: การรวมคะแนน (คะแนนรวม 18 คะแนน คิดเฉพาะส่วน 3)

การวางแผน/จัดระบบ (Plan/Organize)

ส่วนที่ 4: ข้อความบ่งชี้พฤติกรรม (เฉพาะส่วน 3)

การวางแผน/จัดระบบ (Plan/Organize)

ส่วนที่ 5: การแปลผลคะแนน

ส่วนที่ 6: เกณฑ์การแปลความหมายคะแนน

#### 8.3.2 เครื่องมือทดลอง

8.3.2.1 โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะเพื่อพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอน คือ

ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างเครื่องมือวิจัย ซึ่งพบว่า โปรแกรมที่สร้างขึ้นเพื่อช่วยในการจัดการเรียนการสอนให้เด็กสมาธิสั้นเกิดการเรียนรู้ และเข้าใจในหน้าที่ของตนมีพื้นฐานที่สำคัญ

มาจากการพัฒนาทักษะความสามารถคิดบริหารจัดการตน (EF) ประกอบด้วยทักษะ 9 ด้าน คือ

องค์ประกอบความสามารถในการกำกับอารมณ์ สามารถแบ่งได้ 2 ด้าน คือ การปรับเปลี่ยน และการควบคุมอารมณ์

องค์ประกอบความสามารถในการรู้คิด สามารถแบ่งได้ 5 ด้าน คือ การริเริ่ม ความจำในการทำงาน การวางแผน / จัดระบบ การจัดระเบียบวัสดุ และการตรวจสอบงาน

องค์ประกอบความสามารถในการกำกับพฤติกรรม สามารถแบ่งได้ 2 ด้าน คือ การตรวจสอบตนเอง และการยับยั้ง

จากองค์ประกอบทั้ง 9 ด้านข้างต้น ผู้วิจัยเลือกศึกษาเกี่ยวกับการวางแผนและจัดระบบ เนื่องจากนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น ซึ่งเป็นนักเรียนกลุ่มเป้าหมายของการวิจัย ได้ทำแบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาพบว่ามีความตระหนักถึงทักษะด้านการวางแผนและจัดระบบต่ำกว่าคะแนนมาตรฐาน

#### 8.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะเพื่อพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น

โดยมีวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยดังนี้

8.4.1 ส่งหนังสือขออนุญาตผู้อำนวยการโรงเรียนบางบัว (เพ่งตั้งตรงจิตรวิทยาคาร) เพื่อขอเข้าไปเก็บข้อมูลและทำการทดสอบนักเรียนกลุ่มเป้าหมาย

8.4.2 ส่งหนังสือขออนุญาตกับทางบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) เพื่อขอใช้แบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา

8.4.3 ส่งหนังสือขออนุญาต ดร.ธนาภรณ์ แสงสว่าง เพื่อขอใช้แบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา

8.4.4 ส่งหนังสือขออนุญาตผู้ปกครอง ตามจำนวนของผู้ยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย จำนวน 4 คน

#### 8.5 วิธีวิจัย

8.5.1 นำแบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาไปวัดนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีภาวะสมาธิสั้น เพื่อเป็นเกณฑ์ในการคัดเลือกนักเรียนกลุ่มเป้าหมาย

8.5.2 ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายที่ตรงตามเกณฑ์ที่ระบุ ได้จำนวน 4 คน ที่มีความบกพร่องในด้านการวางแผนและจัดระบบมากที่สุด และยินดีเข้าร่วมโครงการวิจัยในครั้งนี้

8.5.3 ผู้วิจัยใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นกับนักเรียนกลุ่มเป้าหมายในภาคปลาย ปีการศึกษา 2561 เป็นจำนวน 12 ครั้ง

8.5.4 หลังจากจัดกิจกรรมเสร็จสิ้น ผู้วิจัยนำแบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาไปวัดอีกครั้ง

8.5.5 นำผลที่ได้มาตรวจสอบและเปรียบเทียบกับแบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาก่อนเริ่มกิจกรรม

8.5.6 เขียนสรุปเชิงบรรยาย (Descriptive) พฤติกรรมการวางแผนและจัดระบบ ทั้งก่อนและหลังการจัดกิจกรรมของนักเรียนกลุ่มเป้าหมายแต่ละคน (Case Study)

#### 9. การวิเคราะห์ข้อมูล

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะเพื่อพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และศึกษาความคงทนของทักษะการวางแผนและจัดระบบจากการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นโดยมีการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

9.1 ผู้วิจัยสังเกตการณ์ในการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียนกลุ่มเป้าหมาย โดยใช้แบบบันทึกพฤติกรรมร่วมกับการบันทึกวิดีโอขณะสอน

9.2 ผู้วิจัยนำแบบบันทึกพฤติกรรมและวิดีโอขณะสอนมาวิเคราะห์ สังเคราะห์โดยการเขียนแบบบรรยาย (Descriptive) ผลของการใช้โปรแกรมเป็นรายบุคคล

9.3 ผู้วิจัยแสดงกราฟค่าคะแนนที่ได้จากแบบวัดความสามารถคิดบริหารจัดการตนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาเป็นรายบุคคล

#### 10. ผลการวิจัย

10.1 สรุปผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะเพื่อพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นที่กำลังศึกษาอยู่



ในโรงเรียนบางบัว (เพ่งตั้งตรงจิตรวิทยาคาร) ตามแผนการดำเนินการของโปรแกรม จำนวน 12 ครั้ง พบว่า

กิจกรรมปฐมนิเทศ ฉันทู้จัก...? เป็นกิจกรรมเพื่อทำความรู้จักกันระหว่างนักเรียนกับนักเรียน และนักเรียนกับผู้วิจัย เพื่อสร้างมิตรภาพที่ดีต่อกัน พบว่า กิจกรรมนี้ส่งผลให้นักเรียนกับนักเรียนมีความสนิทกัน และนักเรียนกับผู้วิจัยเริ่มคุ้นเคยกันทำให้นักเรียนกล้าที่จะพูดคุยหรือถามในสิ่งที่ตนอยากรู้มากขึ้นนักเรียนแสดงพฤติกรรมตามธรรมชาติของตนออกมาให้ผู้วิจัยเห็นโดยไม่ทำที่เขินอาย

กิจกรรมที่ 1 ลั่นชกทรงเครื่อง เป็นกิจกรรมเพื่อช่วยการเตรียมความพร้อมก่อนมาเรียนโดยสอนให้นักเรียนรู้วิธีการเก็บอุปกรณ์เพื่อต่อการนำมาใช้งาน และประหยัดเวลาในการค้นหาอุปกรณ์การเรียน พบว่านักเรียนทุกคนสามารถจัดเตรียมอุปกรณ์การเรียนมาพร้อมเรียนได้ดีขึ้น

กิจกรรมที่ 2 ล่าขุมทรัพย์ เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนสามารถทำงานเป็นขั้นตอนได้ พบว่านักเรียนส่วนใหญ่สามารถทำงานตามขั้นตอนได้ แต่ยังคงทวนขั้นตอนในการทำงานซ้ำๆ ทำให้นักเรียนบางคน โดยเฉพาะเด็กชายไวท์และเด็กชายเรด ส่วนเด็กชายบลูเริ่มเปิดใจและยอมรับการช่วยเหลือจากคนอื่นเพื่อให้งานของตนตามขั้นตอน เสร็จทันเวลา แต่ยังคงต้องปรับในเรื่องของการทำงานแล้วแก้ไขซ้ำๆ

กิจกรรมที่ 3 สืบเสาะปฐมาสำคัญ เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนรู้จักการจัดลำดับความสำคัญของงานที่ต้องทำก่อน-หลัง พบว่านักเรียนรู้และเข้าใจการจัดลำดับความสำคัญของงานที่ต้องทำก่อน-หลังได้ โดยเฉพาะเด็กชายเรดและเด็กชายกรีนที่สามารถยกตัวอย่างงานที่สำคัญก่อน-หลังได้ดี

กิจกรรมที่ 4 วนซ้ำย้ำความสำคัญ เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนเข้าใจและสามารถจัดลำดับความสำคัญของงานที่ต้องทำก่อน-หลังได้ ซึ่งพบว่านักเรียนสามารถแบ่งประเภทของงานแต่ละประเภทได้ถูกต้องจากการทวนซ้ำ และจากการทำกิจกรรมที่ต่อเนื่องกันจึงทำให้นักเรียนโดยเฉพาะเด็กชายไวท์ และเด็กชายบลูที่ครั้งก่อนไม่สามารถแยกประเภทของงานได้อย่างถูกต้องสามารถแยกประเภทของงานที่สำคัญก่อน-หลังได้ดีขึ้น

กิจกรรมที่ 5 แพ้ตามความสำคัญ เป็นกิจกรรมเพื่อช่วยให้นักเรียนสามารถจัดเตรียมอุปกรณ์มาพร้อมเรียน พบว่านักเรียนทุกคนสามารถจัดเตรียมอุปกรณ์มาพร้อมเรียนได้ดีจากการจัดเก็บเอกสาร ใบงาน แบบฝึกหัดในแพ้มตามความสำคัญ ทำให้รู้ว่างานใดควรทำก่อนและหลัง จึงทำให้นักเรียนสามารถทำงานส่งทันเวลาที่กำหนดได้

กิจกรรมที่ 6 สวนในขวดแก้ว เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนสามารถทำงานเป็นขั้นตอน พบว่านักเรียนทุกคนมีความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรมได้อย่างดี ถึงแม้จะยังมีข้อผิดพลาดและต้องแก้ไขอยู่บ้างแต่งานก็สำเร็จตามเวลาที่กำหนด

กิจกรรมที่ 7 สมุดสไลด์สรุป เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนรู้/เข้าใจวิธีการสรุปใจความสำคัญของเรื่องที่อ่าน ฟัง หรือดู และนำมาปฏิบัติได้ พบว่านักเรียนทั้งทุกคนรู้/เข้าใจเรื่องที่ตนได้ดู แต่สรุปใจความสำคัญของเรื่องได้ยังไม่ดีต้องได้รับการชี้แนะ และพัฒนาให้ดีขึ้นจากการทำกิจกรรมที่มีลักษณะนี้ซ้ำๆ เพื่อให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ และนำมาปฏิบัติได้ดีขึ้น

กิจกรรมที่ 8 นิทานกระเป๋าดียว เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนสามารถสรุปใจความสำคัญของเรื่องที่อ่าน ฟัง หรือดูได้ พบว่านักเรียนทุกคนสามารถเขียนสรุปใจความสำคัญของเรื่องได้ดีขึ้น จากการทำกิจกรรมที่มีลักษณะเหมือนกับกิจกรรมที่ 7 สมุดสไลด์สรุป ซึ่งทำให้นักเรียนรู้เทคนิคการเขียนของตน และนำข้อผิดพลาดของตนมาปรับใช้กับกิจกรรมในครั้งนี้ ทำให้การเขียน และการเล่าเรื่องของนักเรียนพัฒนาได้ดีขึ้น

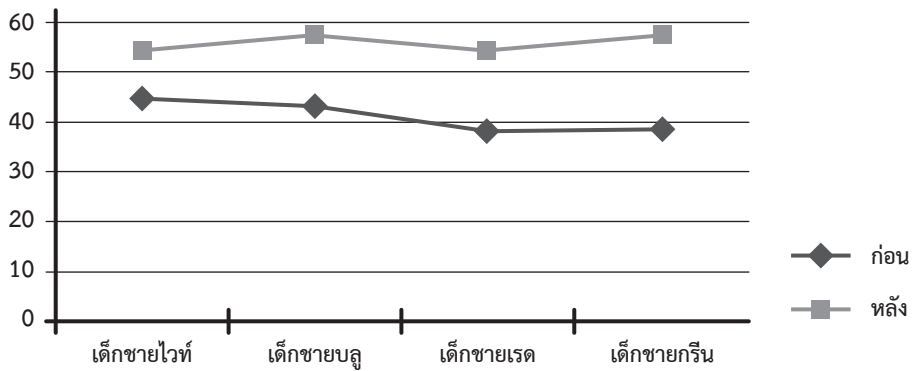
กิจกรรมที่ 9 My story เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนรู้/เข้าใจการเขียนอย่างเป็นระบบ และนำมาปฏิบัติได้ ซึ่งพบว่านักเรียนทั้ง 4 คน รู้/เข้าใจการเขียนอย่างเป็นระบบ โดยเฉพาะการเขียนเล่าในสิ่งที่ตนเองสนใจหรือถนัด นักเรียนมีความกระตือรือร้นที่จะเริ่มทำงานทันที แต่ยังมีเด็กชายกรีนที่ต้องได้รับการชี้แนะ ปรับปรุงในการเขียนอยู่บ้าง

กิจกรรมที่ 10 เรื่องที่ฉันเขียน เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนสามารถเขียนงานได้อย่างเป็นระบบ พบว่านักเรียนทุกคนสามารถเขียนเล่าเรื่องได้สอดคล้องเชื่อมโยงกันกับภาพเหตุการณ์ทั้ง 3 ภาพ ได้อย่างดี แต่ยังมีผิดพลาดในเรื่องการสังเกต และความรอบคอบ เมื่อให้การชี้แนะนักเรียนยอมรับในข้อผิดพลาดนี้ และนำข้อผิดพลาดไปประยุกต์ใช้

กิจกรรมปัจฉิมนิเทศ บูธแห่งความภูมิใจ เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนได้นำเสนอหน้าชั้นเรียนอย่างเป็นระบบ นักเรียนทั้ง 4 คน สามารถจัดลำดับเนื้อหาในการพูดให้มีความสอดคล้องกันได้ และมีความประทับใจในกิจกรรมที่ 1 ลั่นชกทรงเครื่องเหมือนกัน เพราะเป็นงานที่นักเรียนได้ทำด้วยฝีมือของตนเองทั้งหมด ซึ่งจะเห็นว่านักเรียนจะรู้สึกภูมิใจมากถ้างานชิ้นนี้นักเรียนได้มีส่วนร่วมตั้งแต่ต้นจนจบหรือทำด้วยตนเองทั้งหมด

10.2 จากการดำเนินการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะเพื่อพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น ทั้งก่อนและหลัง

การใช้โปรแกรม 12 ครั้ง สามารถสรุปผลเป็นกราฟแสดงคะแนนที่ปกติ ได้ ดังนี้



ภาพที่ 1 คะแนนที่ปกติ จากการดำเนินการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะเพื่อพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น ก่อนและหลังการใช้โปรแกรมฯ

10.2.1 เด็กชายไวท์ (นามสมมติ) พบว่า ทักษะการวางแผนและจัดระบบก่อนการใช้ โปรแกรมฯ ของเด็กชายไวท์มีคะแนนที่ปกติที่ 45 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ย (กลุ่มระดับควรปรับปรุงหรือต่ำกว่าปกติ หรือควรได้รับการพัฒนา) หลังจากการใช้โปรแกรมฯ เด็กชายไวท์ มีคะแนนที่ปกติที่ 54 ซึ่งอยู่ในระดับเกณฑ์เฉลี่ย (กลุ่มระดับปานกลางหรือปกติ)

10.2.2 เด็กชายบลู (นามสมมติ) พบว่า ทักษะการวางแผนและจัดระบบก่อนการใช้โปรแกรมฯ ของเด็กชายบลูมีคะแนนที่ปกติที่ 43 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ย (กลุ่มระดับควรปรับปรุงหรือต่ำกว่าปกติ หรือควรได้รับการพัฒนา) หลังจากใช้โปรแกรมฯ เด็กชายบลูมีคะแนนที่ปกติที่ 57 ซึ่งอยู่ในระดับเกณฑ์เฉลี่ย (กลุ่มระดับปานกลางหรือปกติ)

10.2.3 เด็กชายเรด (นามสมมติ) พบว่า ทักษะการวางแผนและจัดระบบก่อนการใช้โปรแกรมฯ ของเด็กชายเรดมีคะแนนที่ปกติที่ 38 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ย (กลุ่มระดับควรปรับปรุงหรือต่ำกว่าปกติ หรือควรได้รับการพัฒนา) หลังจากใช้โปรแกรมฯ เด็กชายเรดมีคะแนนที่ปกติที่ 54 ซึ่งอยู่ในระดับเกณฑ์เฉลี่ย (กลุ่มระดับปานกลางหรือปกติ)

10.2.4 เด็กชายกรีน (นามสมมติ) พบว่า ทักษะการวางแผนและจัดระบบก่อนการใช้โปรแกรมฯ ของเด็กชายกรีนมีคะแนนที่ปกติที่ 38 ซึ่งอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ย (กลุ่มระดับควรปรับปรุงหรือต่ำกว่าปกติ หรือ

ควรได้รับการพัฒนา) หลังจากใช้โปรแกรมฯ เด็กชายกรีนมีคะแนนที่ปกติที่ 57 ซึ่งอยู่ในระดับเกณฑ์เฉลี่ย (กลุ่มระดับปานกลางหรือปกติ)

## 11. อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลของการโปรแกรมกระบวนการกลุ่มร่วมกับการชี้แนะเพื่อพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบางบัว (เพ่งตั้งตรงจิตรวิทยาคาร)

ผลการศึกษา พบว่า ก่อนการดำเนินการใช้โปรแกรมฯ นักเรียนกลุ่มเป้าหมาย มีทักษะการวางแผนและจัดระบบต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ย อาจเนื่องมาจากปัจจัยสมาธิสั้นของนักเรียน ที่มีอาการอยู่ไม่นิ่ง ขาดสมาธิในการเรียน ซึ่งสอดคล้องกับชาญวิทย์ พรนภดล (2553), พวงทอง ไกรพิบูลย์ (2556) และพนม เกตุมาน (2551) ที่กล่าวว่า นักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นจะแสดงอาการขาดสมาธิ วอกแวกง่าย ขาดความตั้งใจในการทำงาน ทำงานไม่เรียบร้อยตกหล่น ขาดความรอบคอบ ไม่ตั้งใจเรียน เมื่อให้คำชี้แนะบางครั้งก็ลืมหรือทำไม่ครบ ดิฉัน และพูดมาก เนื่องจากสมองทั้ง 3 ส่วนใหญ่ๆ มีการทำงานที่บกพร่อง โดยเฉพาะในส่วน Prefrontal Cortex ซึ่งเป็นสมองส่วนหน้าสุด ทำหน้าที่ควบคุมการใช้เหตุผล การยั้งคิด การจำแนกแยกแยะ การจัดระบบข้อมูลต่างๆ

นักเรียนกลุ่มเป้าหมายเป็นเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น ดังนั้นจึงเป็นไปได้ว่าอาการสมาธิสั้นของนักเรียนส่งผลให้นักเรียน มีความยากลำบากในการวางแผนและจัดระบบ ซึ่งควรได้รับการให้ความช่วยเหลือในการพัฒนาทักษะดังกล่าวอย่างต่อเนื่อง เพื่อช่วยให้นักเรียนมีทักษะการวางแผนและจัดระบบซึ่งจะสามารถนำมาใช้ประโยชน์ในการเรียนรู้ให้ประสบความสำเร็จได้

แนวทางในการพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอแนวทางในการให้ความช่วยเหลือนักเรียนกลุ่มเป้าหมาย โดยการจัดกิจกรรมหรือจัดการเรียนรู้ ที่มีลักษณะกิจกรรมเหมาะสมกับนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น โดยเน้นสื่อการเรียนรู้หรือเกมที่สร้างสรรค์ที่เกี่ยวกับเรื่องที่จะฝึกทักษะให้กับนักเรียน ซึ่งส่งผลให้นักเรียนเกิดความสนใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรม และมีสมาธิจดจ่อมากขึ้น สามารถทำงานเสร็จทันเวลา และครูต้องหมั่นตรวจเช็คสมุดการบ้านของนักเรียนอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งสร้างบรรยากาศที่ดีในห้องเรียน เช่น จัดโต๊ะหรือที่นั่งให้เหมาะสมกับนักเรียนแต่ละคน มีการแบ่งเวลาในการทำงานที่ชัดเจน สิ่งสำคัญที่ขึ้นกระชับ และที่ละขั้นตอน ให้นักเรียนทวนคำสั่งทุกครั้งเมื่อครูสั่งเสร็จ เพื่อตรวจสอบว่านักเรียนเข้าใจหรือไม่ และครูควรหากิจกรรมที่ให้นักเรียนสามารถเข้าร่วมหรือทำด้วยตนเองได้จะยิ่งทำให้นักเรียนรู้สึกภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับราชานุกูล (2558) และชาญวิทย์ พรนภดล (ม.ป.ป.) กล่าวว่า นักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นควรได้รับการช่วยเหลือในด้านการเรียน มีการจัดการเรียนการสอนให้เหมาะสมกับลักษณะการเรียนรู้สำหรับนักเรียน พยายามสร้างบรรยากาศที่ดีให้กับนักเรียน มีการจัดที่นั่งให้นักเรียนอยู่หน้าชั้นหรืออยู่ใกล้ครูให้มากที่สุด เพื่อครูจะได้เตือนนักเรียนให้กลับมาตั้งใจเรียนเมื่อสังเกตว่านักเรียนเริ่มขาดสมาธิ และครูอาจมีกิจกรรมสร้างสรรค์ให้ทำ เช่น มอบหมายหน้าที่ให้ช่วยครูเดินแจกสมุดให้เพื่อนๆ ในห้อง ลบกระดานดำ จะช่วยลดความเบื่อในการเรียนลง และทำให้นักเรียนมีสมาธิในการเรียนได้นานขึ้น ซึ่งเทคนิคเหล่านี้เหมาะกับนักเรียนกลุ่มเป้าหมายในแต่ละคน อีกทั้งเทคนิคเหล่านี้ได้รับการนำไปใช้และแสดงให้เห็นว่า สามารถนำไปให้ความช่วยเหลือนักเรียนกลุ่มเป้าหมายให้มีการพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบในด้านการเรียนให้ดีขึ้นจากการใช้โปรแกรมดังกล่าว กับนักเรียนกลุ่มเป้าหมาย 12 ครั้ง พบว่านักเรียนกลุ่มเป้าหมายสามารถพัฒนาทักษะการวางแผนและจัดระบบของตนที่ดีขึ้น และนักเรียนยังรู้สึกภูมิใจในกิจกรรมที่ตนเองมีส่วนร่วมและได้ลงมือทำ

## 12. ข้อเสนอแนะ

### 12.1 ข้อเสนอแนะทั่วไป

12.1.1 ผู้ปกครองของนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น ควรได้รับการสนับสนุนให้มีการเรียนรู้วิธีการส่งเสริมพัฒนาทักษะด้านต่างๆ ของบุตรหลาน รวมทั้งให้ความร่วมมือกับครูหรือบุคคลที่เกี่ยวข้องในการให้ความช่วยเหลือเพื่อให้บุตรหลานมีพัฒนาการด้านทักษะและการเรียนที่ดีขึ้น

12.1.2 การช่วยเหลือนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น ต้องสร้างความเข้าใจเพื่อให้นักเรียนยอมรับและเข้าใจในตนเองเสียก่อน ซึ่งจะส่งผลให้นักเรียนให้ความร่วมมือกับครู และบุคคลที่เกี่ยวข้องในการเข้าร่วมกิจกรรม การเรียนการสอน และยอมรับการช่วยเหลือในด้านต่างๆ ที่ตนมีปัญหาดังนั้นด้านทักษะการเรียน และการใช้ชีวิตประจำวัน

### 12.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

12.2.1 ควรมีการติดตามศึกษาความคงทนของทักษะการวางแผนและจัดระบบ ภายหลังการใช้โปรแกรมฯ

12.2.2 ควรจัดทำโปรแกรมที่พัฒนาทักษะความสามารถคิดบริหารจัดการตนเองหรือ EF ในทักษะ 9 ด้าน โดยเลือกจัดทำให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย นักเรียนที่มีความต้องการจำเป็นพิเศษประเภทอื่นๆ

## 13. เอกสารอ้างอิง

- เขมวันต์ กระดังงา. (2554). ผลการเรียนรู้ด้วยกระบวนการกลุ่มร่วมกับเว็บสนับสนุนการเรียนรู้ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม วิชาการพัฒนาเว็บไซต์เบื้องต้นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2. สารนิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเทคโนโลยีการศึกษา มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ชาญวิทย์ พรนภดล. (2553). “มารู้จักและช่วยเด็กสมาธิสั้นกันเถอะ ตอนที่ 6” (Retrieved on 18, March, 2019), from <http://www.si.mahidol.ac.th/sidoctor/e-pl/article/detail.asp?id=397>.
- ชาญวิทย์ พรนภดล. (ม.ป.ป.). “มารู้จักและช่วยเด็กสมาธิสั้นกันเถอะ” (Retrieved on 15, March, 2019), from [http://www.si.mahidol.ac.th/th/departement /psychiatrics/dept\\_article\\_detail.asp?a\\_id= 395](http://www.si.mahidol.ac.th/th/departement /psychiatrics/dept_article_detail.asp?a_id= 395).

- ดารณี อุทัยรัตนกิจ. (2558). “Executive Function (EF) ความสามารถคิดบริหารจัดการตน” เอกสารประกอบการสอนการศึกษาสำหรับนักเรียนที่มีความต้องการจำเป็นพิเศษ. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ฐาปณีย์ แสงสว่าง. (2559). ความสามารถคิดบริหารจัดการตน: แบบวัดและแนวทางการพัฒนาสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์ดุขุฎิบัณฑิต สาขาวิชา การวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นุชรี โลพะกุล. (2556). “ทักษะการสอน 3” (Retrieved on 23, July, 2019), from <http://krunucharee3011.blogspot.com/p/17.html>.
- พนม เกตุมาน. (2551). “สุขใจกับเด็กสมาธิสั้น: คู่มือพ่อแม่และครูสำหรับการฝึกเด็กสมาธิสั้น” (Retrieved on 29, June, 2018), from <http://www.si.mahidol.ac.th/th/department/psychiatrics/cap/pic/sukjaiFree.pdf>.
- พวงทอง ไกรพิบูลย์. (2556) “สมองน้อย (Cerebellum)” (Retrieved on 2, July, 2018), from <http://haamor.com/th/%E0%B8%AA%E0%B8%A1%E0%B8%AD%E0%B8%87%E0%B8%99%E0%B9%89%E0%B8%AD%E0%B8%A2/>.
- ราชานุกูล. (2555). เด็กสมาธิสั้น คู่มือสำหรับพ่อแม่/ผู้ปกครอง. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- ราชานุกูล. (2558). เด็กสมาธิสั้น คู่มือสำหรับครู. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- วรรณกร สมุทรอัษฎงค์. (2556) “เด็กสมาธิสั้น (Children with ADHD)” ((Retrieved on 23, July, 2018), from <http://taamkru.com/th/%E0%B9%80%E0%B8%94%E0%B9%87%E0%B8%81%E0%B8%AA%E0%B8%A1%E0%B8%B2%E0%B8%98%E0%B8%B4%E0%B8%AA%E0%B8%B1%E0%B9%89%E0%B8%99/>.
- สุภาวดี หาญเมธี. (2558) “ทฤษฎี EF เพื่อการปฏิรูปการศึกษาไทย อย่าปล่อยให้ช่วงเวลาทองผ่านพ้นไป” (Retrieved on 2, July, 2018), from <http://www.moe.go.th/moe/th/news/detail.php?NewsID=40955&Key=hotnews>.
- สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2555). การส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักศึกษาพิการ. เอกสารประกอบการอบรมหลักสูตรการพัฒนาศักยภาพบุคคลกรที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาสำหรับคนพิการในระดับอุดมศึกษา. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา สำนักงานส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพนักศึกษากลุ่มส่งเสริมการเรียนรู้ประสบการณ์กับชุมชน.
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2554). สร้างสมาธิให้ลูกคุณ. กรุงเทพมหานคร: ชันดำการพิมพ์.

## แรงจูงใจในการเรียนภาษาอังกฤษของนักเรียนอาชีวศึกษา

1 ผู้นิพนธ์ประสานงาน โทรศัพท์ 08-0124-9095 อีเมล : sawangruethai.ai@gmail.com

สว่างฤทัย อัยกร<sup>1</sup>

รับเมื่อ 18 กรกฎาคม 2561 ตอบรับเมื่อ 31 กรกฎาคม 2561 DOI:10.14416/j.faa.2020.02.004

มนนิภา สมพงษ์<sup>2</sup>

### บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับแรงจูงใจของนักเรียนอาชีวศึกษาที่มีต่อการเรียนภาษาอังกฤษ และศึกษาว่านักเรียนมีแนวโน้มในการเกิดแรงจูงใจจากปัจจัยภายในหรือภายนอก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามเรื่องแรงจูงใจที่ดัดแปลงมาจาก Attitude/Motivation Test Battery โดย Gardner (1985) และการสัมภาษณ์แบบหนึ่งต่อหนึ่ง กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนอาชีวศึกษา ระดับ ปวช. ปีที่ 3 จำนวน 120 คน จากวิทยาลัยอาชีวศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดสกลนคร กลุ่มตัวอย่างถูกแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม อิงตามสาขาที่เรียน คือ กลุ่มคอมพิวเตอร์ธุรกิจ กลุ่มอุตสาหกรรม และกลุ่มบัญชี ข้อมูลถูกวิเคราะห์ทางสถิติด้วยโปรแกรม SPSS เพื่อค้นหาคะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของข้อมูลเชิงปริมาณ ผลจากการศึกษาพบว่า นักเรียน ปวช. ปีที่ 3 มีแรงจูงใจในการเรียนภาษาอังกฤษค่อนข้างสูง นักเรียนจากกลุ่มคอมพิวเตอร์ธุรกิจกับกลุ่มบัญชีมีระดับแรงจูงใจที่สูงกว่านักเรียนจากกลุ่มอุตสาหกรรม กลุ่มตัวอย่างมีแนวโน้มในการเรียนภาษาอังกฤษจากปัจจัยทั้งภายในและภายนอกค่อนข้างสูง แต่มีแนวโน้มจากปัจจัยภายนอกสูงกว่า จึงกล่าวได้ว่า นักเรียนอาชีวศึกษามีแนวโน้มในการเกิดแรงจูงใจจากปัจจัยภายนอกมากกว่าปัจจัยภายใน ผู้วิจัยแนะนำให้ผู้สอนออกแบบการสอนเพื่อรักษาและเพิ่มระดับแรงจูงใจของนักเรียน รวมไปถึงกระตุ้นให้นักเรียนสร้างแรงจูงใจด้วยตนเอง

**คำสำคัญ :** แรงจูงใจ แนวโน้มจากปัจจัยภายใน แนวโน้มจากปัจจัยภายนอก นักเรียนอาชีวศึกษา

<sup>1</sup> นักศึกษาระดับปริญญาโท หลักสูตรการสอนภาษาอังกฤษเป็นภาษาต่างประเทศ สถาบันภาษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

<sup>2</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ประจักษ์สถาบันภาษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

## Vocational Students' Motivation toward Studying English

<sup>1</sup> Corresponding Author, Tel. 08 0124 9095, E-mail : sawangruethai.ai@gmail.com  
Received 18 July 2018; Accepted 31 July 2018

Sawangruethai Aiyakorn <sup>1</sup>  
Monnipha Somphong <sup>2</sup>

### Abstract

This study aims to investigate the motivation level of vocational students toward studying English and also to explore whether the students instrumentally or integratively motivated. The two research instruments were the motivation questionnaire adopted from Gardner's Attitude/Motivation Test Battery (1985) and the one-on-one interview. The participants were 120 third year vocational certificate students from a college in Sakon Nakhon province. The participants were divided into three groups according to their field of study: Business computer group, Industry group, and Accountancy group. The data was statistically analyzed through SPSS to find out the mean score and standard deviation of the quantitative data. The results revealed that the 3<sup>rd</sup> year vocational students reported quite high level of motivation toward studying English and the motivational level students from Business computer and Accountancy group were higher than those from Industry group. The students also reported quite high scores of both instrumental and integrative orientation; however, the mean score of instrumental orientation was higher than that of integrative orientation. Therefore, the vocational students were more instrumentally motivated than integratively motivated. The author suggests that the teacher should design a teaching methodology in order to maintain and increase students' motivation including encourage students to self-generate their motivation.

**Keywords :** Motivation, Integrative orientation, Instrumental orientation, Vocational students

---

<sup>1</sup> Postgraduate student of Teaching English as Foreign Language, Language Institute Thammasat University

<sup>2</sup> Assistant Professor, Ph.D., Language Institute Thammasat University



## 1. Introduction

English plays an important role as a commonly used language throughout the world of communication. English is used as a lingua franca in many communities around the world, and as a second language or an official language in a number of countries. In Thailand, English is a foreign language. Thai people speak their own language and English is another language that people have to study since young age. Some are able to achieve it at a satisfying level, but some cannot use English well or even are not able to use it. So, what factor affects one person's learning process? To achieve learning a second language, one of the important factors affecting learning process is attitudinal-motivational aspect (Gardner, 1985). Attitude is how a person feels about a certain thing or situation. It might be positive or negative and that feeling will push one to behave in a certain way toward that thing or situation. When a person has a positive feeling in doing something, one will be motivated to do and able to do well. Motivation, somehow, also plays a big role in second language learning. Motivation is an interior force that drives people to do something or behave in a certain way. Each person expresses different levels and different types of motivation. In acquiring a second language, motivation is an impulsion that pushes students to achieve their goal of learning. Hence, the researcher was interested in exploring how a certain group of people feel toward learning English. The Attitude Motivation Test Battery (Gardner, 1985) was adopted to measure participants' motivation toward learning English. Furthermore, the researcher was also interested in how people view learning English.

In Thailand, vocational education is another choice of education. The vocational education system is the big source supplying manpower for semi to high skilled labor markets. Since Thailand has already joined ASEAN Economic Community at the end of 2015 and English is the lingua franca in

ASEAN community, it is important to prepare Thai vocational students to be able to deal with the market requirement in AEC era. Besides academic support that helps enhancing students' competence, motivation is also beneficial in encouraging students' willingness to learn. Therefore, this study focused on how to upgrade the potential of students in vocational education system. The development of the curriculum is an important part to improve the quality of students. In order to correctly match the curriculum to the students, the researcher was interested in studying motivational aspect of the students which would indicate the problem and the circumstance of the students. The result would lead to correct solution and also the development of the curriculum and teaching methodology.

The research questions of this study were as follows:

1. What level of motivation do vocational students report toward studying English?
2. Are vocational students integratively or instrumentally motivated?

## 2. Literature Review

### 2.1 Vocational education in Thailand

Vocational and technical education system in Thailand according to Toward a learning society in Thailand by Bureau of International Cooperation (BIC) (November, 2008) offers three levels of the program - upper secondary (Vocational Certificate), post-secondary (Diploma or Vocational Associate Degree), and university level (Bachelor's Degree). BIC also mentioned that over one million students were in Vocational program.

The courses offered for Vocational and Diploma Certificate consist of 9 courses; 1) Industry, 2) Commerce/Business Administration, 3) Fine and Applied Arts, 4) Home Economics, 5) Agriculture, 6) Fisheries, 7) Tourism & Hospitality, 8) Textile Industry, and 9) Information Technology and Communication (ICT).

Vocational certificate curriculum B.E. 2556 and Diploma certificate curriculum B.E. 2557 were adapted to comply with the era of technology to produce qualified technical manpower in many areas of abilities. The qualified manpower are expected to be able to adapt the knowledge from school in real life working, to have morals and ethics in their own occupation, and to develop oneself in academic and profession.

## **2.2 Motivation in second language acquisition**

Motivation, in a term of second language acquisition, is something that urges learners to achieve in learning the language. Gardner (1985) suggested that the motivation is the combination of desire plus effort to learn the language, and positive attitudes toward learning the language. The desire to learn the language would drive learners to spend effort to reach their goal of learning and favorable attitudes would also make learners enjoy the activity. Just one or two partial of the combination could not reflect learners' motivation as all three connect to each other and cause the motivation. Therefore, the desire plus the effort plus favorable attitudes are all necessary to identify motivated learners.

To reflect the motivation in learning the second language; an effort to learn the language, a desire to learn the language, and attitudes toward learning the language, all these aspects are identified as the measure of motivational intensity. The goal refers to a type of motivation which reflects reasons why students choose to learn the language (Gardner, 1985). The reasons can indicate the type of motivation and reflect the goals relating to language achievement. The reasons can be clarified, then they will indicate the final goal. The goal can also be classified into various categories, and those categories are termed as orientations. Gardner and Lalonde (1985) gave the term orientations and suggested two types of orientations; integrative and instrumental.

In second language acquisition context, motivational intensity measures students' amount of effort they spend in learning process (Gardner, 1985). However, motivational intensity itself cannot indicate motivation. Two individuals might share the same level of motivational intensity but they might express different affection and desire toward learning the language. Therefore, the desire to learn the language correlates with attitudes and motivational intensity. Thus, four aspects; a goal, effort, desire, and attitudes toward learning the language, are necessary in describing the occurrence of motivation. However, this study focused on one influential motivation theory proposed by Gardner (1985) which was the socio-educational model. The socio-educational model displayed the influence of motivation in second language achievement. The model with indicator variables presents how the process of second language acquisition works and provides the predictions of the role of the variables in second language acquisition called the Attitude/Motivation Test Battery (AMTB).

## **2.3 Integrative and instrumental orientation**

The socio-educational model presented the importance of orientations and identified two types of orientations: integrative and instrumental. Orientation refers to a reason for studying second language of each learner. In the socio-educational model, integrative and instrumental orientations were presented. The orientations and motivation are different. Briefly, orientation is reasons in learning the second language; meanwhile, motivation is the combination of three aspects: desire, effort, and attitudes toward learning the language, which are probably relevant or irrelevant to the orientation. The integrative orientation is a reason indicating that students learn the second language to interact with or integrate to that language community. The students who express integrative orientation might also display a high level of motivation, yet some

might probably display low level motivation. The instrumental orientation displays a practical reason in learning language such as to further a career or surpass an academic goal without relating to any personal interest in social or cultural purpose.

It is not proper to compare orientation with motivation (Gardner, 1985). The integrative orientation links with a positive affection in other language community, thus it reflects a goal in learning the second language which may not include motive power. Although some studies have showed that highly motivated students tend to be more integratively oriented than instrumentally oriented, it is probable that instrumentally oriented students will display a high level of motivation.

#### **2.4 Strategies to motivate second language learners**

Focusing on learning process, motivational strategies that could help generate and maintain learners' motivation, and the formulation of self-motivating strategies that enable learner's self-control of their individual involvement in learning; these two features were concerned with polishing educational potential (Dörnyei, 2003).

A comprehensive framework of motivational strategies has been devised and consisted of four dimensions:

1. Creating the basic motivational conditions
2. Generating initial student motivation
3. Maintaining and protecting motivation
4. Encouraging positive retrospective self-evaluation

#### **2.5 Related researches**

The study of Qashoa (2006), Tahaine & Daana (2013), Sandoval-Pineda (2011), and Chalakh and Kassaian (2010) investigated the motivation of the participants using the questionnaire adopted from Gardner's Attitude/Motivation Test Battery (AMTB) (1985). Qashoa (2006) investigated students' integrative and instrumental motivation in learning English and studied factors affecting students'

motivation of English learners in secondary schools, the East coast of UAE. The result presented that the students expressed higher instrumental motivation than integrative motivation. The demotivating factor chosen the most by learners was the grammar aspects (vocabulary, structure, and spelling).

Tahaine & Daana (2013) studied the motivation, orientation, and attitudes toward learning English of English language and literature students from Al Balqa' Applied University, Jordan. The result presented that the students were both instrumentally and integratively motivated, but the instrumental orientation outperformed the integrative orientation. The student showed positive attitudes toward English language and English-speaking people and culture. The responses showed that English is extremely needed for the students, and they highly desired to learn the language. However, the responses also showed that the students did not attempt to learn the language at their best. The author suggested that the educators should use interesting textbooks to encourage and maintain learners' motivation, and the instruction should meet the need of the students in order to support them to become successful learners.

Sandoval-Pineda (2011) investigated the relationship between attitudes and motivation with English language achievement among Mexican university students. The study examined attitude and motivation of the students in learning English in Mexican context and the factors influencing students' attitudes and motivation. The result stated that most of the students showed favorable attitude and motivation toward English learning in general; however, they showed negative attitudes and motivation toward learning English in university. The unfavorable attitudes and motivation toward learning English in university were probably affected by how the English course was designed. The author suggested redesigning English program in order to

meet the need of the students, allowing the students to perform proficiency and placement test often, investing on teaching materials, and letting the language teachers participate in creating policies.

Chalak and Kassaian (2010) conducted the study on motivation and attitudes in learning English as second language of Iranian undergraduates from English translation major. The result of the study presented that the students were highly motivated to learn English. They were both integratively and instrumentally motivated and they were more integratively motivated. The researcher discovered that the students prioritized studying English the most because the majority believed that English is globalized and necessary for everyone.

Moreover, Thongrutkumpol (2013) conducted a case study of a reflection on the needs of English courses of first year diploma Thai vocational students. The result presented that most of the students believed English was important and necessary for their life. The majority of the students had difficulty with speaking skill the most due to the limitation of vocabulary, and they usually had been taught in Thai. Thus, the most needed skill for the students was speaking skill. The author suggested that the students should be able to study reading and writing in classroom and speaking and listening in language lab. And a co-teaching which Thai teacher cooperated with English native teacher should be conducted in class.

### 3. Methodology

#### 3.1 Participants

The participants of the study were purposively selected by the researcher. They were 120 third-year vocational students from a college in Sakon Nakhon province; 37 from Business computer major, 34 from Mechanical technology major, 8 from Civil construction major, and 41 from Accountancy major. The researcher grouped the participants into three groups according to their fields of study; Business computer group, Industry group (civil construction

and mechanical technology majors), and Accountancy group.

#### 3.2 Research instruments

3.2.1 The motivation questionnaire was written in Thai in order to minimize the misinterpretation of the participants. The questionnaire consisted of 2 parts which were the personal background and the 5 point Likert scale questionnaire. The questionnaire was adopted from the revised version of Attitude/Motivation Test Batter: Technical Report (1985) by Gardner et al., and also adapted from the questionnaire items of the studies of Chalak & Kassaian (2010) and Sandoval-Pineda (2011). The questionnaire had been created to elicit the participants' effort in learning English, desire, attitudes toward English language, and directions in learning English. There were 44 questionnaire items divided into 5 scales according to the structure of the AMTB; 1) motivational intensity, 2) desire to learn the language, 3) attitudes toward the learning language, 4) integrative orientation, and 5) instrumental orientation. In order to validate the quality of the questionnaire, the researcher conducted the investigation of Index of item-object congruence (IOC) and the result was acceptable. Meanwhile, the data from the pilot study was analyzed through Cronbach's alpha in order to confirm the reliability of the questionnaire and the result was also acceptable.

3.2.2 The one-on-one interview included 9 questions. Some of the questions were adapted from the questionnaire.

#### 3.3 Research procedure

The questionnaire was distributed to the third-year vocational students by the college staff. The students who had completed the questionnaire were asked to participate in the one-on-one interview and 4 students volunteered. Due to time limit and the data collection occurred at the end of 2nd semester, the number of students who were

convenient to participate in the interview was small. All of the conversation was completely in Thai. Each interview took around 5 - 6 minutes. The students were told to answer all the questions at will and they could add more information in the middle of the interview. The researcher confirmed with the students that their interview would not affect their school record.

The motivation questionnaire data was analyzed by quantitative analysis method through SPSS program. The questionnaire data (44 items) was calculated separately according to five subscales and divided into three sets corresponding to three groups of the participants. The data was descriptively calculated to find out the mean score and standard deviation of each item, then the overall mean score of the questionnaire was analyzed to indicate the motivational level of the participants. One way ANOVA and post hoc test were conducted to analyze the significant differences of motivation and orientations among three groups of participants. Then, a paired sample t-test was conducted to compare two variables: integrative and instrumental orientation to indicate which orientation was highly obtained. The interview data was transcribed and translated into English, and the important information were coded to support the quantitative data.

## 4. Results

### 4.1 Participants' background information

The participants' age ranged from 18-21 but most of them were 18-19. 47.5% of the participants were male and 52.5% were female. The average time that most of the participants started studying English was at kindergarten. Almost of the participants had never studied abroad. English involving activity outside classroom chosen by the participants the most was listening to English songs, followed by self-studying and playing English games and the least chosen English involving activity was conversing in English with other people. Most of the participants

rated their English proficiency in 4 skills as intermediate level.

### 4.2 The motivation questionnaire

In order to investigate the motivation's level of vocational students in studying English, the quantitative data was calculated to find out the motivational mean score and standard deviation of each groups, then a one way ANOVA was conducted to determine the statistically significant difference of motivation among 3 groups of participants. The result revealed that there was a significant difference of motivation as  $p < .002$ . Post hoc's Tukey HSD test indicated that Industry group was significantly different from both Business computer group ( $p < .005$ ) and Accountancy group ( $p < .006$ ). However, no significant difference was found between Business computer group and Accountancy group ( $p > .992$ ). Thus, the participants from Business computer group and Accountancy group expressed a higher motivational level than the participants from Industry group. However, all the participants showed positive level of motivation in studying English. The interview data of 4 volunteer students also supported the data analysis. The interviewees liked studying English, they perceived English as an important subject, and they would take English course if the decision depended on them. They had positive attitudes toward English language and they explained that English is an essential part of their life and useable all the time.

In order to explore if the vocational students integratively or instrumentally motivated, a one way ANOVA was conducted to determine the significant differences of all groups in two subscales: integrative and instrumental orientation. The results revealed that there were significant differences among the groups of the participants in both instrumental orientation ( $p < .005$ ) and integrative orientation ( $p < .006$ ). Post hoc's Tukey HSD test indicated the significant difference in instrumental orientation that Business computer group was significantly different

from Industry group ( $p<.004$ ). However, no significant differences were found between Business computer group and Accountancy group ( $p<.489$ ), and Industry group and Accountancy group ( $p<.084$ ). In terms of integrative orientation, post hoc test indicated that Business computer group was significantly different from Industry group ( $p<.007$ ), and Industry group was significantly different from Accountancy group ( $p<.044$ ). No significant difference was found between Business computer group and Accountancy group ( $p<.738$ ).

A paired sample t-test was conducted to compare two variables, integrative and instrumental orientation, if they were significantly different. The test revealed that integrative and instrumental orientation were positively and highly correlated ( $r=.792$ ,  $p<.000$ ). There was significant difference between two orientations ( $t_{119}=2.824$ ,  $p<.006$ ). On average, instrumental orientation mean score was 0.09 higher than integrative orientation (95% CI [0.028, 0.162]). Therefore, the participants showed more of instrumental orientation than integrative orientation.

**Table 1** The mean scores of motivation and orientations

| Group             | N   | Motivation |      | Instrumental orientation |      | Integrative orientation |      |
|-------------------|-----|------------|------|--------------------------|------|-------------------------|------|
|                   |     | Mean       | Std. | Mean                     | Std. | Mean                    | Std. |
| Business computer | 37  | 3.67       | .40  | 3.85                     | .45  | 3.73                    | .52  |
| Industry          | 42  | 3.35       | .53  | 3.44                     | .69  | 3.34                    | .63  |
| Accountancy       | 41  | 3.66       | .38  | 3.70                     | .48  | 3.64                    | .49  |
| Total             | 120 | 3.56       | .47  | 3.66                     | .57  | 3.56                    | .57  |

The interview data also supported this data analysis since the interviewees perceived the advantage of studying English as beneficial for them in the near future. They thought that English were helpful in providing a good chance in career, communication, and getting more knowledge. They acknowledged that English is a global language and to be successful in learning English is to be able to communicate. All interviewees agreed that communication was their goal of studying English.

## 5. Discussion and Conclusion

The findings of this study present the motivational level of the participants in studying English and their orientations in achieving English learning. The findings can be helpful for language teachers, administrators, or those interested in enhancing students' English competence in order

to design and create teaching methodologies which will be appropriate for students' potentials and needs. Thus, in this section, the researcher would like to discuss the similarities and differences of this current study with the other related researches in order to support and strengthen the importance of this study's results. The similarity between this current study and some of other research studies (Sandoval-Pineda, 2011; Chalak & Kassaian, 2010; Tahaineh & Daana, 2013; Qashoa, 2006) was the questionnaire adopted from Attitude/ Motivation Test Battery (AMTB) of Gardner (1985; 2009).

The participants of this study were third-year vocational students who were grouped into Business computer, Industry, and Accountancy group according to their majors. The students had similar personal backgrounds; for example, most of them



were 18-19, had never studied abroad, and rated their proficiency at intermediate level. The analytical result of motivation suggests that third year vocational students reported high level of motivation toward studying English. Referring to the socio-educational theory (Gardner & Lalonde, 1985; Gardner, 1985), the participants of this study expressed favorable attitude toward studying English, they were willing to learn the language, and they also put some effort to learn. This was a positive sign which the students perceived English as an important matter and attempted to acquire the language. The result was in consistent with the study of Chalak and Kassaian (2010), Tahaineh and Daana (2013), and Sandoval-Pineda (2011). However, the study of Sandoval-Pineda examined the motivation in learning English course in the university but this current study did not investigate English language taught in the college.

The students of Business computer and Accountancy group were highly motivated than Industry students due to different fields of study, so the courses they were taking were different. The objectives and directions of each major are also different and they are likely to affect students' attitude and perspective; therefore, the students from different majors presented different level of motivation. In accordance with the vocational certificate curriculum B.E. 2556, Business computer and Accountancy program provide more English courses for the students than Industry program. Business computer and Accountancy students spent their time on English learning more; hence, they displayed higher motivation than those from Industry program.

Furthermore, the finding of this study suggests that the vocational students scored quite high in both instrumental and integrative orientation; however, they were more instrumentally motivated than integratively motivated. The participants of this study agreed to learn English for practical purposes,

future career, and school records; moreover, the students were keen to invest their time involving their hobbies (e.g. listen to English songs, watch English movies, read English books etc.), learn foreign culture and lifestyle, converse or contact with foreign friends. The vocational students agreed to learn English for practical purposes and learn about English community culture. The result was in favor of Sandoval-Pineda's study (2011), Tahaineh and Daana (2013), and Qashoa (2006). This study's result was also in favor of the study of Chalak and Kassaian (2010); however, the amount of Chalak and Kassaian's participants who were integratively motivated was higher which was different from this current study. The participants of Chalak and Kassaian were university students from English translation major, so they prioritized studying English a lot and desired to integrate into English-speaking communities; on the other hand, the students in this study intended to perceive English as necessity for utilitarian purpose more. Interestingly, the participants from the interview mentioned that their goal in learning English was to be able to communicate which was in consistent with the study of Thongrutkumpol (2013). Moreover, the students of this study perceived that English was essentially required for their job opportunities which were similar to the participants of Thongrutkumpol's study who believed that English was necessary for their future life.

Since studying environment in Thailand was English as foreign language (EFL) context, the students always perceived learning English as a big part of school achievement, entrance exam, job opportunities, and future advantages rather than hobbies or some fun activities as those vocational students mentioned the practical advantages of English in the interview. However, the students of this study demonstrated a high level of motivation. They desired to learn and expressed a positive attitude toward learning English. Therefore, the

researcher suggests maintaining students' motivation according to four dimensions of motivational strategies by Dornyei (2003). Meanwhile, the teacher should create supportive atmosphere for students and encourage students to self-generate their motivation. Finally, the teacher can always give motivational feedback and enhance self-evaluation. The positive feedback would positively motivate the students. Thus, the students would always be motivated to learn English language.

## 6. Pedagogical Implications

The students reported high level of motivation. They desired to learn and expressed positive attitude toward learning English, plus they were both instrumentally and integratively motivated as they agreed to learn English for practical purpose as well as integrating themselves in English language community. Nevertheless, motivation is changeable. Motivation could decline as well as increase, so the motivation of the students could also be changed at any time by any factors. The researcher suggests that the teacher should design a teaching methodology in order to maintain and increase their motivation. The teaching methodology could be created in accordance with these following strategies (Dornyei, 2003; Choy & Troudi, 2006; Thongrutkumpol, 2013):

1. Positive environment could create basic motivation conditions. By creating supportive and relaxed atmosphere in class could encourage the students to confidently demonstrate themselves and yearn for participation in class. Moreover, the teacher should express positive attitudes and behaviors during teaching.

2. Promoting the students' self-motivational enhancement is crucial. The teachers can start from planting proper beliefs and positive attitudes on the students; for example, attaching cultural or social content in teaching to raise students' knowledge of English community culture. Then, the teachers can urge the students to have an awareness of

learning English. Moreover, the teacher should select relevant materials for class, so they would feel more associated and eager to learn.

3. Although the students reported high motivation in learning English, the students could be demotivated during the learning period. Maintaining the students' motivation is necessary. The teachers can create an enjoyable learning environment as follows;

Providing interesting materials and letting the students participate in picking studying material choices.

According to the research finding, most of the students enjoyed listening to English songs, playing games, and surfing the internet. So, the teachers can provide English assignments related to those activities to encourage the students to use English outside classroom.

Creating the activities that allows the students to work in group, so they would be able to share knowledge and discuss to each other. This would gradually generate the students' self-confidence, and the students would not feel discouraged to work alone.

Additionally, the teachers should provide guidance for the students to set their specific goal of learning English. According to the interview data, communication skill was the students' main goal in learning English, thus the teachers should promote listening and speaking aspects by setting a short term goal for students such as, being able to understand any short video clips, sing their favorite English songs, or present short stories or news to the class etc.

4. Motivational feedback could increase the students' satisfaction in learning English as well as their self-confidence. The teachers can provide motivational/positive feedback to the students and encourage them to self-evaluate at times, so they would realize their proficiency and build their own goals in achieving language learning.

## 7. References

- Bureau of International Cooperation (BIC). (2008, November). Toward a learning society in Thailand [PDF]. Bangkok: Ministry of Education. Retrieved from: <http://www.bic.moe.go.th/newth/images/stories/book/ed-eng-series/intro-ed08.pdf>
- Chalak, A., & Kassaian, Z. (2010). Motivation and attitudes of Iranian undergraduate EFL students toward learning English. **GEMA Online Journal of Language Studies**, 10, 37-56. <http://ejournals.ukm.my/gema/article/view/108/99>
- Dörnyei, Z. (2003). **Attitudes, orientations, and motivations in language learning**: Advances in theory, research, and applications. *Language Learning*, 53(S1), 3-32. doi:10.1111/1467-9922.53222
- Gardner, R. C. (1985). **Social psychology and second language learning**: The role of attitudes and motivation. London: Edward Arnold.
- Gardner, R. C., & Lalonde, R. N. (1985). **Second language acquisition**: A social psychological perspective. *Resources in Education*, ED 262 624.
- Qashoa, S. H. (2006). **Motivation among learners of English in the secondary schools in the Eastern Coast of the UAE** (Doctoral dissertation). British University in Dubai, Dubai, UAE.
- Sandoval-Pineda, A. (2011). **Attitude, motivation and English language learning in a Mexican college context** (Doctoral dissertation). Arizona: The University of Arizona. Retrieved from: [https://arizona.openrepository.com/bitstream/handle/10150/145743/azu\\_etd\\_11639\\_sip1\\_m.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://arizona.openrepository.com/bitstream/handle/10150/145743/azu_etd_11639_sip1_m.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Tahaine, Y., & Daana, H. (2013). **Jordanian undergraduates' motivations and attitudes toward learning English in EFL context**. *International Review of Social Sciences and Humanities*, 4(2), 159-180. Retrieved from: [http://www.irssh.com/yahoo\\_site\\_admin/assets/docs/15\\_IRSSH-433-V4N2.44203943.pdf](http://www.irssh.com/yahoo_site_admin/assets/docs/15_IRSSH-433-V4N2.44203943.pdf).
- Thongrutkumpol, T. (2013). A reflection on the needs of English courses of Thai vocational students: A case study. **Journal of Teaching Education**, 3(2), 325-331.

## การฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองผ่าน Google Apps

<sup>1</sup> ผู้นิพนธ์ประสานงาน โทรศัพท์ 08-9047-8838 อีเมล: titirutr@gmail.com  
รับเมื่อ 12 กันยายน 2561 ตอบรับเมื่อ 28 ธันวาคม 2561 DOI:10.14416/j.faa.2020.02.005

ทิตีรัฐ รุ่งแก้ว <sup>1</sup>

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองผ่าน Google Apps รวมถึง การศึกษาทัศนคติและความคิดเห็นในการใช้ Google Apps เป็นสื่อในการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษของผู้เรียน กลุ่มตัวอย่าง ในการศึกษาการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองผ่าน Google Apps ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์ลำปาง ที่ลงทะเบียนเรียนในรายวิชาภาษาอังกฤษในปีการศึกษา 2560 จำนวนทั้งสิ้น 33 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ 1) แบบทดสอบการฟังก่อนและหลังการฝึกทักษะฟัง 2) แบบสอบถามความคิดเห็นในการใช้สื่อ Google Apps เพื่อฝึกทักษะ การฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเอง 3) แบบสัมภาษณ์เชิงลึก ส่วนข้อมูลที่ได้จากการวิจัยได้นำมาทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการหา ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่ามัธยฐานเลขคณิต การทดสอบค่า t-test และการวิเคราะห์เนื้อหาจากบทสัมภาษณ์ (Content Analysis) ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการฝึกทักษะฟังของกลุ่มตัวอย่างมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.05 โดย คะแนนเฉลี่ยหลังการฝึกทักษะฟังสูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนการฝึก นอกจากนี้ กลุ่มตัวอย่าง ยังมีความเห็นว่า Google Apps มีความเหมาะสมมากที่สุดในการเป็นช่องทางเพื่อฝึกพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเอง อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยพบ ว่ากลุ่มตัวอย่างมีปัญหาบางประการในการฝึกทักษะการฟังด้วยตนเองผ่าน Google Apps ได้แก่ ความรู้พื้นฐานด้านภาษา ไวยากรณ์ ตลอดจนความเร็วและสำเนียงการพูดของเจ้าของภาษา

**คำสำคัญ :** ทักษะการฟัง การเรียนรู้ด้วยตนเอง Google Apps

<sup>1</sup> อาจารย์ประจำ สถาบันภาษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์ลำปาง

## Self-study English Listening Practice through Google Apps

<sup>1</sup> Corresponding Author, Tel. 08-9047-8838, E-mail titirut@gmail.com  
Received 12 September 2018; Accepted 28 December 2018

Titirut Rungkaew<sup>1</sup>

### Abstract

The purposes of this research were to study the effects of self-study listening practice through Google Apps on Thammasat students and their attitudes towards the use of this practice. The participants in this research were 33 first-year students enrolled in English courses at Thammasat University, Lampang Campus. The research instruments were 1) English Listening Comprehension Test (pre-test and post-test), 2) A questionnaire asking about students' attitudes towards self-study listening practice through Google Apps, and 3) In-depth interview. The quantitative data were analyzed by mean of percent, arithmetic means, standard deviation and t-test and the data from an interview were analyzed by content analysis. The findings showed that the English listening abilities of the students after practicing listening through Google Apps was higher than their prior listening abilities at the 0.05 level of significance. In addition, the students agreed that Google Apps was one of the media which was most appropriate for self-study listening skill practice. However, it was revealed that the participants had some problems in practicing listening skill due to their basic knowledge of English and grammar and the speed and accent of native speakers in speaking English.

**Keywords :** Listening skill, Self-study, Google Apps

---

<sup>1</sup> Lecturer, Language Institute, Thammasat University, Lampang Campus

## 1. บทนำ

ภาษาเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในโลกปัจจุบัน โดยเฉพาะการใช้ภาษาอังกฤษ ซึ่งถือได้ว่าเป็นภาษาที่สองสำหรับคนไทย ซึ่งมาจากการกำหนดให้ภาษาอังกฤษเป็นภาษาต่างประเทศและเป็นสาระการเรียนรู้พื้นฐานสำหรับนักเรียนทุกคน โดยมุ่งให้ผู้เรียนมีความรู้ความสามารถด้านภาษาอังกฤษครบทั้ง 4 ด้าน คือการฟัง การพูด การอ่าน การเขียน และสามารถแยกแยะความแตกต่างในด้านการคิด การวิเคราะห์ รวมถึงสามารถเรียนรู้ขนบธรรมเนียมประเพณี และวัฒนธรรมของเจ้าของภาษาได้อย่างถ่องแท้ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2552) เพื่อให้ผู้เรียนสามารถสื่อสารกับเจ้าของภาษาได้อย่างเข้าใจและมีประสิทธิภาพ ทักษะที่ผู้เรียนใช้เพื่อการสื่อสารมีส่วนอย่างมากต่อผลสัมฤทธิ์ในการสื่อสารหรือการสนทนา แม้ผู้เรียนจะได้รับการฝึกฝนทักษะภาษาอังกฤษในทุกด้านมาแล้วก็ตาม แต่ผลสัมฤทธิ์ที่ได้จากการเรียนภาษาอังกฤษของ คนไทยก็ยังไม่เป็นที่น่าพอใจ ช่อทิพ วิริยะ (2555) กล่าวว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ส่วนใหญ่เรียนรู้ภาษาอังกฤษกันมาตั้งแต่ประถมศึกษาบ้าง มัธยมศึกษาตอนต้นบ้าง ผ่านการเรียนการสอนภาษากันมาหลายปี แต่ยังคงไม่สามารถใช้ภาษาอังกฤษได้อย่างถูกต้องและคล่องแคล่ว ทั้งๆ ที่การเรียนการสอนภาษาเพื่อการสื่อสาร เน้นทั้งความถูกต้องและคล่องแคล่วในการใช้ภาษา โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ทักษะฟัง-พูด ซึ่งผู้เรียนยังไม่สามารถใช้ภาษาอังกฤษสื่อสารได้ตื้นักจากประสบการณ์ตรงของผู้วิจัย พบว่า ผู้เรียนไม่สามารถตอบคำถามหลังจากรับฟังสื่อภาษาอังกฤษตามเวลาที่กำหนดได้ ผู้สอนจำเป็นต้องย้ำคำศัพท์เพื่อให้ผู้เรียนทุกคนเข้าใจอีกครั้ง แต่เนื่องจากการกล่าวซ้ำ ทำให้รูปประโยคขาดความต่อเนื่อง ส่งผลให้จังหวะและสำเนียงที่ใช้สื่อสารในห้องเรียนมีความแตกต่างจากการใช้ภาษาของเจ้าของภาษา ดังนั้น เมื่อผู้เรียนต้องพบปะหรือสนทนากับเจ้าของภาษานอกห้องเรียน ผู้เรียนจึงไม่สามารถนำความรู้ดังกล่าวมาใช้สื่อสารได้จริงในชีวิตประจำวัน ทั้งนี้ ต้นเหตุของปัญหาที่แท้จริงเป็นผลมาจากการฟังนั่นเอง

ในความเป็นจริงแล้ว ทักษะการฟังเป็นทักษะพื้นฐานที่มีความสำคัญ เพราะความเข้าใจในการฟังคือกระบวนการในการรับรู้ ประมวลผล และตอบกลับได้อย่างทันท่วงที โดยการใช้พื้นฐานความรู้ที่เกี่ยวข้องกัน ทั้งนี้ ผู้ฟังจำเป็นต้องมีทักษะการฟังที่ดีสามารถจับความหมายของคำที่นำมาเชื่อมต่อกันเป็นประโยค ฉะนั้นทักษะการฟังจึงเป็นทักษะที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในการสื่อสารที่แท้จริง

นอกห้องเรียน หากแต่ผู้เรียนส่วนใหญ่ขาดพื้นฐานที่ดีในการฟังภาษาอังกฤษ ทำให้เกิดความไม่มั่นใจในการสื่อสารหรือสนทนาได้ตอบกับชาวต่างประเทศ จึงเป็นการลดโอกาสที่จะต่อยอดบทสนทนาเพื่อให้เกิดการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากการเรียนในห้องเรียนแล้ว สังคมออนไลน์ยังมีผลต่อการเรียนภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารมาก เนื่องจากการทำให้ผู้สอนและผู้เรียนเกิดความคุ้นเคยต่ออุปกรณ์และสื่ออิเล็กทรอนิกส์ จึงเป็นประเด็นสำคัญที่ควรให้ความสนใจปัญหาจากการดำเนินงานที่ผ่านมาพบว่า ส่วนใหญ่ให้ความสนใจในการพัฒนาวัสดุอุปกรณ์มากกว่าการเน้นเนื้อหาสาระในสื่อเทคโนโลยีและสารสนเทศ ผู้สอนขาดความรู้ความสามารถที่เพียงพอในการนำเทคโนโลยีมาใช้ในการพัฒนาสื่อการเรียนการสอนและจัดกระบวนการเรียนรู้ ครูและนักเรียนยังนำความรู้ด้านเทคโนโลยีเพื่อการศึกษาไปใช้ในกระบวนการเรียนการสอนและการเรียนรู้ด้วยตนเองน้อย ซึ่งอาจเกิดจากการที่ครูยังไม่สามารถใช้สื่อเทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อการจัดการเรียนการสอนได้อย่างแท้จริง และผู้เรียนใช้เทคโนโลยีเพื่อการอื่น ไม่ใช่เพื่อมุ่งแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง ประกอบกับสถานศึกษาบางแห่งมีจำนวนคอมพิวเตอร์และอุปกรณ์สำหรับสื่อการเรียนการสอนน้อย ยังขาดสื่อที่ทันสมัย และมีคุณภาพ ทำให้ไม่เพียงพอต่อการใช้เพื่อศึกษาค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเองของครูและผู้เรียน (กระทรวงศึกษาธิการ, 2556) ดังนั้นการใช้สื่อและเครือข่ายสังคมออนไลน์ จึงถือเป็นอีกประเด็นหนึ่งที่ไม่สามารถมองข้ามได้ในการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษในปัจจุบัน

อุปกรณ์เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสาร เช่น โทรศัพท์มือถือหรือคอมพิวเตอร์แบบพกพาที่สามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้มีส่วนสำคัญในการให้นักศึกษาสามารถฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษของตนเอง เนื่องจากนักศึกษามีส่วนใหญ่อุปกรณ์ดังกล่าวข้างต้นไว้ใช้เพื่อประโยชน์ทางการศึกษาและเพื่อค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติมอยู่แล้ว งานวิจัยชิ้นนี้จะช่วยให้นักศึกษาเห็นว่า Google Apps for Education เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษและเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างยั่งยืนตลอดชีวิต ตามที่มัลลยา หวานชะเอม (2560) ได้ระบุไว้ในบทความเรื่อง การใช้เทคโนโลยี Google Apps ในการพัฒนานวัตกรรมการเรียนการสอนว่า Google Apps จัดได้ว่าเป็นเครื่องมือที่ช่วยตอบสนองปัญหาต่างๆ ของการเรียนการสอนในห้องเรียนได้อย่างหลากหลายและมีประสิทธิภาพอีกเครื่องมือหนึ่งในการจัดการเรียนการสอน



ของไทย ดังนั้นจะเห็นได้ว่า Google Apps สำหรับการศึกษาสามารถตอบโจทย์การศึกษายุคใหม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพหรือตามที่ระบุในบทความเรื่อง Google Apps for Education นวัตกรรมทางการศึกษายุคดิจิทัลโดยไพรัช พงษ์วรกุล และดวงกมล โพธิ์นาค (2557) กล่าวว่า Google Apps for Education นับได้ว่าเป็นนวัตกรรมทางการศึกษาที่พัฒนาขึ้นเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพและประสิทธิผล ในกระบวนการจัดการเรียนการสอนที่มีจุดเด่นหลายประการ และมีแอปพลิเคชันให้เลือกใช้ให้หลากหลาย ทั้งยังมีนโยบายสนับสนุนการศึกษาที่ชัดเจน เปิดให้สถาบันการศึกษาสมัครใช้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย เป็นตัวอย่างที่ดีในการจัดการเรียนรู้ ทั้งการเรียนรู้ด้วยตนเองนอกระบบและการจัดการศึกษาในระบบที่ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร เป็นเครื่องมือช่วยในการจัดการเรียนการสอนได้เป็นอย่างดี

จากการให้คำนิยามเรื่องการเรียนรู้ด้วยตนเองนอกห้องเรียน (Autodidactic) โดย Knowles (1975 : 18) กล่าวถึงการที่บุคคลเริ่มต้นศึกษาเรียนรู้ในสิ่งที่ตนมีความสนใจ สร้างเป้าหมายการเรียนรู้ ระบุแหล่งทรัพยากรและกลุ่มประชากรในการศึกษา เลือกใช้และมีการปรับกลยุทธ์ที่ตนใช้ในการเรียนรู้ รวมถึงประเมินผลลัพธ์ที่ออกมาได้ ทั้งนี้ ไม่ว่าจะให้ผู้ให้คำแนะนำในการศึกษาเรียนรู้หรือไม่ก็ตาม และแนวคิดของ Nunan (1999 : 58) ได้เน้นเรื่องของผู้สอนว่า การศึกษาเรื่องกลยุทธ์การเรียนรู้ภาษาอังกฤษโดยผู้สอนที่ไม่ใช่เจ้าของภาษา หากแต่ผู้สอนนั้น มีทักษะในการเรียนและการใช้ภาษาอังกฤษได้เป็นอย่างดี มีประสิทธิภาพเป็นผู้สอนที่มาจากประเทศต่างๆ เช่น อังกฤษ ประเทศไทย อินโดนีเซีย ฟิลิปปินส์ มาเลเซียและสิงคโปร์ ซึ่งทุกคนต่างเห็นตรงกันว่าการศึกษาภาษาในห้องเรียนเป็นเรื่องที่ยังไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควรนัก หากเทียบกับการฝึกเรียนภาษาในห้องเรียน เพราะการฝึกเรียนภาษาในห้องเรียนต้องอาศัยแรงกระตุ้น ความพร้อมที่จะเสี่ยงในการนำทักษะที่ผู้เรียนมีไปใช้กับการฝึกนอกห้องเรียนดังกล่าว การเรียนรู้เช่นนี้ จะส่งผลและเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดคุณลักษณะของผู้เรียนภาษาที่ดี สิ่งที่เกิดขึ้นตามมาก็คือคุณสมบัติของผู้ที่สามารถทำการศึกษาต่างประเทศต่างๆ ได้ด้วยตนเองนอกห้องเรียน Guglielmino (Cited in Areglado, Bradley and Lane, 1996 : 2) ระบุว่าคุณสมบัติที่ผู้เรียนจำเป็นต้องมีเพื่อที่จะสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองนอกห้องเรียนนั้นได้แก่ เริ่มการเรียนรู้ด้วยตนเอง พึ่งตนเองได้ มีความอดทน และรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ มองปัญหาเป็นเรื่องที่ท้าทาย

มีวินัยและมีความมั่นใจในตนเอง มีทักษะพื้นฐานในเรื่องที่เรียน สามารถจัดการเวลาได้ดีและมีความสุขกับการเรียน งานวิจัยชิ้นนี้ มีวัตถุประสงค์ที่จะนำเทคโนโลยีการสื่อสารผ่าน Google Apps for Education มาส่งเสริมการเรียนรู้ โดยวางกรอบในการฝึกฝนเพื่อให้ผู้เรียนสามารถสื่อสารกับผู้สอน (Teacher as a Facilitator) เพื่อการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเอง (Self-Access Learning) นอกห้องเรียนและในเวลาว่าง ผู้วิจัยจึงจัดทำชุดฝึกทักษะเพื่อพัฒนาทักษะการฟัง 12 ชุด ให้นักศึกษาลงทะเบียนกับ Google Apps for Education เพื่อเข้าถึงไฟล์เสียงและชุดฝึกทักษะเพื่อพัฒนาทักษะการฟังที่เหมาะสมกับระดับการเรียนรู้ของตนเอง มีการบันทึกผลลัพธ์ที่ได้จากการฟังในแต่ละครั้งและส่งกลับมา ยังผู้สอนผ่าน Google mail เพื่อรับข้อเสนอแนะ และคำแนะนำเพิ่มเติมในการฝึกครั้งต่อไป ทั้งนี้ นักศึกษาจะต้อง ทำแบบทดสอบการฟังก่อนเรียนและหลังเรียน (Pre-Post Test) เพื่อนำคะแนนที่ได้มาวัดและประเมินผลด้วย วิธีการเรียนรู้ดังกล่าวนี้เป็นการฝึกทักษะเพื่อให้นักศึกษามีวินัยในการศึกษาเรียนรู้ด้วยตนเองนอกห้องเรียน และยังสามารถเห็นถึงพัฒนาการของตนเองได้อย่างชัดเจน โดยไม่มีการเปรียบเทียบกับผู้เรียนคนอื่นๆ ซึ่งแตกต่างจากการเรียนรู้ในห้องเรียน ซึ่งมีเงื่อนไขต่างๆ มาเป็นตัวควบคุม ทำให้เกิดความเครียดในการเรียนรู้ (Learning Anxiety) และส่งผลต่อ ความพยายามในการทำความเข้าใจของผู้เรียนภาษาอังกฤษ เป็นภาษาที่สอง (MacIntyre, 2002) อนึ่ง เวลาและสถานที่อาจเป็นปัจจัยที่กีดกันผู้เรียนได้อย่างมีนัยสำคัญ ด้วยเหตุนี้ Google Apps for Education จึงมีบทบาทสำคัญในการติดต่อสื่อสารระหว่างผู้เรียนและผู้สอน ทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกคุ้นเคยกับการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ในการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารและเน้นให้เห็นถึงความสำคัญในการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ที่มีลักษณะการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษอย่างเป็นทางการ โดยเน้นการเรียนการสอนในรูปแบบของกระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ผู้เรียนได้ลงมือกระทำ (Active Learning) เพื่อให้เกิดการบูรณาการเรียนรู้อย่างยั่งยืนต่อไป

จากประสบการณ์การสอนวิชาภาษาอังกฤษ ผู้วิจัยทราบถึงปัญหาและข้อจำกัดต่างๆ ที่เกิดขึ้นภายในห้องเรียน เช่น เวลา สถานที่ และพื้นฐานความรู้ภาษาอังกฤษ โดยเฉพาะทักษะการฟังของผู้เรียนที่แตกต่างกัน สิ่งเหล่านี้ส่งผลต่อความมั่นใจในการเรียนภาษาอังกฤษของผู้เรียนทั้งสิ้น ปัญหาที่พบดังกล่าว จึงนำมาสู่รายละเอียดของงานวิจัย ดังนี้

## 2. ขอบเขตของการวิจัย

2.1 การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองเท่านั้น ไม่รวมถึงทักษะอื่น เช่น การพูด การอ่าน การเขียน หรือไวยากรณ์

2.2 ชุดฝึกที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ชุดฝึกทักษะเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษจำนวน 12 ชุด ซึ่งผู้วิจัยดัดแปลงมาจากหนังสือ Get Ready for IELTS Listening โดย Jane Short

2.3 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์ลำปาง ที่ลงทะเบียนเรียนวิชาภาษาอังกฤษโดยเป็นผู้ที่มีความสนใจในการพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองเท่านั้น

## 3. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

3.1 เพื่อศึกษาผลของการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองผ่าน Google Apps ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์ลำปาง

3.2 เพื่อศึกษาทัศนคติและความคิดเห็นของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์ลำปาง เกี่ยวกับการฝึกทักษะฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองผ่าน Google Apps

## 4. วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นแบบผสมผสาน (Mixed-Method Study) โดยมีการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ร่วมกับข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

### 4.1 กลุ่มตัวอย่างและเครื่องมือที่ใช้

4.1.1 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่มีอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไปจากคณะต่างๆ ที่มีความสนใจในการพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษของตนเอง โดยเปิดรับสมัครจำนวนทั้งสิ้น 40 คน ผู้วิจัยได้ให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบทดสอบก่อนเรียน หลังจากนั้นจึงทำชุดฝึกทักษะเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษผ่าน Google Apps for Education ทั้ง 12 ชุด และนัดหมายกลุ่มตัวอย่างที่ทำชุดฝึกครบทั้ง 12 ชุด มาทำแบบทดสอบหลังเรียนตามลำดับ ซึ่งเมื่อครบกำหนดเวลา 1 ภาคเรียน มีจำนวนกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยที่ทำชุดฝึกทักษะครบทั้ง 12 ชุด และมีผลสอบจากแบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียนจำนวนทั้งสิ้น 33 คน

4.1.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ ชุดฝึกทักษะเพื่อการพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษจำนวน

12 ชุด แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน แบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองผ่าน Google Apps และการสัมภาษณ์แบบเชิงลึก (In-Depth Interview)

### 4.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ วิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS เพื่อคำนวณค่าเฉลี่ย (EMBED Equation.3) การแปลค่าความคิดเห็น ค่าเฉลี่ยร้อยละ (%) คะแนนเฉลี่ยรวม ( $\Sigma X$ ) ค่าดัชนีประสิทธิผล (E.I.) และค่า t-test

### 4.3 วิธีวิจัย

4.3.1 ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษ

4.3.2 ศึกษาสภาพปัญหาในพื้นที่และความต้องการในการพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษของผู้เรียน โดยใช้ชุดฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษ

4.3.3 สร้างเครื่องมือเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล โดยดำเนินการดังนี้

1. ชุดฝึกทักษะเพื่อการพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษจำนวน 12 ชุด ปรับเนื้อหาจาก Get Ready for IELTS LISTENING โดย Jane Short (2012) ซึ่งมีแบบฝึกหัดเพื่อฝึกพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษที่มีรูปแบบคำถามที่หลากหลาย โดยเฉพาะเรื่องคำศัพท์ ซึ่งถือได้ว่าเป็นหนึ่งในปัจจัยสำคัญในการพัฒนาทักษะอื่นๆ ในด้านภาษาของผู้เรียนภาษาอังกฤษเป็นภาษาที่สอง เนื้อหาของชุดฝึกทักษะเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษแต่ละชุด ได้แก่ การเดินทางท่องเที่ยว ประเทศและสัญชาติ (Travel, Countries and Nationalities), อาหาร การทำอาหาร การตวงวัด (Food, Cooking, Measures and Weights), การนำเสนองานทางวิชาการ (Presentation, Academic Subjects), ประเภทของงานและสถานที่ทำงาน (Types of work, Workplaces), สิ่งอำนวยความสะดวกในมหาวิทยาลัย (University Facilities), การก่ออาชญากรรม การป้องกันและความปลอดภัย (Crime, Protection, and Safety), การศึกษาและการทบทวนบทเรียน (Studying, Exams and Revision), การช้อปปิ้งและการใช้จ่าย (Shopping and Spending), งานอดิเรก ความสนใจและกีฬา (Hobbies, Interests, and Sports), การจัดการเวลาในการทำงานและการจัดการเวลาทั่วไป (Work-Life Balance, Time Management), วัฒนธรรมต่างๆ อาหาร

การแต่งกายและที่อยู่อาศัย (Comparing Cultures, Food, Dress, Housing), และทรัพยากรธรรมชาติ ชีวิตสัตว์ทะเล (Natural Resources, Ocean Life)

2. แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน ปรับเนื้อหาจาก Get Ready for IELTS LISTENING โดย Jane Short (2012) มาเป็น Model Test ที่รองรับข้อคำถามในชุดฝึกทักษะเพื่อการพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษจำนวน 12 ชุด ข้อคำถามในแบบทดสอบทั้ง 2 ชุดมี 40 ข้อๆ ละ 1 คะแนน รวม 40 คะแนน รูปแบบคำถามสามารถจำแนกได้ดังนี้ 1) ปรนัยแบบ 3 ตัวเลือก 2) อัตนัยซึ่งสามารถเขียนตอบได้ไม่เกิน 3 คำ รวมถึงตัวเลข และ 3) จับคู่ตัวเลือกที่กำหนดให้ หลังจากออกแบบเครื่องมือเพื่อนำมาใช้เป็นแบบทดสอบก่อนและหลังเรียนเรียบร้อยแล้วผู้วิจัยได้ทำการทดสอบเบื้องต้น (Pilot Test) กับนักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 3/2559 (มิถุนายน - สิงหาคม 2560) จำนวน 3 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 จำนวน 50 คน กลุ่มที่ 2 จำนวน 44 คน และกลุ่มที่ 3 จำนวน 34 คน จากการทดสอบ พบว่า ค่าความยากง่ายของข้อสอบ (P) ของทั้ง 3 กลุ่มอยู่ในเกณฑ์ คือ 0.20 - 0.80 และค่าอำนาจจำแนก (r) ของทั้ง 3 กลุ่มอยู่ในเกณฑ์ คือ 0.20 - 1.00

3. แบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาที่มีต่อการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองผ่าน Google Apps ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ตอน ตอนที่ 1 มีการสอบถาม 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านสื่อ Google Apps เพื่อฝึกทักษะการฟัง 2) ด้านเนื้อหาชุดฝึกทักษะ และ 3) ด้านความพึงพอใจในการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองผ่าน Google Apps โดยใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับตามวิธีของลิเคิร์ท (Likert) และตอนที่ 2 เป็นข้อเสนอแนะอื่นๆ ซึ่งเป็นคำถามลักษณะปลายเปิด

4. การสัมภาษณ์แบบเชิงลึก (In-Depth Interview) โดยผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์กับกลุ่มตัวอย่างที่ยินยอมใช้เวลาในการสัมภาษณ์ประมาณ 15-20 นาที หลังจากทำการกลุ่มตัวอย่างทำแบบทดสอบหลังเรียนและแบบสอบถามความคิดเห็นเสร็จเรียบร้อยแล้ว

4.3.4 เก็บรวบรวมข้อมูลจากการนัดพบทั้งสิ้น 2 ครั้ง โดยการนัดพบครั้งที่ 1 ผู้เข้าร่วมงานวิจัยรับเอกสารชี้แจงลงนามยินยอม และทำแบบทดสอบก่อนเรียนร่วมกัน

หลังจากนั้น ผู้วิจัยอธิบายรายละเอียด วิธีการใช้ ชื่อผู้ใช้และรหัสผ่าน Google Apps for Education เพื่อเข้าสู่ระบบชั้นเรียนออนไลน์ใน Google Classroom ระบุชื่อห้องเรียน Autonomous English Listening Development Practice Group และทำชุดฝึกทักษะเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษจำนวน 12 ชุดด้วยตัวเองในเวลาที่สะดวก โดยมีเวลาในการทำชุดฝึกทักษะเป็นเวลา 1 ภาคการศึกษา ใช้เวลาประมาณ 12-15 นาทีต่อชุดฝึกทักษะ 1 ชุด และสามารถทำชุดฝึกทักษะและส่งมายังอีเมลของผู้สอนได้มากกว่า 1 ครั้ง ซึ่งในระหว่างนี้ ผู้เข้าร่วมงานวิจัยสามารถติดต่อสื่อสารกับผู้สอนผ่านทางโปรแกรมสนทนา Hangout ได้ตลอดเวลา อีกทั้งผลคะแนนจากการทำชุดฝึกทักษะที่ส่งเข้ามาแต่ละครั้ง ผู้เข้าร่วมงานวิจัยจะได้รับผลคะแนนผ่านอีเมลของ Google Apps for Education ที่ผู้เข้าร่วมงานวิจัยได้ทำการลงทะเบียนไว้ สำหรับการนัดพบครั้งที่ 2 เป็นการ นัดหมายให้ผู้เข้าร่วมงานวิจัยที่ทำชุดฝึกทักษะเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษครบทั้ง 12 ชุดทำแบบทดสอบหลังเรียนและกรอกแบบสอบถามความคิดเห็น จากนั้นผู้วิจัยจะสัมภาษณ์และบันทึกเสียงอาสาสมัครที่ยินยอมให้สัมภาษณ์เชิงลึก

## 5. ผลการวิจัยและการอภิปรายผล

### 5.1 ผลการวิจัย

5.1.1 ผลการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักศึกษา (Self-Study) ผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ (Google Apps for Education) จากชุดฝึกทักษะเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษทั้ง 12 ชุด ซึ่งมีคะแนนรวมทั้งหมด 345 คะแนน พบว่า ชุดฝึกทักษะชุดที่ 9 ซึ่งเป็นการฝึกทักษะที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับงานอดิเรก ความสนใจและกีฬา เป็นชุดฝึกทักษะที่กลุ่มตัวอย่างทำคะแนนได้สูงสุดคือร้อยละ 74.92 แต่ชุดฝึกทักษะชุดที่ 8 ซึ่งเป็นการฝึกทักษะที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการช้อปปิ้งและการใช้จ่ายเป็นชุดฝึกทักษะที่กลุ่มตัวอย่างทำคะแนนได้ต่ำสุดคือ ร้อยละ 44.59 อย่างไรก็ตามกลุ่มตัวอย่างสามารถทำชุดฝึกทักษะเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษทั้ง 12 ชุด ได้ค่าเฉลี่ยรวมร้อยละ 66.28 (228.67 คะแนน) แสดงในตารางที่ 1

**ตารางที่ 1** แสดงผลคะแนนรวม คะแนนเฉลี่ย และคะแนนเฉลี่ยร้อยละของชุดฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษทั้ง 12 ชุด

| รายการ                 | ผลการสอบระหว่างเรียน |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       | รวม    |
|------------------------|----------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
|                        | 1                    | 2     | 3     | 4     | 5     | 6     | 7     | 8     | 9     | 10    | 11    | 12    | 345    |
| คะแนนเต็ม<br>(ระบุ)    | 32                   | 31    | 28    | 31    | 25    | 25    | 26    | 28    | 36    | 29    | 28    | 26    | 345    |
| จำนวน<br>กลุ่มตัวอย่าง | 33                   | 33    | 33    | 33    | 33    | 33    | 33    | 33    | 33    | 33    | 33    | 33    | -      |
| คะแนนรวม<br>ทุกคน      | 722                  | 699   | 642   | 711   | 590   | 598   | 550   | 412   | 890   | 646   | 615   | 471   | 7,546  |
| คะแนนเฉลี่ย            | 21.88                | 21.18 | 19.45 | 21.55 | 17.88 | 18.12 | 16.67 | 12.48 | 26.97 | 19.58 | 18.64 | 14.27 | 228.67 |
| คะแนนเฉลี่ย<br>ร้อยละ  | 68.37                | 68.33 | 69.48 | 69.5  | 71.52 | 72.48 | 64.1  | 44.59 | 74.92 | 67.5  | 66.56 | 54.9  | 66.28  |

5.1.2 จากผลการทดสอบที่ได้จากการทำแบบทดสอบก่อนและหลังเรียน พบว่า กลุ่มตัวอย่างจำนวน 33 คน มีคะแนนเฉลี่ยรวมของแบบทดสอบก่อนเรียนเท่ากับร้อยละ 34.80 โดยคะแนนสูงสุดที่กลุ่มตัวอย่างทำได้เท่ากับร้อยละ 75.00 (30 คะแนน) และคะแนนต่ำสุดที่กลุ่มตัวอย่างทำได้เท่ากับร้อยละ 5.00 (2 คะแนน) สำหรับแบบทดสอบหลังเรียน คะแนนเฉลี่ยรวมของแบบทดสอบเท่ากับร้อยละ 52.61 โดยคะแนนสูงสุดที่กลุ่มตัวอย่างทำได้เท่ากับร้อยละ 72.50 (29 คะแนน) และคะแนนต่ำสุดที่กลุ่มตัวอย่างทำได้เท่ากับร้อยละ 10.00 (4 คะแนน) แม้ว่าคะแนนสูงสุดที่กลุ่ม

ตัวอย่างทำได้จะลดลง ค่าเฉลี่ยรวมของแบบทดสอบหลังเรียนกลับสูงขึ้น แสดงให้เห็นว่าการเรียนรู้ด้วยตนเองโดยใช้ Google Apps for Education มีผลต่อการพัฒนาการทางการฟังของกลุ่มตัวอย่าง และเมื่อดำเนินการโดยใช้สูตรดัชนีประสิทธิผล (E.I.) ได้ค่าดัชนีประสิทธิผลเท่ากับ 0.1406 ซึ่งหมายความว่า กลุ่มตัวอย่างที่ฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองจากชุดฝึกทักษะทั้ง 12 ชุดผ่าน Google Apps for Education ได้นั้นมีความสามารถในการฟังภาษาอังกฤษเพิ่มมากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ตารางที่ 2** แสดงผลการวิเคราะห์แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียนเพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษผ่าน Google Apps จากการทำชุดฝึกทักษะทั้ง 12 ชุด

| รายการ    | คะแนนเฉลี่ย<br>สูงสุด (%) | คะแนนเฉลี่ย<br>ต่ำสุด (%) | $\bar{X}$ | SD   | df | t     |
|-----------|---------------------------|---------------------------|-----------|------|----|-------|
| ก่อนเรียน | 75.00                     | 5.00                      | 10.48     | 6.87 | 32 | 4.462 |
| หลังเรียน | 72.50                     | 10.00                     | 14.64     | 8.04 |    |       |

\*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5.1.3 การศึกษามุมมองและผลสะท้อนกลับจากผู้เรียนที่มีต่อการใช้ Google Apps for Education และการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเอง แบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

1. จากแบบสอบถามความคิดเห็นในการใช้ Google Apps for Education ในการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองซึ่งครอบคลุมการสอบถาม 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านสื่อ Google Apps เพื่อฝึกทักษะการฟัง 2) ด้านเนื้อหาชุดฝึก

ทักษะ และ 3) ด้านความพึงพอใจในการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองผ่าน Google Apps พบว่า ประเด็นที่ชุดฝึกทักษะช่วยให้ผู้เรียนมีพัฒนาการด้านการฟังภาษาอังกฤษที่ติดมากขึ้น มีค่าเฉลี่ยความเหมาะสมสูงสุด เท่ากับ 4.52 รองลงมาคือ หลังจากการฝึกทำชุดฝึกทักษะแล้ว ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจด้านทักษะการฟังภาษาอังกฤษและสามารถฟังภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารได้เข้าใจมากยิ่งขึ้น โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.42 ส่วนประเด็นที่มีค่าเฉลี่ยความเหมาะสมน้อยที่สุดคือ กิจกรรมในชุดฝึกทักษะซึ่งช่วยให้ผู้เรียนทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับเพื่อนในชั้นเรียนได้ดียิ่งขึ้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.09

2. จากการสัมภาษณ์เชิงลึก มีกลุ่มตัวอย่างให้การสัมภาษณ์จำนวน 4 คน สามารถแบ่งข้อมูลจากการสัมภาษณ์ได้เป็น 2 ประเด็น ได้แก่ 1) ปัญหาที่พบในขณะที่ฟัง เช่น ความเร็ว สำเนียงของเจ้าของภาษาและไวยากรณ์ และ 2) แนวทางในการพัฒนาทักษะที่ผู้เรียนค้นพบ เช่น การฝึกฟังมากกว่า 1 รอบ

นอกจากนี้ จากการสนทนาโต้ตอบระหว่างผู้เรียนกับผู้สอนในโปรแกรม Hangout พบว่า ผู้เรียนพิมพ์และส่งข้อความจำนวนทั้งหมด 246 ข้อความ มีเพียง 111 ข้อความ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย ส่วนอีก 135 ข้อความ ไม่มีเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย ช่วงเวลาส่วนใหญ่ที่กลุ่มผู้เรียนใช้สนทนากับผู้สอนคือช่วงเวลาทำการ ซึ่งเป็นช่วงที่ผู้สอนมีความสะดวกในการตอบข้อความ ข้อความที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยสามารถจำแนกออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ ข้อความที่สนทนาเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของการทำชุดฝึกทักษะเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษและข้อความที่สนทนาเกี่ยวกับการขอคำแนะนำเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษ เช่น ปัญหาเรื่องสำเนียง และความเร็ว ไม่สามารถฟังคำศัพท์ที่อยู่ในบทสนทนาได้ เป็นต้น

## 5.2 การอภิปรายผล

5.2.1 Google Apps for Education มีความสอดคล้องกับนิยามการศึกษาเรียนรู้ด้วยตนเองของ Knowles (1975, p. 18) ซึ่งกล่าวถึงการที่บุคคลเริ่มต้นศึกษาเรียนรู้ในสิ่งที่ตนมีความสนใจ สร้างเป้าหมายการเรียนรู้ ระบุแหล่งทรัพยากร โดยผู้วิจัยมีหน้าที่เป็นเสมือนผู้สอน ช่วยคัดเลือกทรัพยากรที่เหมาะสมในการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองนอกห้องเรียนให้แก่ผู้เรียนช่วยให้ผู้เรียนมีความชัดเจนในทิศทางการฝึกพัฒนาทักษะของตน สามารถใช้เวลาในการศึกษาเรียนรู้ด้วยตนเองนอกห้องเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ

Nunan (1999 : 58) ที่ได้กล่าวถึงผู้สอนภาษาอังกฤษที่ไม่ใช่เจ้าของภาษา หากแต่มีความสามารถในการให้คำแนะนำและคอยให้คำปรึกษาแก่ผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพส่งผลให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษของตนได้ดียิ่งขึ้น

ในส่วนของการประเมินผลระหว่างเรียน ผู้วิจัยมีการส่งคะแนนที่ผู้เรียนทำได้ของชุดฝึกทักษะแต่ละชุด พร้อมให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ทำให้ผู้เรียนมีแนวทางในการพัฒนาตนเองเพื่อการทำชุดฝึกทักษะในครั้งต่อไป

5.2.2 ผู้วิจัยในฐานะผู้สอนได้ให้คำปรึกษาผ่านโปรแกรมสนทนา Hangout ส่วนใหญ่พบว่า ผู้เรียนมีปัญหาในการจับสำเนียงของเจ้าของภาษาและไม่เข้าใจบทสนทนาที่ได้ฟังในช่วงแรก ผู้สอนได้ให้คำแนะนำเรื่องการฟังซ้ำและมีความอดทนต่อการฝึกทักษะ ซึ่งรองรับกับทฤษฎีคุณสมบัติของที่มีความสามารถในการศึกษาเรียนรู้ด้วยตนเองนอกห้องเรียน การใช้พื้นฐานความรู้ที่มีในการฟังแต่ละครั้งสามารถช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาความรู้ความเข้าใจต่อการฟังได้ดียิ่งขึ้น อย่างไรก็ตาม ผู้เรียนพบว่าปัญหาและอุปสรรคอีกประการหนึ่งคือ เรื่องของไวยากรณ์และการสะกดคำ ซึ่งผู้วิจัยได้ให้คำแนะนำในการจับสำเนียงเจ้าของภาษาและระบุเสียงที่ตนได้ยิน และใช้ความรู้ภาษาอังกฤษที่ตนมีในการฝึกสะกดคำศัพท์ที่จับได้ขณะที่ทำการฟัง ทั้งนี้ ผู้เรียนที่สามารถทำขั้นตอนดังกล่าวได้ ต้องเป็นผู้ที่สามารถลดปัญหาในเรื่องความเร็วและสำเนียงของเจ้าของภาษาไปได้เป็นที่เรียบร้อยแล้ว

5.2.3 ผู้เรียนให้ความสนใจในเรื่องความเป็นส่วนตัวของการส่งผลคะแนน ซึ่งผู้วิจัยใช้ Flubaroo (โปรแกรม Add-on ใน Spreadsheet) ในการตรวจคำตอบและส่งผลคะแนนที่ผู้เรียนทำได้กลับไปยังอีเมลล์ของผู้เรียนพร้อมกับสติ๊กเกอร์ที่อาจมีส่วนในการช่วยกระตุ้นให้ผู้เรียนมีความสนใจในการทำชุดฝึกทักษะเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษต่อไป อีกทั้ง Google Form ซึ่งเป็นแบบฟอร์มหลักของการสร้างชุดฝึกทักษะเพื่อพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษทั้ง 12 ชุด ยังมีรูปแบบตัวอักษรที่ชัดเจน อ่านง่ายทำให้ผู้เรียนมีความสนใจในการทำชุดฝึกทักษะ ในความคิดเห็นของผู้วิจัย ในฐานะผู้สอน พบว่า การอัปเดตและการแชร์ไฟล์เสียงเพื่อการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษของผู้เรียนมีขั้นตอนที่ไม่ซับซ้อน เข้าใจได้ง่าย ผู้ฟังไม่จำเป็นต้องสลับหน้าจอหรือดาวน์โหลดไฟล์เสียงเพื่อทำชุดฝึกทักษะ โดยช่องทางหลักที่ผู้สอนสามารถเลือกที่จะแชร์ไฟล์เสียงให้แก่ผู้เรียนได้มี 2 ช่องทาง ได้แก่ YouTube Channel และ Google Drive



จากการพิจารณาการใช้ Google Apps for Education ข้างต้น เห็นได้ว่า การใช้รูปแบบการเรียนการสอนที่มีความใหม่และทันสมัย มีส่วนช่วยในการกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความอยากรู้และมีความสนใจที่จะศึกษาเรียนรู้ด้วยตนเองนอกห้องเรียนได้ดีขึ้น สอดรับกับแนวคิดของ Gibbons & Maurice (1980) ซึ่งระบุว่าผู้สอนควรนำทรัพยากรที่มีในสถานศึกษาออกมาใช้ให้ได้มากที่สุดและกระตุ้นให้ผู้เรียนนำไปใช้เพื่อการเรียนรู้ของตนเอง

## 6. สรุปผลการวิจัย

**6.1 การเรียนรู้ด้วยตนเองของนักศึกษา (Self-Study) ผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ (Google Apps for Education)** พบว่า ชุดฝึกทักษะที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับงานอดิเรก ความสนใจและกีฬา เป็นชุดฝึกทักษะที่ผู้เรียนทำคะแนนได้สูงสุด ส่วนชุดฝึกทักษะที่ผู้เรียนทำได้น้อยที่สุดคือทักษะที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการช้อปปิ้งและการใช้จ่าย แสดงให้เห็นว่านักศึกษามีความสนใจในเรื่องของกิจกรรมยามว่าง งานอดิเรก

**6.2 การพัฒนาทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองของผู้เรียนโดยพิจารณาจากการทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียนรู้ด้วยตนเอง** พบว่า คะแนนเฉลี่ยรวมของแบบทดสอบหลังเรียนสูงกว่าคะแนนเฉลี่ยรวมก่อนเรียนคือ จากร้อยละ 34.80 เป็นร้อยละ 52.61 ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเองโดยใช้ Google Apps for Education ในการสื่อสารกับผู้สอนใน 1 ภาคการศึกษา มีผลต่อการพัฒนาทักษะการฟังของผู้เรียน

**6.3 ความคิดเห็นต่อการใช้ Google Apps for Education** จากแบบสอบถาม พบว่า ความพึงพอใจในการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองผ่าน Google Apps มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด แสดงให้เห็นว่า การใช้ Google Apps for Education กับผู้เรียนในการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษมีความเหมาะสมกับผู้เรียนที่เรียนภาษาอังกฤษเป็นภาษาที่สอง

## 7. ข้อเสนอแนะ

### 7.1 ข้อเสนอแนะในเชิงทฤษฎี

ในการฝึกทักษะภาษาอังกฤษด้วยตนเองนอกห้องเรียน ผู้เรียนสามารถใช้เครื่องมือในลักษณะของ Google Apps for Education ในการทำแบบทดสอบและโปรแกรม Hangout เพื่อการสนทนากับผู้สอนได้ หากแต่ผู้เรียนต้องมีคุณสมบัติของการเป็นผู้เรียนด้วยตนเองนอกห้องเรียนที่ดี ประกอบกับต้องมีผู้ให้คำแนะนำในการ

คัดกรองทรัพยากรที่นำมาใช้ฝึกทักษะ เพื่อให้เกิดองค์ความรู้ที่ถูกต้อง อีกทั้งยังช่วยให้ผู้เรียนสามารถเห็นข้อบกพร่องของตนเองในระหว่างเรียน ซึ่งการใช้เครื่องมือที่เหมาะสมประกอบกับการมีผู้คอยให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองนอกห้องเรียนที่มีประสิทธิภาพ แม้ Google Apps for Education จะสามารถนำมาใช้เป็นช่องทางและเครื่องมือในการพัฒนาการฝึกทักษะการฟังของผู้เรียนที่ทำการเรียนรู้ด้วยตนเองนอกห้องเรียนได้ เครื่องมืออื่นๆ ที่สามารถช่วยลดช่องว่างในการมีปฏิสัมพันธ์แบบตัวต่อตัวระหว่างผู้เรียนและผู้สอนได้ ก็ควรได้รับการพิจารณาและนำมาใช้ในการทำวิจัยด้วยเช่นกัน นอกจากนี้ผู้วิจัยยังเห็นว่าการเรียนการสอนในระดับมหาวิทยาลัย โดยเฉพาะมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ควรพัฒนาเครื่องมือในการฝึกทักษะการฟังภาษาอังกฤษด้วยตนเองผ่าน Google Apps for Education ให้มีความเหมาะสมกับการเรียนการสอนที่เน้นการศึกษาและเรียนรู้ด้วยตนเองนอกห้องเรียน ซึ่งถือเป็นรูปแบบของการเรียนรู้ศาสตร์ต่างๆ ในอนาคต

### 7.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

เพื่อเป็นการพัฒนาเครื่องมือการเรียนรู้ภาษาอังกฤษด้วยตนเองในทักษะด้านอื่นๆ ผู้วิจัยควรทำการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาในระดับปริญญาตรี หรือระดับอุดมศึกษา เพื่อค้นหาเงื่อนไขที่มีผลต่อการเรียนรู้ด้วยตนเองนอกห้องเรียนของผู้เรียนในด้านดังกล่าว นอกจากนี้ ประเด็นที่ต้องให้ความสำคัญคือ การพัฒนาเครื่องมือในการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยควรพัฒนาเครื่องมือที่มีความเหมาะสมกับระดับของผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความสนใจและอยากพัฒนาทักษะในด้านต่างๆ ของตนให้ดียิ่งขึ้น

## 8. กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดีจากการให้ความช่วยเหลือและคำแนะนำของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิจิตร สุริยธรรม ซึ่งเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาทางวิจัย ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำและคำปรึกษาในทุกๆ ด้าน ท่านรองศาสตราจารย์ นพพร สโรบล รวมถึงกองบริหารการวิจัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ที่ให้การสนับสนุนทุนนักวิจัยรุ่นใหม่ ผู้เขียนจึงขอกราบขอบพระคุณท่านไว้ ณ โอกาสนี้

ท้ายนี้ ผู้เขียนขอน้อมรำลึกถึงอำนาจามิของ คุณพระศรีรัตนตรัยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในสากลโลก อันเป็นที่พึ่งให้ผู้เขียนมีสติปัญญาในการทำงานวิจัยครั้งนี้



ให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ผู้เขียนขอให้เป็นกตเวทิตาแต่บิดา มารดา ครอบครัวของผู้เขียน ตลอดจนผู้เขียนหนังสือ และ บทความต่างๆ ที่ให้ความรู้แก่ผู้เขียนจนสามารถช่วยให้งานวิจัยในครั้งนี้สำเร็จลุล่วง

## 9. เอกสารอ้างอิง

### ภาษาไทย

กระทรวงศึกษาธิการ. (2552). **หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551**. สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2556). **แผนพัฒนาการศึกษา ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559)**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: HYPERLINK "http://www.thailibrary.in.th/2014/02/13/thai-" http://www.thailibrary.in.th/2014/02/13/thai-edu-master-plan-11/ [2558, ธันวาคม 19].

ช่อทิพ วิริยะ. (2555). “การเพิ่มความสามารถในการใช้ภาษาอังกฤษโดยการสอนภาษาแบบเน้นภาระงานเป็นหลัก: เตรียมความพร้อมของนักศึกษาธรรมศาสตร์ให้พร้อมเข้าสู่ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน”. **วารสารธรรมศาสตร์**, ค้นเมื่อ 21 ธันวาคม 2558, จาก ฐานข้อมูลวารสารมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และเอกสารฉบับเต็ม.

ไพรัช พวิริยกุล และดวงกมล โพธิ์นาค. (2557). Google Apps for Education นวัตกรรมทางการศึกษายุคดิจิทัล. **วารสารวิจัยมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต**, 7(3), 103-111.

มลยา หวานชะเอม. (2560). **การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนแบบผสมผสานด้วยการคิดตรรกะร่วมกับการคิดแก้ปัญหาเพื่อส่งเสริมทักษะการเขียนโปรแกรม สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4**. มหาวิทยาลัยนเรศวร. พิษณุโลก.

สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ. (2556). **แผนพัฒนาการศึกษา ฉบับที่ 11 (พ.ศ.2555-2559)**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: HYPERLINK "http://www." http://www. thailibrary.in.th/2014/02/13/thai-edu-master-plan-11/ [2558, ธันวาคม 19].

### ภาษาอังกฤษ

Areglado, R. J., Bradley, R. C., & Lane, P. S. (1996). **Learning for Life: Creating Classrooms for Self-Directed Learning**. Thousand Oaks, CA: Corwin Press, Inc.

Gibbons, Maurice. (1980). “Toward a theory of self-directed learning: A study of experts without formal training”. **Journal of Humanistic Psychology** 20, 02 (Spring): 41-5.

Knowles, M. (1975). **Self-Directed Learning: A Guide for Learners and Teachers**. Chicago, IL: Follett Publishing Company.

MacIntyre, P.D. (2002). Motivation, anxiety and emotion in second language acquisition. In P. Robinson (Ed.) **Individual differences and instructed language learning**. Philadelphia: John Benjamins.

Nunan, D. (1999). **Second Language Teaching & Learning**. Boston, MA: Heinle & Heinle.

## การประเมินความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมเกี่ยวกับการออกแบบการเรียนการสอน สำหรับครูอาชีวศึกษาสาขาช่างอุตสาหกรรมในสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว

<sup>1</sup> ผู้นิพนธ์ประสานงาน โทรศัพท์ 08-7169-7979 E-mail : bandit@fte.kmutnb.ac.th  
รับเมื่อ 6 กรกฎาคม 2561 ตอบรับเมื่อ 8 กรกฎาคม 2561 DOI:10.14416/j.faa.2020.02.006

สายพิน หลวงพน<sup>1</sup>  
บัณฑิต สุขสวัสดิ์<sup>2</sup>  
ไพโรจน์ สติรยาร<sup>3</sup>

### บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมเกี่ยวกับการออกแบบการเรียนการสอนสำหรับครูอาชีวศึกษาสาขาช่างอุตสาหกรรม สปป. ลาว การวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีเชิงพรรณนา โดยมีประชากรที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ครูอาชีวศึกษาสาขาช่างอุตสาหกรรม มีจำนวนประชากร 421 คน จาก 21 วิทยาลัยในสังกัดกรมอาชีวศึกษา กลุ่มตัวอย่างจำนวน 205 คน เลือกโดยใช้เทคนิคของทาโร ยามาเน และแบ่งชั้นภูมิโดยใช้ภูมิภาค 3 ภูมิภาค ได้แก่ ภาคเหนือ ภาคกลาง และภาคใต้ จำนวนผู้ตอบแบบสอบถามแต่ละวิทยาลัยได้คัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือวิจัยเป็นแบบสอบถาม การตอบแบบสอบถามใช้มาตรวัด 5 ระดับ มีข้อความหลักจำนวน 13 ด้าน วิเคราะห์ข้อมูลสถิติเชิงพรรณนาใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าดัชนีความสำคัญการจัดลำดับความต้องการแบบปรับปรุง

ผลการวิจัยพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นครูอาชีวศึกษามีประสบการณ์สอนน้อยกว่า 10 ปี จำนวนร้อยละ 64 และมีประสบการณ์ในช่วง 10 - 20 ปี จำนวนร้อยละ 28 ผลของดัชนีความสำคัญการจัดลำดับความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมพบว่า 3 ลำดับแรกที่ครูอาชีวศึกษาต้องการฝึกอบรม ได้แก่ การออกแบบสื่อการสอน การวิเคราะห์หลักสูตร วิธีการสอน แนวใหม่ โดยมีค่าดัชนีความสำคัญของลำดับความต้องการจำเป็นมีค่าอยู่ในช่วง 0.44 - 0.57 ผลการศึกษาในครั้งนี้จะนำไปใช้ในการจัดหลักสูตรฝึกอบรมครูช่างอุตสาหกรรม สังกัดกรมอาชีวศึกษา สปป. ลาว ต่อไป

**คำสำคัญ :** ความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรม การฝึกอบรมครูอาชีวศึกษา การจัดลำดับความสำคัญ

<sup>1</sup> นักศึกษาหลักสูตรครุศาสตรอุตสาหกรรมมหาบัณฑิต สาขาวิชาบริหารอาชีวและเทคนิคศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

<sup>2</sup> อาจารย์ประจำวิชาครุศาสตร์เครื่องกล คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

<sup>3</sup> อาจารย์ประจำภาควิชาบริหารเทคนิคศึกษา คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

## Training Need Assessment on Instructional Design for Industrial Track Vocational Teachers in Lao PDR

Sayphin Louangphone<sup>1</sup>

Bandit Suksawat<sup>2</sup>

Pairote Stirayakorn<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Corresponding Author, Tel. 08 7169 7979 E-mail : bandit.s@fte.kmutnb.ac.th

Received 6 June 2018; Accepted 8 June 2018

### Abstract

This research aims to assess the training need on instructional design for industrial track vocational teachers in Lao PDR. The descriptive research method was used in this research. The population are teachers in industry field of vocational education, the total of population is 421 teachers from 21 TVET schools in Lao PDR. The sampling group total of 205 teachers was determined by using Taro Yamane technique. The stratified random sampling was used to select number of sampling for 3 regions including Northern, Middle and Southern regions. The sampling size of sampling unit on each school in strata was selected by purposive sampling method. The five rating scale questionnaire consisting 13 aspects in dual-response format was employed to survey from the sampling group. The descriptive statistics data analysis were mean or average ( $\bar{X}$ ) standard deviation (S.D), percentage and modified prioritize needs index (PNI modified).

The results showed that 64% of teachers had teaching experience less than 10 years, the teaching experience in range 10-20 years equals to 28% of the sampling group. The results of important ranking of training need assessment revealed that the main 3 aspects consisting of the teaching media design, course analysis and new modern teaching method were the priority training course with PNI modified in range of index value 0.44 - 0.57. The results of training need assessment will be employed to create the training course for enhancing vocational teachers' performance in Lao PDR.

**Keywords :** Training Need Assessment, Vocational Teacher Training, Priority Needs

---

<sup>1</sup> Master's Degree Student in Vocational and Technical Education Management Program, Faculty of Technical Education, King Mongkut's University of Technology North Bangkok

<sup>2</sup> Associate Professor, D.Eng., Department of Teacher Training in Mechanical Engineering, Faculty of Technical Education, King Mongkut's University of Technology North Bangkok

<sup>3</sup> Associate Professor, Ph.D., Department of Technical Education Management, Faculty of Technical Education, King Mongkut's University of Technology North Bangkok

## 1. บทนำ

ประเทศสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว (สปป. ลาว) จำเป็นต้องเร่งพัฒนาประเทศในทุกๆ ด้าน โดยเฉพาะการพัฒนาคนให้มีศักยภาพเพื่อพัฒนาประเทศให้มีความแข็งแกร่งอยู่บนฐานของสังคมแห่งการเรียนรู้ (สิริศักดิ์ อำไพพงษ์ และคณะ, 2558) และจากผลการสำรวจยุทธศาสตร์การพัฒนากำลังคนระดับอาชีวศึกษาของ สปป. ลาว สอดรับกับประชาคมเศรษฐกิจอาเซียนได้กำหนดกลยุทธ์ที่สำคัญไว้ 5 ด้าน เพื่อ ทำให้ระบบการอาชีวศึกษาของ สปป. ลาว มีมาตรฐานคุณภาพ สูงขึ้นและมีความทันสมัย โดยประเด็นที่เกี่ยวข้องกับบุคลากรทางการศึกษาที่สำคัญ คือ อาจารย์หรือครูฝึกต้องมีความรู้และประสบการณ์สูง ในงานอาชีพมีเทคนิคการสอน และการฝึกอบรมที่มีประสิทธิภาพ (ทวนชัย อรุณโรจน์ และเกรียงชัย ปิงประวดี, 2557) ซึ่งจะเป็นส่วนช่วยสนับสนุนให้บรรลุเป้าประสงค์ที่กำหนดไว้ จากประเด็นดังกล่าวการพัฒนาครูของ สปป.ลาว จึงจำเป็นต้องพัฒนาทางด้านการออกแบบการเรียนการสอน ซึ่งมีองค์ประกอบหลักคือ วิธีการสอน กิจกรรมการเรียนรู้ และการวัดประเมินผลให้ตรงกับผู้เรียนและจุดมุ่งหมาย เพื่อตอบสนองกับยุทธศาสตร์ดังกล่าวข้างต้น สถาบันการอาชีวศึกษาของ สปป. ลาว ผลิตแรงงานฝีมือทั้งในระบบและนอกระบบการศึกษาตามกรอบมาตรฐานอาชีพแห่งชาติ โดยครูที่มีคุณภาพ (Ministry of Education and Sport, 2013) สถาบันอาชีวศึกษาทุกภูมิภาคมีจำนวน 21 แห่ง มีบุคลากรทั้งสิ้นรวม 421 คน เพื่อให้การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมได้ตรง กับสภาพการปัจจุบันของ สปป. ลาว และความก้าวหน้ากับเทคโนโลยีสมัยใหม่ การประเมินความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมเกี่ยวกับการออกแบบการเรียนการสอนของสถาบันอาชีวศึกษาของ สปป. ลาว การประเมินความจำเป็นในการฝึกอบรมจึงมีความจำเป็น ทั้งนี้ เพื่อทำการวิเคราะห์ให้ทราบแน่ชัดถึงความต้องการที่แท้จริง และลำดับความสำคัญของสิ่งที่ต้องการ (อัญชลี สารรัตน์, 2554) โดยการฝึกอบรมทักษะวิชาชีพครูเพื่อให้ก้าวหน้าต่อเทคโนโลยีในศตวรรษที่ 21 ครูจะต้องฝึกอบรมเกี่ยวกับกระบวนการจัดการเรียนรู้ ทักษะการสร้างสรรค์และนวัตกรรมเพื่อบริหารจัดการห้องเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ (สัมฤทธิ์ กางเพ็ง, 2559) ทั้งนี้เพื่อนำผลการสำรวจไปใช้ในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมระยะสั้นต่อไปสำหรับฝึกอบรมครูช่างอุตสาหกรรมในสังกัดกรมอาชีวศึกษา กระทรวง ศึกษาธิการและกีฬาของ สปป. ลาว

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อประเมินความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมเกี่ยวกับการออกแบบการเรียนการสอนสำหรับการจัดการศึกษาอาชีวศึกษาใน สปป. ลาว สาขาวิชาที่เกี่ยวข้องกับช่างอุตสาหกรรม

## 3. วรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การประเมินความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมต้องเป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์ขององค์กรการวิเคราะห์บุคคล และการวิเคราะห์งาน (Noe, 2010) ซึ่งเป็นกระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูลต่อเนื่องในการกำหนดความต้องการฝึกอบรมเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ ช่วยให้องค์กรเติมเต็มการระบุช่องว่างระหว่างปัจจุบัน และต้องการความรู้ ทักษะและระดับความถนัดของพนักงาน อย่างเหมาะสมและการฝึกอบรมที่ความสัมพันธ์กัน (TNP 2013) ก่อนการฝึกอบรมก็เป็นสิ่งสำคัญที่จะระบุเหตุผลในการฝึกอบรม (Sharif, 2015) การประเมินความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของขั้นตอนการวางแผนการฝึกอบรมในการกำหนดความต้องการที่จำเป็นในการฝึกอบรมผ่านการเปรียบเทียบของบุคคลในปัจจุบันและความจำเป็นที่ต้องใช้ความรู้ ทักษะ และทัศนคติ

Supphaseth (2016) ศึกษาการประเมินความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมหลักสูตรทักษะทางเทคนิคพื้นฐานของช่างเทคนิคก่อนการดำเนินการในศูนย์บริการยานยนต์ โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาสถานการณ์ปัจจุบันและการประเมินความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมหลักสูตรเทคนิคทักษะพื้นฐานของช่างเทคนิคก่อนการดำเนินงานในศูนย์บริการยานยนต์ และดัชนีความสำคัญการจัดลำดับความต้องการจำเป็นทางเทคนิคในหลักสูตรการฝึกอบรมทักษะพื้นฐานของช่างเทคนิคก่อนการดำเนินงานในศูนย์ บริการยานยนต์ ผลการวิจัยพบว่า ดัชนีความสำคัญการจัด ลำดับความต้องการจำเป็นทางเทคนิค ได้แก่ เครื่องมือกล การบำรุงรักษาอุปกรณ์ กฎระเบียบของโรงงาน ความปลอดภัยในที่ทำงานและอุปกรณ์เครื่องจักรกลพื้นฐาน โดยมีค่า PNI<sub>modified</sub> เท่ากับ 1.61, 1.01, 0.81, 0.79 และ 0.77 ตามลำดับ

Sirichai (2014) ศึกษาความต้องการจำเป็น การสอนงานของหัวหน้างานในอุตสาหกรรมการผลิตชิ้นส่วนยานยนต์ในเขตพื้นที่จังหวัดสมุทรปราการ การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความต้องการจำเป็น และจัดลำดับความต้องการจำเป็น (Priority Needs Index : PNI) การสอนงานของหัวหน้างานในอุตสาหกรรมการผลิต

ขึ้นส่วนยานยนต์เขตพื้นที่จังหวัดสมุทรปราการ กลุ่มตัวอย่าง คือ วิศวกรระดับหัวหน้างาน วิศวกรระดับปฏิบัติงาน และช่างเทคนิค จำนวน 290 คน ผลการวิจัยพบว่า ความต้องการฝึกอบรมเพิ่มเติมของของหัวหน้างานในอุตสาหกรรมการผลิตขึ้นส่วนยานยนต์ในภาพรวม 7 ด้าน มีค่าอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.17$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบโดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านที่สำคัญ คือ การวางแผนการสอน ( $\bar{X} = 4.29$ ) การเขียนวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม ( $\bar{X} = 4.26$ ) การออกแบบและสร้างสื่อการสอน ( $\bar{X} = 4.19$ ) การวิเคราะห์เรื่องการสอนงาน ( $\bar{X} = 4.17$ ) การเตรียมเอกสารการสอน ( $\bar{X} = 4.15$ ) การเตรียมเอกสารการวัดผลประเมินผล ( $\bar{X} = 4.15$ ) การเลือกวิธีสอน ( $\bar{X} = 4.11$ ) ตามลำดับ และจัดลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็นการฝึกอบรมเกี่ยวกับการสอนงานพบว่า การเขียนวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม การเตรียมเอกสารการสอน การออกแบบและสร้างสื่อการสอน การวิเคราะห์เรื่องการสอนงานการวางแผนการสอนการเตรียมเอกสารการวัดผลประเมินผลและการเลือกวิธีสอน มีค่า PNI เท่ากับ 0.51, 0.50, 0.49, 0.48, 0.47, 0.47 และ 0.47 ตามลำดับ

#### 4. กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ได้กำหนดตัวแปรต้นเป็นหัวข้อในการฝึกอบรมที่เกี่ยวกับการออกแบบการเรียนการสอน ส่วนตัวแปรตามเป็นข้อมูลความต้องการจำเป็น (Needs Assessment) ในการฝึกอบรมโดยใช้เทคนิคดัชนีความสำคัญของลำดับความต้องการจำเป็น (Modified Priority Needs Index : PNI<sub>modified</sub>)

#### 5. วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) เพื่อประเมินความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมด้านการออกแบบการเรียนการสอนของครูอาชีพศึกษา สปป.ลาว โดยแบ่งเป็น 3 ขั้นตอนดังนี้

5.1 กำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย โดยการศึกษาวิเคราะห์ สังเคราะห์ แนวคิด ทฤษฎี เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยเน้นการวิเคราะห์ความสามารถของครูอาชีพศึกษาตามมาตรฐานครูอาชีพศึกษา กระทรวงศึกษาธิการและกีฬา สปป.ลาว (Ministry of Education and Sport, 2013) โดยใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

5.2 ศึกษาสภาพที่เป็นจริงและสภาพที่ควรจะเป็น ในการสร้างหลักสูตรฝึกอบรมระยะสั้นเกี่ยวกับการออกแบบการเรียนการสอนสำหรับการจัดการศึกษาอาชีวศึกษาใน สปป.ลาว

5.3 ประเมินความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรม เกี่ยวกับการออกแบบการเรียนการสอนสำหรับการจัดการศึกษาด้านอาชีวศึกษาใน สปป.ลาว

5.4 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ครูผู้สอนรายวิชาสาขาช่างอุตสาหกรรมของโรงเรียนและวิทยาลัยสังกัดกรมอาชีวศึกษาใน สปป.ลาว จำนวน 21 สถาบัน การศึกษา จากทั้ง 3 ภูมิภาค ได้แก่ ภาคเหนือ ภาคกลาง และภาคใต้ รวมจำนวนประชากรทั้งสิ้น 421 คน การกำหนดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตรการคำนวณ Taro Yamane ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ขนาดความคลาดเคลื่อน 0.05 ได้จำนวนตัวอย่างรวม 205 คน จากนั้นใช้วิธีการสุ่มตัวอย่าง โดยการสุ่มแบบชั้น (Stratified Random Sampling) ที่มีเขตภูมิภาคเป็นชั้นการสุ่ม (Strata) และสถานศึกษาแต่ละแห่ง ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

5.5 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบประเมินความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมด้านการออกแบบการเรียนการสอน โดยใช้แบบสอบถามชนิดมาตราประเมินค่า 5 ระดับ (Rating Scale) ในแบบสอบถามเป็นรูปแบบการตอบสนองคู่ (Dual-Response Format) ที่ระบุสภาพที่เป็นจริงและสภาพที่ควรจะเป็น (สุวิมล ร่วงวานิช, 2545)

#### 5.6 การออกแบบเครื่องมือวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมเป็นแบบสอบถามในแบบสอบถามการตอบสนองคู่ (Dual-Response Format) แบบสอบถามแบ่งออกเป็นสองส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ คุณวุฒิทางการศึกษา ตำแหน่งปัจจุบันและประสบการณ์การสอน

ส่วนที่ 2 สภาพปัจจุบันและสภาพที่ควรจะเป็นมี 13 หัวข้อหลัก ดังในตารางที่ 1

ก่อนการนำแบบสอบถามไปใช้ ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบความเที่ยงตรงด้านเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ใช้คะแนนเพื่อตรวจสอบค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence : IOC) เกณฑ์ที่ใช้ -1, 0, +1 ซึ่งผล IOC

ที่ได้ต้องมีค่ามากกว่า 0.5 (Chianchana, 2014) พบว่ามีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่าง 0.6 - 1.0 และหาค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคต้องสูงกว่า 0.7 (Chianchana, 2014) ผลการทดสอบได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับมีค่าเท่ากับ 0.9

5.7 การเก็บรวบรวมข้อมูล ขอบหนังสือความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามจากคณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือไปยังกรมอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการและกีฬา สปป. ลาว เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลจากผู้บริหารและครูในแต่ละสถานศึกษา ผู้วิจัยได้จัดส่งแบบสอบถามเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองและได้แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์จำนวน 205 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100

5.8 การวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และดัชนีความสำคัญของลำดับความต้องการจำเป็น (Modified Priority Needs Index : PNI<sub>modified</sub>)

## 6. ผลการวิจัย

6.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชายร้อยละ 94 เป็นเพศหญิง ร้อยละ 6 ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อายุ 30-35 ปี เป็นครูช่างไฟฟ้า และส่วนใหญ่มิมีประสบการณ์การสอน น้อยกว่า 10 ปี

6.2 ผลจากการวิเคราะห์ค่าคะแนนเฉลี่ยของสภาพปัจจุบันและสภาพที่ควรจะเป็นดังแสดงในตารางที่ 1 และ 2

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยรวมสภาพที่เป็นอยู่และสภาพที่ควรจะเป็นของแต่ละหัวข้อหลัก

| ข้อที่ | หัวข้อหลัก                              | สภาพที่เป็นอยู่ (D) |      |         | สภาพที่ควรจะเป็น (I) |      |       |
|--------|-----------------------------------------|---------------------|------|---------|----------------------|------|-------|
|        |                                         | $\bar{X}$           | S.D. | แปลผล   | $\bar{X}$            | S.D. | แปลผล |
| 1      | การวิเคราะห์หลักสูตร                    | 3.07                | 0.89 | ปานกลาง | 4.39                 | 0.83 | มาก   |
| 2      | การสร้างโครงการสอน                      | 3.35                | 0.86 | ปานกลาง | 4.27                 | 0.87 | มาก   |
| 3      | การเขียนวัตถุประสงค์การสอน              | 3.23                | 0.82 | ปานกลาง | 4.32                 | 0.84 | มาก   |
| 4      | การออกแบบใบเนื้อหาสำหรับการสอนวิชาทฤษฎี | 3.40                | 0.85 | ปานกลาง | 4.22                 | 0.90 | มาก   |
| 5      | การออกแบบสื่อการสอน                     | 2.54                | 0.95 | ปานกลาง | 4.00                 | 0.87 | มาก   |
| 6      | วิธีการสอนวิชาทฤษฎี                     | 2.73                | 0.87 | ปานกลาง | 3.83                 | 0.88 | มาก   |
| 7      | การวัดและการประเมินผลสำหรับวิชาทฤษฎี    | 2.80                | 0.87 | ปานกลาง | 3.90                 | 0.96 | มาก   |
| 8      | การสร้างเอกสารสำหรับสอนรายวิชาปฏิบัติ   | 3.42                | 0.92 | ปานกลาง | 4.22                 | 0.93 | มาก   |
| 9      | วิธีการสอนรายวิชาปฏิบัติ                | 3.45                | 0.98 | ปานกลาง | 4.26                 | 0.95 | มาก   |
| 10     | การวัดและประเมินผลสำหรับรายวิชาปฏิบัติ  | 3.52                | 0.96 | มาก     | 4.07                 | 0.97 | มาก   |
| 11     | การสร้างแผนการสอนวิชาทฤษฎี              | 3.52                | 0.85 | มาก     | 4.15                 | 0.97 | มาก   |
| 12     | การสร้างแผนการสอนรายวิชาปฏิบัติ         | 3.63                | 0.94 | มาก     | 4.11                 | 0.96 | มาก   |
| 13     | วิธีการสอนแนวใหม่                       | 2.99                | 1.00 | ปานกลาง | 4.21                 | 0.97 | มาก   |



ตารางที่ 2 การจัดลำดับความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมของแต่ละหัวข้อหลัก

| หัวข้อหลัก                                     | สภาพ<br>ที่เป็นอยู่<br>(D) | สภาพ<br>ที่ควรจะเป็น<br>(I) | ความต้องการ<br>ฝึกอบรม<br>(I-D) | ความต้องการ<br>จำเป็น<br>(PNI <sub>modified</sub> ) | การจัดลำดับ |
|------------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------|
| 1. การวิเคราะห์หลักสูตร                        | 3.07                       | 4.39                        | 1.32                            | 0.430                                               | 2           |
| 2. การสร้างโครงการสอน                          | 3.35                       | 4.27                        | 0.92                            | 0.275                                               | 7           |
| 3. การเขียนวัตถุประสงค์การสอน                  | 3.23                       | 4.32                        | 1.09                            | 0.337                                               | 6           |
| 4. การออกแบบใบเนื้อหาสำหรับการสอน<br>วิชาทฤษฎี | 3.40                       | 4.22                        | 0.82                            | 0.241                                               | 8           |
| 5. การออกแบบสื่อการสอน                         | 2.54                       | 4.00                        | 1.46                            | 0.575                                               | 1           |
| 6. วิธีการสอนวิชาทฤษฎี                         | 2.73                       | 3.83                        | 1.10                            | 0.403                                               | 4           |
| 7. การวัดและประเมินผลสำหรับวิชาทฤษฎี           | 2.80                       | 3.90                        | 1.10                            | 0.393                                               | 5           |
| 8. การสร้างเอกสารสำหรับสอนรายวิชาปฏิบัติ       | 3.42                       | 4.22                        | 0.80                            | 0.234                                               | 10          |
| 9. วิธีการสอนรายวิชาปฏิบัติ                    | 3.45                       | 4.26                        | 0.81                            | 0.235                                               | 9           |
| 10. การวัดและประเมินผลสำหรับวิชาปฏิบัติ        | 3.52                       | 4.07                        | 0.55                            | 0.156                                               | 12          |
| 11. การสร้างแผนการสอนวิชาทฤษฎี                 | 3.52                       | 4.15                        | 0.63                            | 0.179                                               | 11          |
| 12. การสร้างแผนการสอนวิชาปฏิบัติ               | 3.63                       | 4.11                        | 0.48                            | 0.132                                               | 13          |
| 13. วิธีการสอนแนวใหม่                          | 2.99                       | 4.21                        | 1.22                            | 0.408                                               | 3           |

ค่าคะแนนเฉลี่ยของสภาพปัจจุบันและสภาพที่ควรจะเป็นดังแสดงในตารางที่ 1 พบว่า สภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบันของการออกแบบการเรียนการสอนของครูอาชีวศึกษา สปป. ลาว มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในช่วง 2.54 ถึง 3.63 ซึ่งใน สภาพปัจจุบันมีการดำเนินการในหัวข้อหลักจำนวน 3 ข้อ ได้แก่ การวัดและประเมินผลสำหรับวิชาปฏิบัติ การสร้างแผนการสอนวิชาทฤษฎี และการสร้างแผนการสอนวิชาปฏิบัติ มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับมาก ส่วนหัวข้ออื่นๆ อีกจำนวน 10 หัวข้อ การดำเนินงานในสภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบันอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาสภาพที่ควรจะเป็นพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามให้ความเห็นว่าทุกหัวข้อ มีสภาพที่ควรจะเป็นอยู่ในระดับมาก

ค่าคะแนนเฉลี่ยของสภาพปัจจุบันและสภาพที่ควรจะเป็นดังแสดงในตารางที่ 1 พบว่า สภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบันของการออกแบบการเรียนการสอนของครูอาชีวศึกษา สปป. ลาว มีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในช่วง 2.54 ถึง 3.63 ซึ่ง ในสภาพปัจจุบันมีการดำเนินการในหัวข้อหลักจำนวน 3 ข้อ ได้แก่ การวัดและประเมินผลสำหรับวิชาปฏิบัติ

การสร้างแผน การสอนวิชาทฤษฎี และการสร้างแผนการสอนวิชาปฏิบัติ มีผลการดำเนินงานอยู่ในระดับมาก ส่วนหัวข้ออื่นๆ อีกจำนวน 10 หัวข้อ การดำเนินงานในสภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบันอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาสภาพที่ควรจะเป็นพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามให้ความเห็นว่าทุกหัวข้อ มีสภาพที่ควรจะเป็นอยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาค่าความสำคัญของลำดับความต้องการจำเป็น (PNI<sub>modified</sub>) พบว่ามีค่าอยู่ในช่วง 0.132-0.575 โดยเมื่อพิจารณาการจัดลำดับหัวข้อการฝึกอบรมที่จำเป็นสำหรับครูอาชีวศึกษา สปป. ลาว พบว่า การออกแบบสื่อการสอนเป็นหัวข้อที่มีความสำคัญอยู่ในลำดับที่ 1 มีค่า PNI<sub>modified</sub> เท่ากับ 0.575 ส่วนการวิเคราะห์หลักสูตร มีความต้องการจำเป็นจัดอยู่ในลำดับที่ 2 มีค่า PNI<sub>modified</sub> เท่ากับ 0.430 และวิธีการสอนแนวใหม่ มีความต้องการจำเป็นจัดอยู่ในลำดับที่ 3 มีค่า PNI<sub>modified</sub> เท่ากับ 0.408 โดยการสร้างแผนการสอนวิชาปฏิบัติ มีความต้องการจำเป็นจัดอยู่ในลำดับน้อยสุด PNI<sub>modified</sub> เท่ากับ 0.132

## 7. อภิปรายผล

ผลจากการดำเนินการวิจัยการประเมินความต้องการเป็นในการฝึกอบรมเกี่ยวกับการออกแบบการเรียนการสอนสำหรับการจัดการศึกษาอาชีวศึกษาในสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาวในครั้งนี้พบว่า สภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบันมีการดำเนินการวัดและประเมินผลสำหรับวิชาชีพปฏิบัติการสร้างแผนการสอนวิชาทฤษฎีและปฏิบัติ มีการดำเนินการอยู่ในระดับมาก ส่วนการดำเนินการด้านอื่นๆ นอกเหนือจากนี้การดำเนินการในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของสิริศักดิ์ อำไพพงษ์ และคณะ (2558) ที่ได้สรุปว่าการดำเนินการด้านบริหารกิจการนักเรียนที่มีความเหมาะสมมากที่สุดคือ การวัดและประเมินผลด้านการเรียนรู้ในสถานศึกษา การบริหารจัดการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับความต้องการของสถานศึกษา จึงช่วยยืนยันได้ว่าสภาพปัจจุบันครูอาชีวศึกษาของ สปป.ลาว มีความสามารถดำเนินกิจกรรมเหล่านี้ได้อย่างต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน สำหรับผลการประเมินความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมในประเด็นอื่นๆ และเมื่อพิจารณาคำดัชนีความสำคัญของลำดับความต้องการจำเป็น ( $PNI_{modified}$ ) ที่มีค่าสูงที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ การออกแบบสื่อการสอนการวิเคราะห์หลักสูตรวิธีการสอนแนวใหม่ ซึ่งผลการวิจัย ในครั้งนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของญาดา เชื้อนใจ (2554) เกี่ยวกับการพัฒนาสื่อการสอนสำหรับการเรียนการสอนรายวิชา 5672501 การวิเคราะห์และออกแบบเชิงวัตถุ ผลการวิจัยพบว่าผู้เรียนมีผลการเรียนก่อนและหลังการศึกษาสื่อการสอนสำหรับการเรียนการสอนในรายวิชา 5672501 การวิเคราะห์และออกแบบเชิงวัตถุที่สร้างขึ้นแตกต่างกัน โดยเฉลี่ย 8.44 คิดเป็นร้อยละ 39.2 ในด้านการประเมินความพึงพอใจพบว่า นักศึกษาเห็นด้วยกับการเรียนการสอนในลักษณะนี้ ทำให้นักศึกษาสะดวกต่อการเข้าไปเรียนรู้และมีความเหมาะสมต่อการเรียนรู้ของนักศึกษาสูงที่สุด คิดเป็นระดับความพึงพอใจโดยเฉลี่ย 4.22 อยู่ในระดับความพึงพอใจมากและสอดคล้องกับผลการศึกษาของสุณิสสา เกียวกุล (2559) ได้ให้ความเห็นว่าการบริหารการศึกษาโดยเฉพาะอาชีวศึกษาของ สปป.ลาว จำเป็นต้องทำการปรับปรุงสมรรถนะของผู้ฝึกอบรมครูโดยเน้นเทคโนโลยีทางการศึกษาขั้นสูง อันจะส่งผลให้คุณภาพการเรียนการสอนอาชีวศึกษาของ สปป.ลาว มีคุณภาพและมาตรฐานเพิ่มมากขึ้นโดยสาระที่สำคัญเกี่ยวกับการฝึกอบรมเกี่ยวกับวิธีการสอนครูโดยจากผลการศึกษาของ Solaiman & Jony (2559) ได้สรุปผลการศึกษาเกี่ยวกับวิธีการสอนโดย

ยึดเอานักเรียนเป็นศูนย์กลาง (Student-Centered Instruction) ไว้ว่า การเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลางจะช่วยเพิ่มความสามารถในการเรียนรู้ของนักเรียน เนื้อหาครูจะต้องเตรียมความพร้อมที่แตกต่างกันสำหรับชั้นเรียน การเตรียม และทำแผนการสอน การวิเคราะห์หลักสูตรรายวิชาเพื่อกำหนดจุดประสงค์ สาระสำคัญและการสร้างสื่อการสอนในแต่ละวิชา ซึ่งสอดคล้องกับสรุปผลการศึกษาของสิริศักดิ์ อำไพพงษ์ และคณะ (2558) สรุปไว้ว่าการบริหารวิชาการจะต้องเน้นการแก้ปัญหาการเรียนการสอน การแสวงหานวัตกรรมและเทคโนโลยีเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน การพัฒนาสื่อการเรียนการสอนรายวิชาเน้นการออกแบบสื่อการเรียนการสอนสมัยใหม่ของแต่ละสาขาวิชา

## 8. ข้อเสนอแนะ

### 8.1 ข้อเสนอแนะทั่วไป

8.1.1 สถาบันพัฒนาครูอาชีวศึกษาของ สปป.ลาว สามารถนำข้อมูลไปใช้กำหนดนโยบายในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมให้สอดคล้องกับความต้องการของครู ผู้สอนในสังกัดกรมอาชีวศึกษา สปป.ลาว

8.1.2 ผลวิจัยในครั้งนี้สามารถไปใช้กำหนดชุดการสอนหรือโมดูลการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาศักยภาพของครูในการจัดการเรียนการสอนอาชีวศึกษาในสาขาวิชาต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### 8.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

8.2.1 ควรทำการศึกษาเชิงลึกกว่าแต่ละสาขา มีความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรมแตกต่างกันหรือไม่ ทั้งนี้เพื่อให้สามารถจัดการพัฒนาหรือจัดชุดฝึกอบรมได้ตรงกับกลุ่มเป้าหมายมากยิ่งขึ้น

8.2.2 ควรมีการศึกษาสาเหตุของความต้องการจำเป็นของแต่ละสาขาวิชา เพื่อสะท้อนให้ทราบข้อมูลสำหรับการบริหารทรัพยากรบุคคลและกำหนดกรอบในการพัฒนาการเรียนการสอนอาชีวศึกษาของ สปป.ลาว ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## 9. เอกสารอ้างอิง

### ภาษาไทย

ญาดา เชื้อนใจ. (2554). “การพัฒนาสื่อการสอนสำหรับการเรียนการสอน รายวิชา 5672501 การวิเคราะห์และออกแบบเชิงวัตถุ.” วารสารวิชาการคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง (Industrial Technology Lampang Rajabhat University Journal), 4(1), 9-16.

- ทวนชัย อรุณโรจน์ และเกรียงชัย ปิงประวัติ. (2557, พฤษภาคม-สิงหาคม). “ยุทธศาสตร์การพัฒนากำลังคนระดับอาชีวศึกษาของสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาวให้สอดคล้องกับประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน.” *วารสารมหาวิทยาลัยนครพนม*. 4(2). 16-23.
- สัมฤทธิ์ กางเพ็ง. (2559). “การประเมินความต้องการจำเป็นหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างสมรรถนะทางวิชาชีพครูผู้ดูแลเด็กประจำศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น.” *วารสารศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น*. ขอนแก่น. 39(1), 14-23.
- สุนิสา เกียวกุล. (2559). *การเปรียบเทียบการบริหารการศึกษาประเทศไทยและประเทศสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว*. วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต ภาควิชาการบริหารการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- สุวิมล ว่องวานิช. (2545). “การสังเคราะห์เทคนิคที่ใช้ในการประเมินความต้องการจำเป็นในวิทยานิพนธ์ของนิสิตคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.” *วารสารวิธีวิทยาการวิจัย*. กรุงเทพฯ. 15 (2), 255 - 277.
- อัญชลี สารรัตน์. (2554). “การประเมินความต้องการที่จำเป็น (Needs Assessment) เพื่อการพัฒนาหลักสูตรและการเรียนการสอน.” *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น*. ขอนแก่น. 34 (1-2), 9-20.
- สิริศักดิ์ อำไพพงษ์ และคณะ. (2558). “รูปแบบการพัฒนาสมรรถนะตามมาตรฐานความรู้ของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดกรมอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ และกีฬา สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาวในทศวรรษหน้า.” *วารสารบริหารการศึกษาระดับบัณฑิตวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี*. อุบลราชธานี. 15 (ฉบับพิเศษ), 203-215.
- ภาษาอังกฤษ**
- Chianchana, C. (2014). *Research Methodology*. Textbooks central service : King Mongkut's University of Technology North Bangkok.
- Ministry of Education and Sport. (2013). “*Standards for Vocational Teacher at Bachelor Level in Lao PDR*.” Vientiane, Lao PDR. 53.
- Noe, R. A., (2010). *Employee training and development*. Published by McGraw-Hill/Irwin, a business unit of The McGraw-Hill Companies, Inc., 1221 Avenue of the Americas, New York, NY, 10020. Copyright © 2010, 2008, 2005, 2002, 1999 by the McGraw-Hill Companies, Inc.
- Sharif, S. (2015). [Online]. *Why a training needs assessment is important*. [Cited 23 Jul. 2017]. Available from : <https://www.linkedin.com/pulse/why-training-needs-assessment-important-subhan-sharif>.
- Sirichai, P. (2014). *The Study Needs Coaching of Supervisors in Manufacturing of Automotive Parts in Samutprakan Province*. King Mongkut's University of Technology North Bangkok. Available from: <https://goo.gl/c82BWM>.
- Solaiman, Jony. (2016). “Student Centered Instruction for Interactive and Effective Teaching Learning: Perceptions of Teachers in Bangladesh.” *International Journal of Advanced Research in Education & Technology (IJARET)*, 3(3), 172-178.
- Supphaseth, B. (2016). *Study of Needs Assessment on Basic Technical Skill Training Course of Pre-Operation Technicians in Automotive Service Center*. King Mongkut's University of Technology North Bangkok. Available from: <http://goo.gl/W9eEdk>.

## ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอนามัยและความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง

<sup>1</sup> ผู้นิพนธ์ประสานงาน โทรศัพท์ 08 1459 5454 อีเมล : bbvarnvarn@gmail.com  
รับเมื่อ 3 พฤษภาคม 2562 ตอบรับเมื่อ 2 สิงหาคม 2562 DOI:10.14416/j.faa.2020.02.007

ธัญญาวัลย์ ปันทองธนาวุฒิ<sup>1</sup>  
นนทิตร์น พัฒนภักดี<sup>2</sup>

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับปัจจัยอนามัยและความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอนามัยและความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยเป็นพนักงานระดับปฏิบัติการรวมจำนวน 364 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถามความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอนามัยและความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วย ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์บางส่วน

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1) ปัจจัยอนามัย โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ( $\bar{X} = 4.66$ ,  $SD = 0.23$ ) และความสุขในการทำงานโดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ( $\bar{X} = 4.67$ ,  $SD = 0.29$ ) 2) ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอนามัยและความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีความสัมพันธ์ในระดับปานกลาง ( $r = .521$ ) 3) ปัจจัยอนามัยด้านนโยบายและการบริหารของบริษัทด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน ด้านสถานะของอาชีพ พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r = .141$ ,  $.307$  และ  $.203$  ตามลำดับ)

**คำสำคัญ :** ปัจจัยอนามัย ความสุขในการทำงาน ความสัมพันธ์

<sup>1</sup> นักศึกษาระดับปริญญาโท หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ ภาควิชามนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

<sup>2</sup> อาจารย์ ดร. ประจักษ์ภาควิชามนุษยศาสตร์ คณะศิลปศาสตรปริทัศน์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

## Relationships between Hygiene Factors and Workplace Happiness of Operational Employees in the Fuel Business

<sup>1</sup> Corresponding Author, Tel. 08 1459 5454, E-mail : bbvarnavarn@gmail.com  
Received 3 May 2019; Accepted 2 August 2019

Tanyawan Pinthongtanawut <sup>1</sup>  
Nontirat Pattanapakdee <sup>2</sup>

### Abstract

The objectives of this research are 1) to study the level of motivation in hygiene factors and workplace happiness of operational employees in the fuel business, and 2) to study the relationship between level of hygiene factors and workplace happiness of operational employees in the fuel business. The sample size in this study was 364 employees in operational level in the fuel business. The research instrument was questionnaire. The statistics used in this study was the frequency, percentage, mean, standard deviation, Pearson's correlation coefficient and Partial Correlation.

The results revealed that 1) The mean of level from hygiene factors was in highest level ( $\bar{X} = 4.66$ ,  $SD = 0.23$ ) and workplace happiness was in highest level ( $\bar{X} = 4.67$ ,  $SD = 0.29$ ), 2) Hygiene factors had the positive relationship with workplace happiness level of employees in operational level in the fuel business at statistical significance level .01 which is moderate level relationship ( $r = .521$ ), 3) Hygiene factors : policy and management of the company, related to colleagues and career status correlated to workplace happiness with statistical significance level of .01 ( $r = .141$ ,  $.307$ , and  $.203$ ) respectively.

**Keywords :** Hygiene Factors, Workplace happiness, Relationships

---

<sup>1</sup> Master Student, Master of Arts Program In Industrial and Organizational Psychology, Faculty of Applied Arts, King Mongkut's University of Technology North Bangkok

<sup>2</sup> Ph.D., Faculty of Applied Arts, King Mongkut's University of Technology North Bangkok

## 1. บทนำ

องค์การที่ประสบความสำเร็จได้ ปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่เป็นตัวหลักต้นและมองข้ามไม่ได้ คือ ปัจจัยแห่งความสุข “ชีวิตคนทำงานไม่มีใครที่ไม่ต้องการความสุข เพราะความสุขที่เกิดขึ้นเป็นเสมือนน้ำหล่อเลี้ยง ให้พฤติกรรมคนปรับเปลี่ยนและพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น อันนำไปสู่ผลการปฏิบัติงานตามท้องที่การต้องการ” (อาภรณ์ ภูวพิทยพันธุ์, 2553) ซึ่งการทดลองของ Andrew, Eugenio, and Daniel (2014) พบว่า คนที่มีความสุข จะมีผลผลิตในการทำงานเพิ่มมากขึ้นประมาณร้อยละ 12 ดังนั้นจึงเห็นได้ว่าความสุขในการทำงานของพนักงาน เป็นประเด็นท้าทายสำหรับองค์การในยุคปัจจุบันที่ผู้บริหารให้ความสำคัญเช่นเดียวกับการผลิตสินค้าและบริการ ให้มีคุณภาพ (Schermerhorn, 2008)

ทรัพยากรบุคคลเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญต่อความสำเร็จของงาน หากบุคลากรในองค์การมีความรู้สึกพอใจและมีทัศนคติที่ดีต่อการทำงานหรือต่อปัจจัยต่างๆ ในการทำงานทำให้บุคลากรเกิดความสุขในการทำงาน ทำงานด้วยความเต็มใจ ส่งผลต่อการทำงานที่มีประสิทธิภาพ และทำให้้องค์การเป็น้องค์การที่น่าอยู่ (นักชวล รอดเที่ยง, 2550) การสร้างแรงจูงใจในการทำงานเป็นแนวทางหนึ่งที่ถูกนำมาใช้เพื่อทำให้พนักงานรู้สึกว่าจะสามารถใช้ความรู้ความสามารถได้อย่างเต็มที่ และรู้สึกว่าจะตนเองมีความสำคัญต่อ้องค์การ สามารถก้าวไปยังเป้าหมายที่ต้องการได้ ทำให้อยากปฏิบัติงานใน้องค์การจนเกิดเป็นความผูกพันต่อ้องค์การในที่สุด เพราะหากพนักงานทุ่มเทความสามารถอย่างเต็มที่ เพื่อให้ผลงานสำเร็จตามนโยบายและเป้าหมายของงาน ทำให้พนักงานเกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน และส่งผลต่อความพึงพอใจในการปฏิบัติงาน (สิริพร ทองบุญเอื้อ, 2547) การจูงใจให้พนักงานปฏิบัติงานตามแผนกลยุทธ์ของ้องค์การอย่างมีประสิทธิภาพ ้องค์การจะต้องสร้างความพึงพอใจในงาน สร้างเสริมพนักงานให้มีความมุ่งมั่นในการทำงานเต็มที่ จนเกิดเป็นความจงรักภักดีต่อ้องค์การ

ดังนั้น ้องค์การและหน่วยงานต่างๆ จึงให้ความสำคัญในการที่จะรักษาพนักงานที่มีคุณภาพไว้นั้นอาจไม่ใช่เพียงแค่สวัสดิการตามกฎหมายแต่เพียงประการเดียว ยังมุ่งเน้นความสำคัญในด้านของความสุขในการทำงานภายใน้องค์การ ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญที่จะช่วยรักษาพนักงานของ้องค์การไว้และเป็นสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจของพนักงาน เพื่อเป็นการป้องกันการลาออกของพนักงานหรือการป้องกันความรู้สึกละเลยไม่มีความสุขในการทำงานของพนักงาน ้องค์การ

ควรหาแนวทางในการสร้างความสุขในการทำงานให้ได้มากที่สุด เป็นที่ทราบโดยทั่วไปว่า พนักงานจะใช้ชีวิตใน้องค์การมากกว่า 8 ชั่วโมงต่อวันในการทำกิจกรรมต่างๆ ระหว่างวัน ้องค์การจึงเป็นสถานที่ที่ไม่แตกต่างจากบ้านของพนักงาน จะเห็นได้ว่าตลอดช่วงเวลา 2-3 ปี มีการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญ โดยเฉพาะในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง ได้มีการขยายสถานีบริการน้ำมันของแต่ละบริษัทเป็นจำนวนมาก เพิ่มขึ้นเป็นจำนวนเกือบ 1 เท่าของสถานีบริการน้ำมันเดิมที่มีทำให้จำเป็นต้องเพิ่มบุคลากรระดับปฏิบัติงานมากขึ้น แต่การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นรวดเร็ว เกิดสภาวะความตึงเครียดในการทำงาน และไม่มีความสุขในการทำงาน เพราะปริมาณงานต่างๆ ยังไม่สอดคล้องกับบุคลากรที่มีอยู่ ทำให้มีอัตราการเข้า-ออกของพนักงานระดับปฏิบัติการมากขึ้น ทั้งนี้สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากงานที่มากขึ้นไม่ทันต่อเวลา และส่วนอื่นๆ อาจไม่เข้าใจในด้านการดำเนินชีวิต หรือไม่เข้าใจต่อผู้ร่วมงาน หรืออาจจะไม่เข้าใจวัฒนธรรม้องค์การ ก็เป็นที่คาดเดาของผู้ปฏิบัติงานด้านการพัฒนา โดยที่ค่าตอบแทนและสวัสดิการต่างๆ ไม่ได้น้อยไปกว่าที่ตลาดแรงงานกำหนด ซึ่งอาจมองเห็นสาเหตุในระดับหนึ่งได้ว่า ในการทำงานพนักงานเหล่านี้ไม่มีความสุขในการทำงาน

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ในฐานะผู้วิจัยปฏิบัติงานอยู่ในธุรกิจน้ำมัน จึงสนใจศึกษาปัจจัยอันมีผลสัมพัธ์กับความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติงานในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง ซึ่งเป็นแรงขับเคลื่อนที่สำคัญ และเปรียบเสมือนเส้นเลือดใหญ่ที่หล่อเลี้ยง้องค์การก็ว่าได้ จึงจำเป็นต้องเข้ามาสนใจ และดูแลเพื่อรักษาบุคลากรเหล่านี้ไว้กับ้องค์การ โดยเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ และเพื่อสร้างกรอบแนวคิดด้านความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอันมีผลและความสุขในการทำงาน ซึ่งจะช่วยให้เข้าใจรูปแบบความสุขในการทำงานของกลุ่มบุคลากร และเพื่อนำผลการศึกษานี้มาเป็นแนวทางในการที่จะเพิ่มเติมด้านการจัดสวัสดิการให้กับพนักงาน การนำไปพัฒนาบุคลากรให้ถูกต้องและประยุกต์ใช้ในการพัฒนาบรรยากาศ สภาพแวดล้อมในการทำงาน เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรมีความสุข มีชีวิตชีวาในการทำงาน กระตือรือร้นที่จะพัฒนางานและเพิ่มผลผลิตหรือมีคุณภาพที่ดีขึ้น

## 2. วัตถุประสงค์งานวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาระดับปัจจัยอันมีผลและความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง



2.2 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอนามัยและความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง

### 3. สมมติฐานการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้สมมติฐานคือ ปัจจัยอนามัยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิงความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง

1. ปัจจัยอนามัยด้านนโยบายและการบริหารของบริษัทมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง

2. ปัจจัยอนามัยด้านเงินเดือนและสวัสดิการมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง

3. ปัจจัยอนามัยด้านสภาพการทำงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง

4. ปัจจัยอนามัยด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับ

5. ปัจจัยอนามัยด้านความสัมพันธ์กับผู้บังคับขามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง

6. ปัจจัยอนามัยด้านความมั่นคงในงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง

7. ปัจจัยอนามัยด้านสถานะของอาชีพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง

### 4. การทบทวนวรรณกรรมและกรอบแนวคิดในการวิจัย

#### 4.1 แนวคิดเกี่ยวกับปัจจัยอนามัย

ทฤษฎีสองปัจจัยของเฮอร์ซเบิร์ก (Herzberg's Two-Factor Theory) (บรยองค์ ไตจินดา, 2542) ได้อธิบาย ทฤษฎีการจูงใจของ เฮอร์ซเบิร์ก (Federick Herzberg) หรือที่เรียกกันว่า Motivation-Hygiene Theory หรือ M-H Theory หรือ Two-Factor Theory of Motivation และ Dual Factor Theory นั้นเป็นผลจากการศึกษาของเฮอร์ซเบิร์กที่ได้ศึกษาเฉพาะเจาะจงลงไป คือ การพิจารณาความต้องการของคนงานในองค์การหรือการจูงใจในการทำงาน มีสาระสำคัญคือ (1) Maintenance Factors หรือ Hygiene Factors ปัจจัยสุขอนามัย เป็นปัจจัยที่ใช้บำรุงรักษาจิตใจปัจจัยเหล่านี้

นี้ได้แก่ นโยบาย และการบริหารของบริษัท (Company Policy and Administration) การบังคับบัญชา (Supervision) ความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น (Inter Personal Relations) เงินเดือน (Salary) สภาพแวดล้อมในการทำงาน (Working Relations) (2) Motivator Factors เป็นปัจจัยที่ใช้จูงใจ ซึ่งเป็นปัจจัยที่เป็นตัวกระตุ้นที่จะนำมาใช้จูงใจให้คนปฏิบัติให้ดีขึ้น ปัจจัยเหล่านี้ คือ ความสำเร็จในการปฏิบัติงาน (Achievement) การยอมรับนับถือ (Recognition) ความก้าวหน้า (Advancement) ลักษณะของงาน (The work itself) ความรับผิดชอบ (Responsibility) จากการศึกษาแนวคิดที่เกี่ยวกับปัจจัยอนามัย ทฤษฎีการจูงใจของเฮอร์ซเบิร์ก (Federick Herzberg) การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาทฤษฎีการจูงใจ ด้านปัจจัยอนามัยต้องการศึกษาทัศนคติที่เกี่ยวกับงานเพื่อที่จะให้พนักงานเพิ่มผลการทำงาน ลดการขาดงาน และสร้างความสัมพันธ์อันดีในการทำงานเพื่อประโยชน์ทั่วไปสำหรับทุกๆ คน ก็คือความเข้าใจเกี่ยวกับอิทธิพลต่างๆ ที่จะมีผลช่วยในการปรับปรุงขวัญและกำลังใจการทำงาน ที่จะส่งผลให้ทุกคนมีความสุขและความพึงพอใจในการทำงานมากยิ่งขึ้น

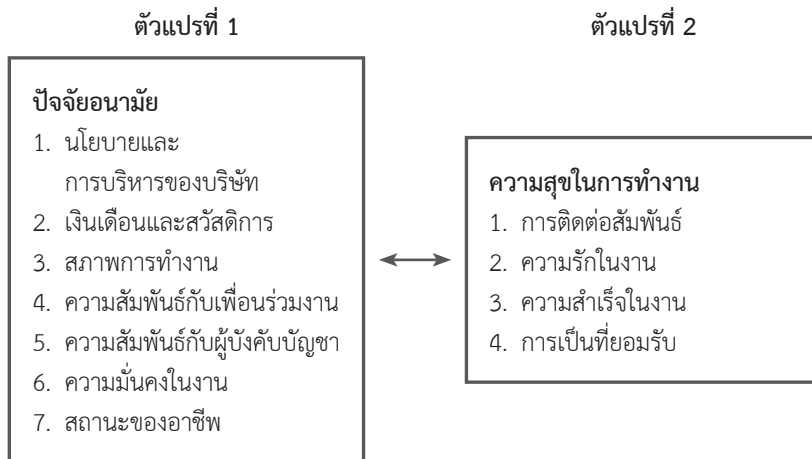
#### 4.2 แนวคิดความสุขในการทำงาน

แนวคิดของ (Manion, 2003) องค์ประกอบของความสุข 4 ด้านดังนี้ (1) การติดต่อสัมพันธ์ (Connections) การรับรู้พื้นฐานที่ทำให้เกิดความสัมพันธ์ของบุคลากรในสถานที่ทำงาน โดยบุคลากรมาร่วมกันทำงานจึงก่อให้เกิดความสัมพันธ์ภาพที่ดีกับบุคลากรที่ตนปฏิบัติงาน ให้ความร่วมมือช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เกิดมิตรภาพระหว่างการทำงานกับบุคลากรต่างๆ และเกิดความรู้สึกเป็นสุข เกิดการรับรู้ว่าได้อยู่ท่ามกลางเพื่อนร่วมงานที่มีความรักและความปรารถนาดีต่อกัน (2) ความรักในงาน (Love of the Work) การรับรู้ถึงความรู้สึกรักและผูกพันอย่างแน่นเหนียวกับงาน รับรู้ว่ามีพันธกิจในการปฏิบัติงานให้สำเร็จ มีความยินดีในสิ่งที่เป็นองค์ประกอบของงาน กระตือรือร้น เพลิดเพลินในการที่จะปฏิบัติงานและปรารถนาที่จะปฏิบัติงานด้วยความเต็มใจ รู้สึกเป็นสุขเมื่อได้ปฏิบัติงาน มีความภูมิใจที่ตนมีหน้าที่รับผิดชอบในงาน (3) ความสำเร็จในงาน (Work Achievement) การรับรู้ว่าตนปฏิบัติงานได้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดได้รับความสำเร็จในการทำงาน ได้รับมอบหมายให้ทำงานที่ท้าทายให้สำเร็จ มีอิสระในการทำงาน เกิดผลลัพธ์การทำงานไปในทางบวก ทำให้รู้สึกภาคภูมิใจในการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงสิ่งต่างๆ เพื่อปฏิบัติงานให้สำเร็จ มีความก้าวหน้าและทำให้องค์กรเกิดการพัฒนา (4) การเป็นที่

ยอมรับ (Recognition) การรับรู้ตัวตนเองได้รับการยอมรับและความเชื่อถือจากผู้ร่วมงานและได้รับการยอมรับจากผู้บังคับบัญชาในการปฏิบัติงาน ได้รับความคาดหวังที่ดีและความไว้วางใจจากผู้ร่วมงาน แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับผู้ร่วมงาน ตลอดจนได้ใช้ความรู้อย่างต่อเนื่อง จากองค์ประกอบทั้ง 4 ด้าน ดังกล่าว Manion กล่าวว่า ความสุขในการทำงานมีส่วนช่วยให้ผู้บริหารสามารถนำไปพิจารณาในการปรับเปลี่ยนรูปแบบการบริหารงานที่ส่งเสริมให้บุคลากรเกิดความรู้สึกอยากทำงานจากสภาพแวดล้อมจึงให้

อยากที่จะทำงาน ซึ่งมีผลให้บุคลากรเกิดความยินดีในงานที่ทำ มีส่วนร่วมในงานและเกิดความสุขการทำงาน จากการศึกษาแนวคิดที่เกี่ยวกับความสุขในการทำงาน สำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง เนื่องจากความสุขในการทำงานเป็นพลังในการเริ่มต้นการทำงาน ผู้วิจัยจึงได้นำแนวคิด Manion มาใช้ในการประเมินความสุขในการทำงาน

#### 4.3 กรอบแนวคิดการวิจัย



#### 5. วิธีการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ พนักงานระดับปฏิบัติการของบริษัทธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง บริษัท A จำนวน 1,331 คน (ฝ่ายทรัพยากรบุคคล บริษัท A ข้อมูล ณ วันที่ 15 มกราคม 2562) และบริษัท B จำนวน 2,761 คน (เว็บไซต์บริษัท B ข้อมูล ณ วันที่ 15 มกราคม 2562) ซึ่งเป็นองค์การที่มีลักษณะการดำเนินงานคล้ายกัน รวมประชากรที่ใช้ในการวิจัยทั้งหมดจำนวน 4,092 คนโดยผู้วิจัยคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตร Taro Yamane (อ้างถึงในนิดา วาติเจริญ และคณะ, 2560) ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการทั้งหมด 364 คน จากนั้นผู้วิจัยได้ทำการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิ (Stratified Sampling) ตามสัดส่วนของแต่ละบริษัท กลุ่มเป้าหมาย ได้จำแนกกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้โดยแบ่งเป็นพนักงานระดับปฏิบัติการของบริษัท A จำนวน 150 คน และพนักงานระดับปฏิบัติการของบริษัท B จำนวน 214 คน และได้ทำการเลือกตัวอย่างแบบตามสะดวก เครื่องมือที่ใช้

ในการวิจัย เป็นแบบสอบถาม ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอนามัยและความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง การเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งการทดสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยนำแบบสอบถามตรวจสอบหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาโดยนำผลไปตรวจสอบหาค่าดัชนีความสอดคล้องโดยผู้เชี่ยวชาญ และนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try Out) โดยให้กับพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิงที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกและหาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาร์ช (Cronbach's Alpha Coefficient:  $\alpha$  Coefficient) โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาร์ช มีค่าตั้งแต่ 0.7 ขึ้นไป (สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์, 2546) แบบสอบถามปัจจัยอนามัยทั้งหมด จำนวนข้อคำถามทั้งหมด 32 ข้อ โดยมีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง .207 - .725 ค่าความเชื่อมั่น .922 และ

แบบสอบถามความสุขในการทำงานทั้งฉบับ จำนวนข้อคำถามทั้งหมด 23 ข้อ โดยมีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง .477 - .887 มีค่าความเชื่อมั่น .959 การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามเพิ่มจากกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้ รวมทั้งหมดเป็น 400 ชุด โดยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้รับคืนจำนวนทั้งสิ้น 364 ชุด ซึ่งครบตามเกณฑ์ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วย ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์บางส่วน

## 6. ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะส่วนบุคคลของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง ส่วนมากเป็นเพศชาย ร้อยละ 52.20 มีอายุระหว่าง 21-30 ปี ร้อยละ 53.02 มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 32.42 และมีสถานภาพโสด ร้อยละ 52.47

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอนามัยและความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน ปรากฏดังตารางที่ 1 และตารางที่ 2 ดังนี้

**ตารางที่ 1** ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความสุขในการทำงาน โดยรวมและรายด้าน

| ความสุขในการทำงาน | $\bar{X}$ | SD   | ระดับ     |
|-------------------|-----------|------|-----------|
| การติดต่อสัมพันธ์ | 4.68      | 0.36 | มากที่สุด |
| ความรักในงาน      | 4.66      | 0.35 | มากที่สุด |
| ความสำเร็จในงาน   | 4.64      | 0.35 | มากที่สุด |
| การเป็นที่ยอมรับ  | 4.71      | 0.33 | มากที่สุด |
| โดยรวม            | 4.67      | 0.29 | มากที่สุด |

จากตารางที่ 1 ผลคะแนนค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับความสุขในการทำงานพบว่า อยู่ในระดับมากที่สุดทุกด้าน ได้แก่ ด้านการเป็นที่ยอมรับ ด้านการติดต่อสัมพันธ์ ด้านความรักในงาน และด้านความสำเร็จในงาน ตามลำดับ

**ตารางที่ 2** ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปัจจัยอนามัย โดยรวมและรายด้าน

| ปัจจัยอนามัย                  | $\bar{X}$ | SD   | ระดับ     |
|-------------------------------|-----------|------|-----------|
| นโยบายและการบริหารของบริษัท   | 4.83      | 0.31 | มากที่สุด |
| เงินเดือนและสวัสดิการ         | 4.65      | 0.36 | มากที่สุด |
| สภาพการทำงาน                  | 4.64      | 0.36 | มากที่สุด |
| ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน  | 4.66      | 0.29 | มากที่สุด |
| ความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชา | 4.57      | 0.35 | มากที่สุด |
| ความมั่นคงในงาน               | 4.61      | 0.38 | มากที่สุด |
| สถานะของอาชีพ                 | 4.70      | 0.35 | มากที่สุด |
| โดยรวม                        | 4.66      | 0.23 | มากที่สุด |

จากตารางที่ 2 ผลคะแนนค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยอนามัย ในระดับมากที่สุดทุกด้าน ได้แก่ ด้านนโยบายและการบริหารของบริษัท ด้านสถานะของอาชีพ

ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน ด้านเงินเดือนและสวัสดิการ ด้านสภาพการทำงาน ด้านความมั่นคงในงาน และด้านความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชา ตามลำดับ

## 7. การอภิปรายผล

**ตารางที่ 3** ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอนามัยกับความสุขในการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจน้ำมันเชื้อเพลิง

| ปัจจัยอนามัย                     | ความสุขในการทำงาน |                      |      |
|----------------------------------|-------------------|----------------------|------|
|                                  | r                 | r <sup>2</sup> x 100 | p    |
| 1. นโยบายและการบริหารของบริษัท   | .141**            | 1.99                 | .008 |
| 2. เงินเดือนและสวัสดิการ         | -.019             | 0.03                 | .723 |
| 3. สภาพการทำงาน                  | .042              | 0.18                 | .430 |
| 4. ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน  | .307**            | 9.42                 | .000 |
| 5. ความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชา | .016              | 0.03                 | .764 |
| 6. ความมั่นคงในงาน               | .067              | 0.44                 | .206 |
| 7. สถานะของอาชีพ                 | .203**            | 4.12                 | .000 |
| โดยรวม                           | .521**            | 27.14                | .000 |

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 3 ซึ่งสามารถอธิบายได้ดังนี้ สมมติฐานที่ 1 ปัจจัยอนามัยมีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงาน ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเพื่อหาความสัมพันธ์พบว่า ปัจจัยอนามัยโดยรวมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยความสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง ( $r = .521$ ) คิดเป็นร้อยละ 27.14 ผลการวิจัยนี้มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของพนตลกรรณิกา (2551) พบว่า สิ่งที่ทำให้คนทำงานมีความสุขหรือความทุกข์จากการทำงานไม่ขึ้นอยู่กับเงินเดือน รายได้ หรือสถานะเศรษฐกิจเรื่องปากท้องเพียงอย่างเดียว แต่ยังมียังมีองค์ประกอบอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับความสุขในการทำงาน โดยความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานมีผลต่อความสุขของคนทำงานมากที่สุด และสอดคล้องกับโรสนี ฮาญสมสกุล (2550) กล่าวว่า ความต้องการของบุคคลที่จะทำให้เกิดความสุขในการทำงาน คือ สัมพันธภาพในการทำงาน การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน บรรยากาศและสังคมในการทำงานอบอุ่น บุคลากรในหน่วยงานมีความเอื้อเฟื้อซึ่งกันและกัน ผู้นำมีบทบาทส่งเสริมและสนับสนุนผู้ใต้บังคับบัญชา ผู้ใต้บังคับบัญชาสามารถทำงาน

ได้อย่างไม่มีแรงกดดัน จึงทำให้มีความสุขในการปฏิบัติงาน การที่พนักงานมีความสุขในการทำงานเป็นสิ่งที่สำคัญต่อความสำเร็จขององค์กรในอนาคต ความรู้สึกของคนทำงานที่ต้องการมีความก้าวหน้า มีโอกาสในการพัฒนาอย่างทั่วถึง การได้ทำงานในที่ทำงานที่มั่นคง และต้องการให้ตนเป็นที่ยกย่องและยอมรับจากคนทั่วไป มีผู้บังคับบัญชาที่มีความเมตตาและกรุณา การมีเพื่อนร่วมงานที่จริงใจ ได้รับสวัสดิการที่พอเพียง และการได้รับความปลอดภัยจากการทำงาน ซึ่งถ้าคนงานได้รับสิ่งต่างๆ ดังกล่าวอย่างต่อเนื่อง คนทำงานก็จะทำงานอย่างมีความสุข ส่งเสริมให้เกิดสภาพการทำงานที่ดี และส่งผลต่อชีวิตโดยรวมของบุคคลผู้นั้น ให้เป็นสุขอีกด้วย และเมื่อวิเคราะห์รายด้านพบว่า

สมมติฐานที่ 1.1 ปัจจัยอนามัยด้านนโยบายและการบริหารของบริษัทมีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงาน ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเพื่อหาความสัมพันธ์พบว่า ปัจจัยด้านนโยบายและการบริหารของบริษัทมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีความสัมพันธ์ในระดับต่ำมาก ( $r = .141$ )

หรือคิดเป็นร้อยละ 1.98 โดยกลุ่มตัวอย่างให้ปัจจัยอนามัยด้านนโยบายและการบริหารของบริษัท มาเป็นอันดับสาม ซึ่งองค์ประกอบที่เป็นอันดับแรก คือ ข้อกำหนดต่างๆ ของบริษัททำให้ท่านปฏิบัติงานได้สะดวกมากขึ้น ดังนั้นผู้บริหารขององค์การควรส่งเสริมและพัฒนานโยบาย เพื่อให้เข้าถึงและเข้าใจพนักงาน เพื่อนำไปสู่การทำให้พนักงานเกิดความสุขในการทำงานในระดับที่สูงขึ้น ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับ ไตรทิพย์ ฤาชา (2552) พบว่า ความสุขในการทำงานมีความสัมพันธ์กับนโยบายและการบริหารงาน สอดคล้องกับ อรรถพร คงเขียว (2554) นโยบายและการบริหารมีความสัมพันธ์กับระดับความสุขในการทำงานในระดับปานกลาง

สมมติฐานที่ 1.2 ปัจจัยอนามัยด้านเงินเดือนและสวัสดิการมีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงาน ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเพื่อหาความสัมพันธ์พบว่า ปัจจัยด้านเงินเดือนและสวัสดิการมีความสัมพันธ์ทางลบกับความสุขในการทำงาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับ Johnson and Kruege (2005) พบว่า ปัจจัยเรื่องรายได้มีผลต่อความสุขประจำวันน้อยมาก โดยอธิบายว่าเนื่องจากรายได้ที่เพิ่มสูงขึ้นนี้ แต่กลับนำมาซึ่งความเครียดและทำให้คนนั้นเหลือเวลาที่จะใช้ทำกิจกรรมต่างๆ น้อยลง เพราะแม้แต่หักโหมทำงานหนัก สอดคล้องกับ Antonides (2007) การเพิ่มขึ้นหรือลดลงของรายได้ไม่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงระดับความสุข สอดคล้องกับสิรินทร แซ่ฉั่ว (2553) ที่พบว่ารายได้มีผลต่อความสุขในการทำงานน้อย

สมมติฐานที่ 1.3 ปัจจัยอนามัยด้านสภาพการทำงานมีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงาน ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเพื่อหาความสัมพันธ์พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างสภาพการทำงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับ นภัชช รัตนเที่ยง (2550) ที่พบว่าสภาพแวดล้อมในการทำงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงาน สอดคล้องกับ ัชนม วรณพิน และวาสนี วิเศษฤทธิ์ (2555) ได้ทำงานในสิ่งแวดล้อมที่ดีและปลอดภัยอุปกรณ์ทำงานที่พร้อม สิ่งเหล่านี้มีผลต่ออารมณ์และความสุขของผู้ทำงาน สอดคล้องกับ สิรินทร แซ่ฉั่ว (2553) สภาพแวดล้อมทางกายภาพที่ทำให้เกิดความสุขในการทำงาน คือ การมีอุปกรณ์เครื่องมือ สิ่งอำนวยความสะดวกที่ทันสมัย สถานที่ทำงานมีความสวยงาม

สมมติฐานที่ 1.4 ปัจจัยอนามัยด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานมีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงาน ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเพื่อหาความสัมพันธ์พบว่า ด้านความ

สัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานมีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีความสัมพันธ์ในระดับต่ำ ( $r = .203$ ) หรือคิดเป็นร้อยละ 4.12 โดยกลุ่มตัวอย่างให้ปัจจัยอนามัยด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานมากที่สุดอันดับหนึ่ง องค์ประกอบที่เป็นอันดับแรก คือ การแบ่งปันความรู้ในการทำงานซึ่งกันและกันอยู่เสมอ รองลงมา คือ การให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และการได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนร่วมงาน การปฏิบัติต่อกันด้วยความหวังดีเสมอ แสดงให้เห็นว่าเพื่อนร่วมงานมีผลต่อระดับความสุขในการทำงาน มีความสัมพันธ์และความผูกพันในการทำงานร่วมกัน เกิดความรักและความเข้าใจกันและกัน ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับคณะ จุลสุคนธ์ และวิมล เหมือนคิด (2555) ที่พบว่า หากพนักงานมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจะทำให้เกิดข้อขัดแย้งน้อยลง เกิดความรู้สึกที่ดีต่อการทำงานเต็มไปด้วยความราบรื่น จะทำงานร่วมกันได้อย่างมีความสุข ได้ใช้ความรู้ ความสามารถ และทักษะในการปฏิบัติงานอย่างเต็มที่ ก่อให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงาน

สมมติฐานที่ 1.5 ปัจจัยอนามัยด้านความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชามีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงาน ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเพื่อหาความสัมพันธ์พบว่า ด้านความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้บริหารหรือหัวหน้างานควรปรึกษาหารือในการมอบหมายหน้าที่ให้ชัดเจน ให้มีความเหมาะสมกับความรู้ความสามารถของบุคลากร และให้คำแนะนำในการปฏิบัติงาน เพราะจะส่งผลให้บุคลากรทำงานในหน้าที่ที่รับผิดชอบได้อย่างมีความสุข ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับเกษม ต้นติผลาชีวะ (2545) ความสุขกับการทำงานขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ของผู้บังคับบัญชา เพราะผู้บังคับบัญชามีอิทธิพลต่อความก้าวหน้าของบุคคล เช่นเดียวกับ แนวคิดของ Quick and Quick (1984 อ้างถึงใน รัชณี หาญสมสกุล, 2550) ที่เห็นว่า ความต้องการของบุคคลที่ทำให้เกิดความสุขในการทำงานนั้น คือ สัมพันธภาพในการทำงาน ซึ่งผู้นำจะต้องมีบทบาทส่งเสริมและสนับสนุนผู้ใต้บังคับบัญชา ให้ผู้ใต้บังคับบัญชาสามารถทำงานได้อย่างไม่มีแรงกดดัน และมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

สมมติฐานที่ 1.6 ปัจจัยอนามัยด้านความมั่นคงในงานมีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงาน ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเพื่อหาความสัมพันธ์พบว่า ด้านความมั่นคงในงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงาน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการวิจัยนี้ สอดคล้องกับวรรณพร

พรายสวาท (2552) ความสุขที่ทุกคนได้จากการทำงาน คือ ความสุขจากการดำรงชีวิตที่เหมาะสม มีความมั่นคงในอาชีพ ได้รับค่าตอบแทนและสวัสดิการที่ดี

สมมติฐานที่ 1.7 ปัจจัยอนามัยด้านสถานะของอาชีพ มีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงาน ผลการวิเคราะห์ ค่าสถิติเพื่อหาความสัมพันธ์พบว่า ด้านสถานะของอาชีพ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการทำงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 โดยกลุ่มตัวอย่างให้ปัจจัยอนามัยด้านสถานะของอาชีพ เป็นอันดับที่สอง ซึ่งมีองค์ประกอบที่เป็นอันดับแรก คือ ภูมิใจที่ได้ทำงานด้านบริการลูกค้า รองลงมา ลูกค้าชื่นชมในการให้บริการของท่าน แสดงให้เห็นว่าสถานะของอาชีพมีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงาน มีความรู้สึกมีความสุขที่ได้ทำงานด้านการบริการ ได้พูดคุยกับลูกค้า มีความรู้สึกภูมิใจกับอาชีพที่ตนเองทำอยู่ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับขจรศักดิ์ เพ็ชรรัตน์ (2554) ความสุขที่ทุกคนจะได้จากการทำงาน คือ ความสุขจากการดำรงชีวิตที่เหมาะสม มีผลงานที่ดี เกิดความรู้สึกว่าตัวเองเป็นคนที่มีคุณค่าต่อองค์กร

## 8. ข้อเสนอแนะ

ผลการวิจัยในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งปัจจัยอนามัยและความสุขในการทำงานจึงใคร่ขอเสนอแนะประเด็นสำคัญเพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงหรือพัฒนาดังนี้

8.1 ความสุขในการทำงานด้านความสำเร็จในงาน มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด หัวหน้างานควรมอบหมายงานที่มีความท้าทาย เพิ่มพูนทักษะการทำงานให้กับพนักงานได้ทำอยู่เสมอ พร้อมเสนอแนะให้ทำงานได้สำเร็จตามเป้าหมายทุกครั้ง

8.2 ปัจจัยอนามัยด้านความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด หัวหน้าควรให้ความเป็นกันเอง ตลอดทั้งให้คำแนะนำ และความช่วยเหลือโดยที่พนักงานไม่ต้องร้องขอรวมถึงการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เพื่อร่วมกันหาแนวทางในการแก้ไข

8.3 ปัจจัยอนามัยด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานมีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงานมากกว่าด้านอื่น พนักงานให้ความร่วมมือในการทำงานกับบริษัท โดยไม่ต้องร้องขอเป็นอย่างดี บริษัทควรส่งเสริมให้เกิดความสัมพันธ์ในการทำงานที่ดีระหว่างพนักงานด้วยกันเอง โดยอาจจัดกิจกรรมเพื่อสานความสัมพันธ์

8.4 ปัจจัยอนามัยด้านสถานะของอาชีพมีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงานมาเป็นอันดับสอง บริษัทควรจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้พนักงานรู้สึกรักในงานที่ทำและเกิดความภาคภูมิใจให้แกตนเองและครอบครัว ส่งเสริมและสนับสนุนพนักงานที่ปฏิบัติงานดี มีความขยัน ใฝ่หาความรู้และยกย่องเพื่อเป็นกำลังใจและเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับพนักงานคนอื่น

8.5 ปัจจัยอนามัยด้านนโยบายและการบริหารของบริษัทมีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงานมาเป็นอันดับสามบริษัทควรมีการชี้แจงนโยบายการดำเนินงาน และโครงสร้างการบริหารงาน กฎระเบียบและข้อบังคับต่างๆ พร้อมทั้งสร้างความรู้และความเข้าใจในนโยบายต่างๆ ของบริษัทที่จะทำให้พนักงานเข้าใจเป้าหมายและค่านิยมที่จะปฏิบัติงาน เพื่อความสำเร็จของบริษัทและปฏิบัติงานตรงตามเป้าหมายของบริษัท

## 9. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

9.1 ควรศึกษาเพิ่มเติมในประเด็นปัจจัยอื่นๆ ที่มีอิทธิพลต่อความสุขในการทำงานของ พนักงานระดับปฏิบัติการ เช่น ภาวะผู้นำวัฒนธรรมองค์กร ความยุติธรรมในองค์กร การมองโลกในแง่ดี การรู้คุณค่าของตัวเอง

9.2 ในการศึกษาครั้งต่อไปอาจใช้การสัมภาษณ์ประเด็นต่างๆ เชิงลึก เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ละเอียดชัดเจนมากขึ้น และเป็นประโยชน์ต่อการที่องค์กรจะนำไปใช้

9.3 อาจมีการศึกษาความสุขในการทำงานกับตัวแปรด้านอื่นๆ เช่น คุณภาพชีวิต ภาวะสุขภาพจิต เป็นต้น เพื่อให้ข้อมูลที่ครอบคลุมสำหรับการนำไปใช้ในงานพัฒนาบุคลากรต่อไป

## 10. เอกสารอ้างอิง

### ภาษาไทย

เกษม ต้นติผลาชีวะ. (2545). *อยู่อย่างมีความสุข*. กรุงเทพมหานคร : โอเอส.พรินติ้ง.

ขจรศักดิ์ เพ็ชรรัตน์. (2554). *การสร้างความสุขในที่ทำงาน (Happy Workplace)*. สำนักงานคณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา วิทยาเขตพัทลุง มหาวิทยาลัยทักษิณ.

คเนศ จุลสุคนธ์ และวิมล เหมือนคิด. (2555). “ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลและการเป็นสมาชิกกลุ่มไม่เป็นทางการกับประสิทธิภาพในการทำงานของพนักงาน”. *วารสารวิจัยมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ*. ปีที่ 2012 (ฉบับที่ 6), หน้า 52 - 65.



นพดล กรรณิกา. (2551). **ประเมินความสุขของคนทำงาน (Happiness at Workplace)**. สืบค้นเมื่อวันที่ 3 มีนาคม 2562, จาก <http://www.ry9.com/s/abcp/416085>.

นัชชชล รอดเที่ยง. (2550). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสุขในการทำงานของบุคลากรที่สังกัดศูนย์อนามัยในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข**. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. สาขานามัย ครอบครวั มหาวิทยาลัยมหิดล.

บรรยงค์ โตจินดา. (2542). **องค์การและการจัดการ**. กรุงเทพมหานคร : รวมสาส์น (1977).

อัมมณ วรรณพิน และ วาสิณี วิเศษฤทธิ์. (2555). **ความสุขในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพ กลุ่มพนักงานมหาวิทยาลัยโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยภายใต้กำกับของรัฐ**. วิทยานิพนธ์หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการบริหารการพยาบาล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

รัชณี หาญสมสกุล. (2550). **ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมในการทำงานลักษณะงานกับความสุขในการทำงานของบุคลากรพยาบาลประจำสถานพยาบาลสังกัดกรม ราชทัณฑ์**. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วรรณพร พรายสาวท. (2552). **ความสัมพันธ์ระหว่างการฟังเพลงในขณะที่ทำงานกับความสุขในการทำงานของพนักงาน : ศึกษาเฉพาะกรณี พนักงานของบริษัท อีริคสัน(ประเทศไทย) จำกัด**. วิทยานิพนธ์ ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ.

วนิดา วาตีเจริญ และคณะ. (2560). **ระเบียบวิธีวิจัยจากแนวคิด ทฤษฎี สู่ภาคปฏิบัติ**. กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดดูเคชั่น.

สิรินทร แซ่ฉั่ว. (2553). **ความสุขในการทำงานของบุคลากรเชิงสร้างสรรค์:กรณีศึกษาอุตสาหกรรมเชิงสร้างสรรค์กลุ่มสื่อและกลุ่มงานสร้างสรรค์เพื่อการใช้งาน**. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต คณะพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

สุริพร ทองบุญเอื้อ. (2547). **ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะผู้นำที่เป็นแบบอย่างของหัวหน้าหอผู้ป่วย แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กับความเป็นองค์การแห่งการเรียนรู้ของฝ่ายพยาบาลตามการรับรู้ของพยาบาลประจำการโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยของรัฐ**. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์. (2546). **ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์**. กรุงเทพฯ : เพื่องฟ้าพรินต์.

อรรถพร คงเสียว. (2554). **ปัจจัยที่มีผลต่อระดับความสุขในการทำงานของพนักงาน: กรณีศึกษา บริษัท ดี.อี.เอ็ม คอนฟิแคนท์ จำกัด**. ปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการวิศวกรรมธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี.

อาภรณ์ ภู่วิทยพันธ์. (2553). **การบริหารความสุขในการทำงาน ด้วยหลัก P-D-C-A** สืบค้นเมื่อวันที่ 3 มีนาคม 2562, จาก <http://www.impressionconsult.com/web/index.php/articles/578-p-d-c-a.html>.

ไตรทิพย์ ฤาชา. (2552). **ความสุขในการทำงานของเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดกำแพงเพชร**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการพัฒนา มหาวิทยาลัยแม่โจ้.

#### ภาษาอังกฤษ

Antonides, G. (2007). **Income evaluation and happiness in the case of income decline**. KYKLOS, 60(4), 467-484.

Johnson, W., McGue, M., and Krueger, R.F. (2005). "Personality Stability in Late Adulthood: A Behavioral Genetic Analysis." *Journal of Personality*. Vol.73 ,523-551.

Manion, J. (2003). "Joy at work: Creating a positive workplace." *Journal of Nursing Administration*, Vol.33(12), 652-655.

Schermerhon, John R., Hunt, James G., and Osborn, R. N. (2008). **Organization Behavior**. New York : John Willey and Sons.

## ความสัมพันธ์ระหว่างความไว้วางใจในองค์กรและขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน ของบุคลากรภายในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดยะลา

<sup>1</sup> ผู้นิพนธ์ประสานงาน โทรศัพท์ 087-395-0089 อีเมล : mewmewkiti@gmail.com  
รับเมื่อ 22 มิถุนายน 2562 ตอบรับเมื่อ 20 สิงหาคม 2562 DOI:10.14416/j.faa.2020.02.008

กิตติวดี หนูเทพ <sup>1</sup>  
นนทรีรัตน์ พัฒนภักดี <sup>2</sup>

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาระดับความไว้วางใจในองค์กร และระดับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร 2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความไว้วางใจในองค์กร กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัย ได้แก่ บุคลากรที่ปฏิบัติงานในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดยะลา แบ่งเป็นบุคลากรสังกัดโรงเรียนเอกชน และสังกัดโรงเรียนรัฐบาล จำนวน 344 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็น แบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วยค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบบางส่วน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการวิจัยพบว่า 1) ความไว้วางใจในองค์กรของบุคลากร โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ส่วนขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก 2) ความไว้วางใจในองค์กรโดยรวม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r = .662$ ) โดยความไว้วางใจในองค์กรด้านเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจ และด้านความเชื่อในการไว้วางใจ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r = .442$  และ  $.392$ ) ตามลำดับ

**คำสำคัญ :** ความไว้วางใจในองค์กร ขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน บุคลากรในโรงเรียนมัธยมศึกษา

<sup>1</sup> นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ คณะศิลปศาสตรปริทัศน์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

<sup>2</sup> อาจารย์ ดร. ประจำคณะศิลปศาสตรปริทัศน์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

## Relationship between Organizational Trust and Work - related to Morale of Personnel in Secondary Schools, Yala

<sup>1</sup> Corresponding Author, Tel. 087 395 0089, E-Mail : mewmewkiti@gmail.com  
Received 22 June 2019; Accepted 22 August 2019

Kitiyawadee Nhutep<sup>1</sup>  
Nontirat Pattanapakdee<sup>2</sup>

### Abstract

The objectives of this research are: 1) to study the level of organizational trust and the level of work -related to morale of personnel, and 2) to study the relationship between organizational trust and the work -related to morale of the personnel. The samples used in the study were 344 personnel working in both private and government secondary schools in Yala. The research instrument was a questionnaire. Statistics used in data analysis consisted of frequency, percentage, mean, standard deviation, partial correlation coefficient and Pearson's correlation coefficient.

The results revealed that 1) The overall organizational trust of the personnel was at a high level while the work-related to morale of personnel was at a high level, and 2) The overall organizational trust positively correlated with the work-related to morale at the statistical significance level of .01 ( $r = .662$ ). The facets of organizational trust: the intent of trust and the belief in trust, positively correlated with the work-related to morale of personnel at the statistical significance level of .01 ( $r = .442$  and  $.392$ ) respectively.

**Keywords :** Organizational Trust, Work-related to Morale, Secondary School personnel

---

<sup>1</sup> Master student, Master of Arts Program in Industrial and Organizational Psychology, Faculty of Applied Arts, King Mongkut's University of Technology North Bangkok

<sup>2</sup> Ph.D., Faculty of Applied Arts, King Mongkut's University of Technology North Bangkok

## 1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในยุคปัจจุบันมีองค์การมากมายหลากหลายรูปแบบ ที่มีจุดประสงค์ของการดำเนินงานที่ต่างกันไปตามแต่ละประเภทของการประกอบการ โดยทุกๆ องค์การมีการให้ความสำคัญอย่างไม่แตกต่างกัน ก็คือ เรื่องของบุคลากรที่ปฏิบัติงานภายในองค์การ ไม่เว้นแม้แต่องค์การทางการศึกษาที่ต้องมีการเล็งเห็นถึงความสำคัญของการบริหารบุคลากรเป็นอย่างมาก เนื่องจากองค์การทางการศึกษาถือเป็นองค์การที่มีความสำคัญต่อการขับเคลื่อนและพัฒนาศักยภาพของประเทศไทยเป็นองค์การที่มีหน้าที่ในการรับผิดชอบเกี่ยวกับการศึกษา การสร้างและพัฒนาความรู้ รวมถึงการดัดศักยภาพและความสามารถของนักเรียน นักศึกษา เพื่อนำไปสู่การพัฒนาเป็นประชากรที่มีคุณภาพของประเทศสืบต่อไปในอนาคต (สุริยา มนตรีภักดิ์, 2555)

นอกจากการให้ความสำคัญแก่บุคลากรที่ปฏิบัติงานในองค์การทางด้านการพัฒนาศักยภาพต่างๆ ในเรื่องของความรู้สึกริ้วางใจที่มีต่อองค์การเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างมาก เพราะความไว้วางใจจะเป็นแนวความคิด ทศนคติภายในของบุคลากรที่สามารถกำหนดพฤติกรรมของบุคลากรได้ด้วย นอกจากนี้ความไว้วางใจยังเป็นสิ่งที่จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพและประสิทธิผลในการทำงาน รวมถึงเพิ่มผลลัพธ์ในทิศทางเชิงบวกให้แก่การทำงานของบุคลากร (Nyhan & Marlowe, 1997)

นอกจากเรื่องของความไว้วางใจในองค์การแล้วนั้น ปัจจัยที่มีความสำคัญในการบริหารงานบุคคล และมีความสำคัญกับบุคลากรที่ปฏิบัติงานเป็นอย่างมาก นั่นคือเรื่องของขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร เพราะขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงานนั้น หมายถึงเจตคติ ระดับทางอารมณ์ของบุคลากรที่ปฏิบัติงานในแต่ละบุคคลซึ่งมีความแตกต่างกันออกไป George (2018) ได้กล่าวไว้ว่า ขวัญกำลังใจของพนักงานที่ดีจะเป็นประโยชน์ต่อองค์กรในหลายๆ ด้าน ขวัญกำลังใจสูงช่วยลดการหมุนเวียนของพนักงาน กล่าวคือ การลาออกจากงาน และเกิดการรักษาพนักงานไว้ สิ่งที่เกิดขึ้นเมื่อพนักงานมีขวัญและกำลังใจสูงจะทำให้ต้นทุนที่ใช้ในการหาพนักงานลดน้อยลง ทั้งยังช่วยให้การหาพนักงานที่มีคุณสมบัติเหมาะสมและได้รับการฝึกอบรมพนักงาน ตามที่ผู้เชี่ยวชาญด้านประสิทธิภาพของธุรกิจกลุ่มกล่าวว่า ขวัญกำลังใจสูงยังทำให้พนักงานเกิดความคาดหวังและเพิ่มผลผลิต มีหลายองค์ประกอบที่สามารถสร้างขวัญและกำลังใจในการทำงานที่ดี (Davis, 1992 อ้างอิงใน ปณต สิงห์สุขโรจน์, 2555 : 13) ซึ่งขวัญ

และกำลังใจนั้นเป็นสิ่งที่มีความสำคัญจากตำแหน่งหน้าที่การทำงาน ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในที่ทำงานทั้งผู้บังคับบัญชา และเพื่อนร่วมงาน หรือสิ่งเร้าอย่างลักษณะทางกายภาพในการทำงาน นอกจากนี้ความสำคัญของขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงานยังเป็นปัจจัยที่สามารถช่วยกระตุ้น โน้มน้าวภาวะทางจิตใจ และกำหนดพฤติกรรมของบุคลากรให้เกิดความต้องการ ความยินยอม ความอุทิศตน ความตั้งใจ ความร่วมมือ และความเต็มใจที่จะปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพ และประสิทธิผลมากที่สุดอีกด้วย (Flippo, 1971) หากองค์การใดที่สามารถสร้างขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงานให้แก่บุคลากรในองค์การได้ ย่อมส่งผลให้เกิดผลดีต่อการดำเนินการขององค์การอย่างมีคุณภาพ (ชิตชนกร ราชิมมูลา, 2548)

จังหวัดยะลา เป็นจังหวัดชายแดนภาคใต้ ประชากรส่วนใหญ่เป็นชาวไทยที่นับถือศาสนาอิสลาม และได้รับการขนานนามว่าเป็น 1 ใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดการก่อการร้ายรุนแรง และเหตุการณ์ความไม่สงบ โดยเหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นนั้นกลายเป็นปัญหาเกี่ยวกับความมั่นคง สวัสดิการ และสวัสดิภาพของบุคลากรทางการศึกษาอย่างเช่น “ครู” (ศูนย์ข่าวภาคใต้, 2561)

จากข้างต้นที่กล่าวมา ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้ศึกษาจึงได้ทำการมุ่งเน้นไปที่ความสัมพันธ์ระหว่างความไว้วางใจในองค์การ และขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรภายในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดยะลา สาเหตุที่สนใจในการศึกษาพื้นที่จังหวัดยะลาเนื่องจากเป็นหนึ่งในพื้นที่ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดการก่อการร้ายรุนแรง และเหตุการณ์ความไม่สงบ และการศึกษาเป็นพื้นฐานที่สำคัญที่สุด ในการพัฒนาสังคมให้คนซึ่งเป็นสมาชิกของสังคม เป็นคนมีคุณภาพ คุณธรรม กล่าวคือ การศึกษาช่วยสร้างจิตสำนึกในการเป็นมนุษย์ มีจิตวิญญาณของผู้มีอารยธรรมทางปัญญาและความงดงามทางจิตใจ การศึกษาสร้างให้คนมีความรู้ในการดำรงชีวิต การประกอบอาชีพ มีความอดทนในการต่อสู้กับอุปสรรคของชีวิต ผู้วิจัยจึงเลือกที่จะศึกษาบุคลากรที่ปฏิบัติงานภายในองค์การทางการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ในแถบพื้นที่จังหวัดยะลาว่ามีระดับความไว้วางใจในองค์การ และมีขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานที่ระดับใด รวมถึงมุ่งไปยังการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความไว้วางใจและขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร ภายในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดยะลา ว่ามีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันหรือไม่ อย่างไร

ทั้งนี้เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้มาเป็นแนวทางที่จะช่วยสนับสนุนให้การปฏิบัติงานภายในองค์กรมีคุณภาพ ประสิทธิภาพ และประสิทธิผลเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งจะเกิดเป็นผลดีกับทั้งบุคลากรที่ปฏิบัติงานในองค์กร และยังส่งผลถึงผลการดำเนินงานขององค์กรทางการศึกษา ในภาพรวมของจังหวัดยะลาเช่นเดียวกัน

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาระดับความไว้วางใจในองค์กร และระดับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรภายในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดยะลา

2.2 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความไว้วางใจในองค์กร กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรภายในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดยะลา

## 3. สมมติฐานการวิจัย

3.1 ความไว้วางใจในองค์กรมีความสัมพันธ์กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรภายในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดยะลา

3.1.1 ความไว้วางใจในองค์กรด้านเจตนารมณ์แห่งความไว้วางใจมีความสัมพันธ์กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรภายในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดยะลา

3.1.2 ความไว้วางใจในองค์กรด้านความเชื่อความไว้วางใจมีความสัมพันธ์กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรภายในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดยะลา

## 4. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

### 4.1 ความหมายและความสำคัญของความหมายของความไว้วางใจในองค์กร

ความไว้วางใจในองค์กร หมายถึง ทศนคติ ความรู้สึกคาดหวัง การให้การยอมรับ และความเต็มใจที่จะเชื่อมั่นต่อองค์กรของบุคลากร ว่าองค์กรมีความสามารถในการดำเนินงานอย่างมั่นคง ซื่อตรง รวมถึงเป็นที่พึ่งพิงอาศัย และส่งเสริมให้บุคลากรประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพได้ โดยความไว้วางใจในองค์กรทำให้บุคลากรเกิดการสนับสนุนต่อองค์กร ไม่ว่าจะเป็นความตั้งใจในการปฏิบัติงาน การมีผลการดำเนินงานที่ดี หากระดับความไว้วางใจในองค์กรของบุคลากรมีสูงจะส่งผลให้องค์กรเกิดความได้เปรียบในการดำเนินงานมากยิ่งขึ้น (สุขเสริม สงวนพานิช, 2555)

ความไว้วางใจในองค์กรนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญและจำเป็นมากต่อการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ในองค์กร ทั้งนี้

ถ้าองค์กรใดปราศจากความไว้วางใจย่อมส่งผลให้เกิดการขาดความสามัคคีเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของสมาชิกในองค์กร ทำให้ประสิทธิภาพในการทำงานนั้นลดลง พนักงานขาดความกระตือรือร้นในการทำงาน ส่งผลให้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ต่างๆ ลดลงตามไปด้วย องค์กรก็จะขาดกระบวนการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพ นำไปสู่อัตราการลาออกของพนักงานที่สูงขึ้น นอกจากนั้นความไว้วางใจในองค์กรอาจเป็นปัจจัยขั้นพื้นฐานที่มีความสำคัญต่อการดำเนินธุรกิจขององค์กร การแสดงภาวะผู้นำรวมถึงการเปลี่ยนแปลงต่างๆ (เกศินี มั่นปาน, 2552)

### 4.2 องค์ประกอบของความไว้วางใจ

McKnight (1998) ได้กล่าวไว้ว่า เป็นความเชื่อและรู้สึกมั่นใจที่จะเชื่อว่าคนๆ นั้น เป็นที่น่าไว้วางใจในสถานการณ์นั้น เป็นผู้ที่มีความสามารถและเต็มใจจะปฏิบัติเพื่อประโยชน์สูงสุดของผู้อื่น ซึ่งมีองค์ประกอบ ดังนี้

1. เจตนารมณ์แห่งความไว้วางใจ หมายถึง การที่ฝ่ายหนึ่งเต็มใจที่จะพึ่งพาอีกฝ่ายหนึ่งในสถานการณ์หรือเหตุการณ์ใดๆ ที่เกิดขึ้นด้วยความรู้สึกปลอดภัย แม้ว่า จะได้รับผลลัพธ์ในแง่ลบก็ตามมาภายหลัง

2. ความเชื่อความไว้วางใจ หมายถึง การที่บุคคลหนึ่งมีความเชื่อ (และรู้สึกมั่นใจใน ความเชื่อนั้น) ว่าบุคคลอื่นมีความน่าเชื่อถือในสถานการณ์นั้น ซึ่งในที่นี้ความน่าเชื่อถือ (Trust Worthy) หมายถึง บุคคลหนึ่งเต็มใจและสามารถที่จะทำสิ่งต่างๆ เพื่อผลประโยชน์ของผู้อื่นได้

### 4.3 การสร้างความไว้วางใจ

การสร้างความไว้วางใจจำเป็นต้องมีความยึดมั่นต่อวัตถุประสงค์ร่วมกัน ซึ่งผู้นำมีความสำคัญต่อการสร้างบรรยากาศความไว้วางใจในการปฏิบัติงาน (ชาญชัย อาจินสมาจาร, 2541) ดังนี้

1. การฝึกฝนให้เป็นคนเปิดเผย (Practice Openness) การเปิดเผยจะนำไปสู่ความเชื่อมั่นและความไว้วางใจให้บุคลากรอธิบายการตัดสินใจอย่างตรงไปตรงมาและเปิดเผยเกี่ยวกับปัญหาข้อมูลต่างๆ อย่างเต็มที่

2. มีความยุติธรรม (Be Fair) ก่อนการตัดสินใจหรือกระทำการใดๆ ควรพิจารณาว่าบุคคลอื่นจะรับรู้หรือรู้สึกถึงความยุติธรรมหรือไม่ ให้ความยุติธรรมในการประเมินผลโดยยึดหลักความเสมอภาคและยุติธรรมในการให้รางวัล และการให้ความสนใจห่วงใยบุคลากร

3. พูดตรงตามความรู้สึกตนเอง (Speak Your Feeling) มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การพูดอย่างจริงใจ จะทำให้บุคคลอื่นเกิดความเคารพในผู้พูดมากขึ้น

4. บอกความจริง (Tell the Truth) มีการติดต่อสื่อสารที่เปิดเผยอย่างตรงไปตรงมา นอกจากคำพูดแล้ว หัวหน้าจะต้องพยายามสังเกตข่าวสารที่ไม่เป็นคำพูด (Non-Verbal Communication) หรือ ภาษาท่าทาง (Body Language)

5. แสดงความคงเส้นคงวา (Show Consistency) ให้เวลาคิดเกี่ยวกับเกี่ยวกับสิ่งที่เป็นคุณค่า และเป็นที่เชื่อถือ แล้วนำมาเป็นเครื่องตัดสินใจโดยต้องรู้ถึงความประสงค์ มีการดำเนินการด้วยความเสมอต้นเสมอปลาย ซึ่งจะนำไปสู่ความเชื่อถือไว้วางใจ

6. รักษาความสัตย์สัญญา (Fulfill Your Promises) ทำให้บุคคลเชื่อว่าได้กระทำตามสัญญาที่ให้ไว้ทั้งการกระทำและคำพูด

7. รักษาความเชื่อมั่น (Maintain Confidence) ปฏิบัติตนให้เป็นที่น่าเชื่อถือและไว้วางใจจาก บุคคลอื่น

8. แสดงให้เห็นถึงความสามารถ (Demonstrate Competence) ทำให้บุคคลอื่นชื่นชมและมีความเคารพนับถือตนเอง โดยการแสดงให้เห็นถึงความสามารถด้านอาชีพ และเทคนิคต่างๆ ความรู้สึกที่ดีต่อการกระทำ

การสร้างควมไว้วางใจจำเป็นต้องมีความยึดมั่นต่อวัตถุประสงค์ร่วมกัน ซึ่งผู้หนึ่งมีความสำคัญต่อการสร้างบรรยากาศความไว้วางใจในการปฏิบัติงาน จะนำไปสู่ความเชื่อมั่นและความไว้วางใจให้บุคลากร ควรพิจารณาว่าบุคคลอื่นจะรับรู้หรือรู้สึกว่ามีคุณธรรมหรือไม่ มีการติดต่อสื่อสารที่เปิดเผยอย่างตรงไปตรงมา ให้เวลาคิดเกี่ยวกับเกี่ยวกับสิ่งที่เป็นคุณค่า และเป็นที่เชื่อถือแล้วนำมาเป็นเครื่องตัดสินใจทำให้บุคคลเชื่อว่าได้กระทำตามสัญญาที่ให้ไว้ทั้งการกระทำและคำพูด ทำให้บุคคลอื่นชื่นชมและมีความเคารพนับถือตนเอง โดยการแสดงให้เห็นถึงความสามารถด้านอาชีพและเทคนิคต่างๆ จนเกิดเป็นความรู้สึกที่ดีต่อองค์กร

#### 4.4 ความหมายและความสำคัญของขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน

ขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน หมายถึง ความรู้สึก อารมณ์ ความมุ่งมั่นที่ทำให้เกิดพฤติกรรมกระตือรือร้นในการปฏิบัติงานของบุคลากร รวมถึงการเกิดความรู้สึกพอใจที่นำไปสู่พฤติกรรมตั้งใจปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพ และประสิทธิผล ขวัญกำลังใจ จึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญในการบริหารงานขององค์กร เป็นสิ่งที่ผู้บริหารทุกคนจะต้องคำนึงถึงและตระหนัก เพราะบุคคลเมื่อได้รับการตอบสนองในสิ่งที่ต้องการ ขั้นพื้นฐานจะทำให้มีขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน

ผู้บริหารต้องเสริมสร้างขวัญให้ผู้ที่บังคับบัญชาในองค์กรของตน ถ้าองค์กรใดผู้ปฏิบัติงานมีขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานสูงก็จะเกิดความร่วมมือร่วมใจในการทำงาน มีความกระตือรือร้นตั้งใจทำงาน บุคคลจะทุ่มเทให้กับงานที่ทำผลผลิตเพิ่มขึ้นเป็นไปตามเป้าหมายขององค์กรที่ตั้งไว้ (ปณต สิงห์สุขโรจน์, 2555)

#### 4.5 องค์ประกอบของขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน

George (2018) ได้กล่าวไว้ว่า ขวัญกำลังใจของพนักงานที่ดีจะเป็นประโยชน์ต่อองค์กรในหลายๆ ด้าน ขวัญกำลังใจสูงช่วยลดการหมุนเวียนของพนักงาน กล่าวคือ การลาออกจากงาน และเกิดการรักษานักงานไว้ สิ่งที่เกิดขึ้นเมื่อพนักงานมีขวัญและกำลังใจสูงจะทำให้ต้นทุนที่ใช้ในการหาพนักงานลดน้อยลง ทั้งยังช่วยให้การหาพนักงานที่มีคุณสมบัติเหมาะสมและได้รับการฝึกอบรมพนักงาน ตามที่ผู้เชี่ยวชาญด้านประสิทธิภาพของธุรกิจกลุ่มกล่าวว่า ขวัญกำลังใจสูงยังทำให้พนักงานเกิดความคาดหวังและเพิ่มผลผลิต มีหลายองค์ประกอบที่สามารถสร้างขวัญและกำลังใจในการทำงานที่ดี ได้สรุปองค์ประกอบที่ก่อให้เกิดขวัญและกำลังใจของบุคลากร มี 5 องค์ประกอบ ได้แก่

1. คำตอบแทนที่เป็นธรรม หมายถึง โครงสร้างคำตอบแทนที่เป็นธรรมเป็นสิ่งที่มีสัมพันธ์เกี่ยวกับผลของการปฏิบัติงาน โดยคำตอบแทนที่เป็นธรรมจะช่วยรักษาขวัญกำลังใจของพนักงานที่ปฏิบัติงาน การกำหนดให้ระดับค่าจ้างมีความเหมาะสมที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ถือเป็นสิ่งที่ดีเกี่ยวกับขวัญกำลังใจของพนักงาน ดังนั้นพนักงานจึงจะไม่แสวงหาสิ่งที่ดีกว่าที่อื่นมอบให้ เมื่อพนักงานเชื่อว่าตนเองได้รับการชดเชย และคำตอบแทนที่เป็นธรรมในการทำงานอย่างเป็นธรรม หรือเมื่อพนักงานมีความรู้สึกพึงพอใจกับคำตอบแทนที่ได้รับซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการมีขวัญกำลังใจที่ดีในการทำงาน

2. การจัดการภายในองค์กร หมายถึง ผู้ที่มีหน้าที่ในการจัดการพนักงาน หรือผู้บริหารจะเป็นผู้ที่สามารถให้การสนับสนุนอย่างมีประสิทธิภาพมากกว่าผู้ที่ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องในเรื่องของการรักษาขวัญกำลังใจ ผู้บริหารมีหน้าที่ในการจัดการควมมีการพัฒนาความสัมพันธ์ในการทำงานแบบตัวต่อตัวกับพนักงาน เพื่อให้พนักงานสามารถติดตามความคืบหน้าในการทำงานได้อย่างสะดวก มีการให้คำแนะนำเกี่ยวกับการปรับปรุงประสิทธิภาพการทำงานของแต่ละคน และช่วยให้พนักงานจัดการกับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในแต่ละวัน ขวัญกำลังใจของพนักงานดีจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคล



นั้นๆ มีความรู้สึกว่าคุณบริหารมีความสนใจในความก้าวหน้าของบุคคล และมีแผนการทำงานเพื่อช่วยในการพัฒนาโอกาสและได้รับความก้าวหน้าในอาชีพการงานของพนักงาน

3. สภาพแวดล้อมการทำงานที่ปลอดภัย หมายถึง การมุ่งเน้นในเรื่องความปลอดภัยของพนักงานและการรักษาสถานที่ทำงานที่สะอาดสามารถช่วยเพิ่มขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของพนักงานได้เป็นอย่างดี สถานที่ทำงานที่ดีที่มีสัญลักษณ์ที่ดี และมีความปลอดภัย จะสามารถช่วยเพิ่มความเชื่อมั่นในการทำงานของพนักงานหรือบุคลากรภายในองค์กรได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้ยังช่วยขจัดความเครียดที่ไม่จำเป็นออกจากสภาพแวดล้อมการทำงานเพื่อให้พนักงานสามารถมุ่งมั่นไปที่การทำงานของตนได้มากขึ้น

4. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเชิงบวก หมายถึง ขวัญกำลังใจขององค์กร อาจจะกลายเป็นขวัญกำลังใจต่ำเมื่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในองค์กร พนักงาน เป็นไปในทิศทางเชิงลบ ความสัมพันธ์ที่ดีอาจได้รับการส่งเสริม และสนับสนุนโดยการรวมกลุ่มของบุคคลที่มีอำนาจในการตัดสินใจต่างๆ และมีการสนับสนุนกิจกรรมที่ทำให้บุคลากรหรือพนักงานสามารถปฏิบัติร่วมกันได้ เช่น งานอบรม งานสัมมนา เป็นต้น การแก้ไขปัญหาคความขัดแย้งที่เกิดขึ้นภายในระยะเวลาที่ทันถ่วงทีและหากเป็นไปได้ให้หาแนวทางในการจัดสรรบุคคลที่ไม่สามารถทำงานร่วมกันแยกออกจากกันได้ จะทำให้ภาพรวมของขวัญและกำลังใจก้าวเข้าสู่ขวัญกำลังใจสูงในการทำงาน

5. การมีส่วนร่วม หมายถึง พนักงานหรือบุคลากรบางคนต้องการมีส่วนร่วมในโครงการ ในการทำงาน และมีความต้องการที่จะได้รับความรับผิดชอบมากขึ้น การจัดสรรให้พนักงานหรือบุคลากรได้รับโอกาสในการมีส่วนร่วมกับทางองค์กรเพิ่มมากขึ้น อย่างเช่น ให้บุคคลนั้นๆ ได้รับความท้าทายในการทำงานที่มากขึ้น มีแรงบันดาลใจในการทำงานหรือเป็นการเสนอโอกาสให้พนักงานมีส่วนร่วมมากขึ้นในระดับที่พอเหมาะสมควรจะทำให้เกิดขวัญและกำลังใจในการทำงาน เนื่องจากจะทำให้รู้สึกถึงความก้าวหน้าที่เพิ่มขึ้นในการทำงาน

#### 4.6 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน

อุทัย หิรัญโต (2531 อ้างถึงใน ปณต สิงห์สุโรจน์, 2555) ได้กล่าวไว้ว่าปัจจัยที่จะก่อให้เกิดกำลังใจขวัญที่ดีขวัญไม่ใช่สิ่งที่ผู้บริหารจะบันดาลให้ได้ในเวลาอันรวดเร็วและดำรงตลอดไป หากแต่จะต้องมีการพัฒนา โดยกำหนดแนวทางในการปฏิบัติวางนโยบายและศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลด้วย โดยประกอบด้วยปัจจัยดังต่อไปนี้

1. บทบาทของผู้บังคับบัญชาที่มีต่อผู้ใต้บังคับบัญชา หากผู้บังคับบัญชามีความสัมพันธ์อันดีกับลูกน้องและเข้าอกเข้าใจซึ่งกันและกันย่อมจะทำให้บรรยากาศในการทำงานร่วมกันมีชีวิตชีวา และลูกน้องจะมีขวัญดี แต่ถ้าผู้บังคับบัญชาวางตัวเป็นเจ้านายหรือผู้รู้เรื่องอำนาจ ขาดมนุษยสัมพันธ์ที่ดีขวัญของลูกน้องจะตกต่ำการศึกษาค้นคว้าที่เกี่ยวกับการวางตัวของผู้บังคับบัญชาได้ข้อเท็จจริงว่าคนงานมีความไม่พอใจอย่างยิ่งต่อการวางตัวแบบแอบมองของผู้บังคับบัญชา และการค้นคว้าได้ข้อเท็จจริงเพิ่มเติมอีกว่าการวางตัวแบบนั้นก่อให้เกิดอิทธิพลอันเลวร้าย ในการศุภความขวัญและกำลังใจของคนงานอีกด้วยเพราะการวางตัวเช่นนี้ทำให้ลูกน้องไม่เป็นตัวของตนเองมีความรู้สึกคล้ายกับว่าผู้บังคับบัญชาคอยจับผิดทุกราวที่ผู้บังคับบัญชามาทำให้ขวัญไม่อยู่กับร่องกับรอย

2. การมอบหมายงานการมอบหมายงานให้บุคคลปฏิบัติหรือรับผิดชอบนั้น หากมอบหมายงานไม่เหมาะสมกับบุคคล ซึ่งอาจเป็นในรูปของความไม่เหมาะสมกับความถนัด ไม่เหมาะสมกับบุคลิก หรือความรู้ความสามารถของเขา จะทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดความคับข้องใจ เกิดความไม่พึงพอใจ ซึ่งเป็นการทำลายขวัญของเขาด้วย แต่ถ้าการมอบหมายงานที่ถูกใจ ถูกกับความถนัดถูกกับนิสัยใจคอเขาจะย่อมจะพึงพอใจและทำงานด้วยความสุขขวัญก็เกิดขึ้นตามมา

3. การจัดสภาพการทำงาน (Working Conditions) มีอิทธิพลต่อร่างกายและจิตใจ ของบุคคลเป็นอันมาก และมีส่วนเสริมสร้างและทำลายขวัญเป็นอย่างยิ่ง การจัดสภาพการทำงานที่ดีถูกหลักอนามัย เช่น สถานที่สะอาดเรียบร้อย มีแสงสว่างเพียงพอไร้เสียงรบกวนไม่ร้อนอบอ้าว เป็นต้น จะทำให้คนงานเกิดความสบายใจไม่รู้สึกรำคาญ หรือมีอารมณ์ขุ่นมัวขวัญของเขาจะดี แต่ถ้าการจัดสภาพการทำงานไร้ระเบียบ ขาดสิ่งจูงใจ ขาดความสะอาดความสวยงาม คนงานจะขาด ความตั้งใจในการทำงาน และเป็นการทำร้ายขวัญให้หมดสิ้นไปด้วย

4. ระบบการวัดผลความสำเร็จในการทำงาน เช่น ระบบการเลื่อนตำแหน่ง การเลื่อน เงินเดือน การโยกย้าย สิ่งเหล่านี้ถ้าปฏิบัติอย่างไม่มีระเบียบ ไม่มีเกณฑ์กฎเกณฑ์ ก็จะมีผลกระทบ ต่อขวัญมากที่สุด

5. โอกาสในแสดงในการแสดงความคิดเห็นและการยอมรับฟังความคิดตามปกติ ทุกหน่วยงานมักมีเหตุอันก่อให้เกิดความคับแค้นในระหว่างผู้ร่วมงาน หากคนงานไม่มีโอกาสแสดงความคิดเห็นหรือมีแต่ฝ่ายผู้บังคับบัญชาไม่ยอมรับฟัง ก็จะทำให้คนงานเกิดความคับข้องใจเป็นการทำลายขวัญของเขาด้วย

6. การให้บำเหน็จรางวัลและการลงโทษเจ้าหน้าที่ที่ปฏิบัติงานดีต้องรับรู้ในความคิดของเขาโดยบำเหน็จความดีอาจจะเป็นการเลื่อนตำแหน่งให้สูงขึ้นเพิ่มเงินเดือนให้มากขึ้นตลอดจน การชมเชยให้รางวัลพิเศษจะเป็นการทำให้เขามีกำลังใจ ส่วนเจ้าหน้าที่ที่ทำผิดวินัยหรือข้อบกพร่องประการใดก็ตามก็ควรมีการลงโทษตามควรแก่กรณีโดยสิ้นโดยเคร่งครัดเสมอหน้ากันและเป็นธรรมทั้งนี้เพื่อรักษาวินัยของกลุ่มและความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันและเป็นวิถีทางหนึ่งที่จะสร้างขวัญให้เกิดขึ้นและดำรงอยู่อย่างมั่นคง

สรุปได้ว่า ขวัญกำลังใจถือเป็นเรื่องสำคัญในการบริหารงานบุคคลผู้ที่มีขวัญกำลังใจที่ดีย่อมจะส่งผลต่อการสร้างผลงานที่มีคุณภาพให้กับหน่วยงาน ขวัญกำลังใจทำให้เกิดความร่วมมือ ความสามัคคีในการทำงาน เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ขององค์กรทำให้คนมีวินัย ปฏิบัติตามข้อบังคับ มีความเข้าใจองค์กรดีขึ้น มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ใหม่ ๆ ในการปฏิบัติงาน มีความรักและเชื่อมั่นในองค์กรของตนเอง ทำให้องค์กรมีความแข็งแกร่งขึ้น

## 5. วิธีการวิจัย

### 5.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ บุคลากรที่ปฏิบัติงานในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดยะลา ประกอบด้วย บุคลากรสังกัดโรงเรียนเอกชน ใน 3 อำเภอ ได้แก่ อำเภอเมือง อำเภอเบตง อำเภอบันนังสตา ทั้งหมด 5 โรงเรียน จำนวน 988 คน และสังกัดโรงเรียนรัฐบาล ใน 6 อำเภอ ได้แก่ อำเภอเมือง อำเภอตากบ อำเภอเบตง อำเภอธารโต อำเภอบันนังสตา อำเภอรามัน ทั้งหมด 15 โรงเรียน จำนวน 658 คน รวม 1,646 คน (ข้อมูล ณ วันที่ 19 สิงหาคม 2561) และกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างตามสูตรการคำนวณของ Taro Yamane กำหนดความคาดเคลื่อนที่ยอมรับได้คือ .05 ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 322 คน เพื่อป้องกันความไม่สมบูรณ์ของข้อมูลและทดแทนแบบสอบถามที่อาจไม่ได้รับคืน จึงทำการเพิ่มขนาดตัวอย่างร้อยละ 10 ดังนั้นจะได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 354 คน จึงนำมาใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้

### 5.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษาสูงสุด รายได้ ตำแหน่ง และระยะเวลาที่เคยปฏิบัติงาน ณ สถานศึกษานี้ เป็นคำถามลักษณะปลายปิด (Check List)

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับความไว้วางใจในองค์การ แบ่งออกเป็น 2 ด้าน ประกอบด้วย ด้านเจตนาธรรมณ์แห่งความไว้วางใจ จำนวน 6 ข้อ และด้านความเชื่อความไว้วางใจ จำนวน 5 ข้อ ซึ่งแบบสอบถามเป็นข้อความทางบวกทั้งหมด 11 ข้อ ลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) คำตอบเป็นแบบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .878

ส่วนที่ 3 เป็นข้อมูลเกี่ยวกับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน แบ่งออกเป็น 5 ด้านประกอบด้วย ด้านคำตอบแทนที่เป็นธรรม จำนวน 3 ข้อ ด้านการจัดการภายในองค์การ จำนวน 5 ข้อ ด้านสภาพแวดล้อมการทำงานที่ปลอดภัย จำนวน 5 ข้อ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเชิงบวก จำนวน 5 ข้อ และด้านการมีส่วนร่วม จำนวน 5 ข้อ ซึ่งแบบสอบถามเป็นข้อความทางบวกทั้งหมด 23 ข้อ ลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) คำตอบเป็นแบบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .924

### 5.3 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างและตรวจสอบคุณภาพตามขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับความไว้วางใจในองค์การ และขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรจากตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2. กำหนดขอบเขตและโครงสร้างเนื้อหาให้ครอบคลุมตามกรอบแนวคิดวิจัย และนำมาสร้างแบบสอบถามให้ครอบคลุมตามนิยามศัพท์ของการศึกษาวิจัย

3. ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน และเลือกข้อคำถามที่มีค่า IOC มากกว่า 0.5 จึงสามารถยอมรับได้ นอกจากนี้ ผู้ทรงคุณวุฒิยังได้ให้คำแนะนำในการปรับข้อความเพื่อให้ข้อความกระชับ เหมาะสม และถูกต้อง ค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00

### 5.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลส่วนบุคคลเกี่ยวกับ ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษาสูงสุด รายได้ ตำแหน่ง และระยะเวลาที่เคยปฏิบัติงาน วิเคราะห์แจกแจงความถี่ (Frequency) และคำนวณค่าร้อยละ (Percentage) ข้อมูลความไว้วางใจในองค์การและขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร วิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) เพื่อใช้ทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 และหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์บางส่วน (Partial Correlation) เพื่อใช้ทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1.1 ถึง 1.2 ในการแยกวิเคราะห์ตัวแปรรายด้านเพื่อจัดผลของด้านอื่นๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องออกไป ทั้งนี้มีเกณฑ์การพิจารณาดังนี้

ระดับความสัมพันธ์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)

0.80 ขึ้นไป อยู่ในระดับสูง

0.60 - 0.79 อยู่ในระดับค่อนข้างสูง

0.40 - 0.59 อยู่ในระดับปานกลาง

0.20 - 0.39 อยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ

ต่ำกว่า 0.20 อยู่ในระดับต่ำ

## 5.5 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

ตัวแปรที่ 1 ได้แก่

1. ความไว้วางใจในองค์กรประกอบด้วย

1.1 เจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจ

1.2 ความเชื่อความไว้วางใจ

ตัวแปรที่ 2 ได้แก่

2. ขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานประกอบด้วย

2.1 ค่าตอบแทนที่เป็นธรรม

2.2 การจัดการภายในองค์กร

2.3 สภาพแวดล้อมการทำงานที่ปลอดภัย

2.4 ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเชิงบวก

2.5 การมีส่วนร่วม

## 6. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผลตามสมมติฐานการวิจัย

### 6.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความไว้วางใจในองค์กร

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความไว้วางใจในองค์กร โดยรวมและรายด้าน

| ความไว้วางใจในองค์กร          | $\bar{X}$ | S.D. | ระดับ |
|-------------------------------|-----------|------|-------|
| ด้านเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจ | 4.03      | 0.48 | มาก   |
| ด้านความเชื่อความไว้วางใจ     | 4.11      | 0.40 | มาก   |
| รวม                           | 4.07      | 0.38 | มาก   |

จากตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความไว้วางใจในองค์กรด้านเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจและความไว้วางใจในองค์กรด้านความเชื่อความไว้วางใจ พบว่าบุคลากรมีความไว้วางใจในองค์กรโดยรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.07$ ,

S.D. = 0.38) สำหรับผลการพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านความเชื่อความไว้วางใจ อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.11$ , S.D. = 0.40) รองลงมาคือ ด้านเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.03$ , S.D. = 0.48)

### 6.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน โดยรวมและรายด้าน

| ขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน          | $\bar{X}$ | SD   | ระดับ |
|-------------------------------------|-----------|------|-------|
| ด้านค่าตอบแทนที่เป็นธรรม            | 4.23      | 0.62 | มาก   |
| ด้านการจัดการภายในองค์กร            | 4.12      | 0.46 | มาก   |
| ด้านสภาพแวดล้อมการทำงานที่ปลอดภัย   | 4.02      | 0.43 | มาก   |
| ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเชิงบวก | 4.10      | 0.43 | มาก   |
| ด้านการมีส่วนร่วม                   | 4.29      | 0.42 | มาก   |
| รวม                                 | 4.14      | 0.35 | มาก   |

จากตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรพบว่า ขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.14$ ,  $SD = 0.35$ ) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากกว่าด้านอื่น คือ ด้านการมีส่วนร่วม อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.29$ ,  $SD = 0.42$ ) รองลงมา คือด้านค่าตอบแทน

ที่เป็นธรรม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.23$ ,  $SD = 0.62$ ) ด้านการจัดการภายในองค์กร มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.12$ ,  $SD = 0.46$ ) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเชิงบวก มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.10$ ,  $SD = 0.43$ ) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยกว่าด้านอื่น คือ ด้านสภาพแวดล้อมการทำงานที่ปลอดภัย มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 4.02$ ,  $SD = 0.43$ )

### 6.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

ตารางที่ 3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความไว้วางใจในองค์กรกับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร

| ความไว้วางใจในองค์กร          | ขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน |                  |      |
|-------------------------------|----------------------------|------------------|------|
|                               | r                          | $r^2 \times 100$ | p    |
| ด้านเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจ | .442**                     | 19.53            | .000 |
| ด้านความเชื่อในการไว้วางใจ    | .392**                     | 15.36            | .000 |
| โดยรวม                        | .662**                     | 43.82            | .000 |

\*\* นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความไว้วางใจในองค์กรกับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรพบว่า โดยรวม ความไว้วางใจในองค์กรบุคลากรมีความสัมพันธ์ทางบวกกับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 รายด้าน ความไว้วางใจในองค์กร ด้านเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจ และด้านความเชื่อในการไว้วางใจ มีบุคคล มีความสัมพันธ์ทางบวกกับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

### 6.4 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัยและการอภิปรายผล

**สมมติฐานที่ 1** ความไว้วางใจในองค์กรมีความสัมพันธ์กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร

ผลการวิจัยพบว่า ความไว้วางใจในองค์กรมีความสัมพันธ์ทางบวกกับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร อยู่ในระดับค่อนข้างสูง ( $r = .662$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $p = .000$ ) คิดเป็นร้อยละ 43.82 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ ถ้าความไว้วางใจในองค์กรเพิ่มขึ้น ขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานจะเพิ่มขึ้นด้วย เพราะความไว้วางใจเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งของบุคลากรในจังหวัดยะลาให้ดำรงอยู่ได้โดยมีขวัญ

และกำลังใจในการทำงาน เนื่องจากต้องปฏิบัติงานภายใต้สถานการณ์ความไม่สงบในสามจังหวัดชายแดนใต้

รัฐบาลได้มีการแก้ไขสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่พัฒนาพื้นที่ให้เกิดปลอดภัย เข้ามาดูแลในส่วนของการสวัสดิการต่างๆ เพื่อประโยชน์ในการทำงานในพื้นที่เสี่ยงภัยเพื่อสร้างขวัญกำลังใจให้กับบุคลากรในจังหวัดยะลา ดังแนวคิดของอวยชัย ขบา (2548) ความไว้วางใจ เป็นเรื่องสำคัญยิ่งเพราะขวัญมีผลกระทบต่อประสิทธิภาพของการทำงานเป็นอย่างมาก เนื่องจากขวัญเป็นลักษณะการแสดงถึงขวัญกำลังใจ ความรู้สึก ความกระตือรือร้นในการทำงาน ทั้งในขณะทำงานหรือในขณะที่ไม่ได้ทำงานซึ่งสอดคล้องกับอวยชัย ขบา (2548) ได้ศึกษาเรื่องภาวะผู้นำและวัฒนธรรมองค์กรพบว่าความไว้วางใจ เป็นเรื่องสำคัญยิ่งเพราะขวัญมีผลกระทบต่อประสิทธิภาพของการทำงานเป็นอย่างมาก เนื่องจากขวัญเป็นลักษณะการแสดงถึงขวัญกำลังใจความรู้สึก ความกระตือรือร้นในการทำงาน สอดคล้องกับงานวิจัยของสุขเสริม สวงวนพานิช (2555) ได้ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความไว้วางใจองค์กรกับประสิทธิผลภายใน ของทีมพนักงานธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) จังหวัดนครปฐม ผลการวิจัยพบว่า 1) ความไว้วางใจภายใน องค์กร โดยรวมและรายด้านทั้งสามด้าน (ด้านการปฏิบัติงานให้บรรลุเป้าหมาย ด้านความซื่อสัตย์และจริงใจ และด้านความ

เอาใจใส่) อยู่ในระดับสูง และ 2) ความไว้วางใจภายในองค์กรโดยรวม ความไว้วางใจภายในองค์กรด้านการงานให้บรรลุเป้าหมาย ความไว้วางใจภายในองค์กรด้านความซื่อสัตย์และจริงใจ และความไว้วางใจภายในองค์กรด้านความเอาใจใส่ มีความสัมพันธ์ทางบวก กับขวัญกำลังใจและประสิทธิภาพของทีมงานด้านการปฏิบัติงานของที่มีผลงานที่ดี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับงานวิจัยของชนมาต ฉางวัง (2554) ศึกษาเรื่องความไว้วางใจในองค์กร พฤติกรรมการเป็นสมาชิกที่ดีขององค์การ กับผลการปฏิบัติงานของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลจังหวัดนครนายก ผลการวิจัยพบว่า 1) พยาบาลวิชาชีพมีความไว้วางใจในองค์กรโดยรวมและรายด้านทั้ง สามด้าน (ด้านการบรรลุผลสำเร็จขององค์การ ด้านความซื่อสัตย์ คงเส้นคงวา และด้านความเอื้ออาทร) อยู่ในระดับสูง 2) พยาบาลวิชาชีพที่มีปัจจัยส่วนบุคคล (ได้แก่ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ประสบการณ์ทำงาน) ต่างกัน มีผลการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน และ 3) ความไว้วางใจในองค์กรโดยรวม ความไว้วางใจในองค์กรด้านการบรรลุผลสำเร็จขององค์การ ความไว้วางใจในองค์กรด้านความซื่อสัตย์คงเส้นคงวา และความไว้วางใจในองค์กรด้านความเอื้ออาทร เอาใจใส่ซึ่งกันและกัน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลการปฏิบัติงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ เมื่อมีความไว้วางใจในองค์กรสูง จะมีผลการปฏิบัติงานสูงด้วย เนื่องจากทุกคนมีความเชื่อมั่นต่อองค์การว่ามีความสามารถ มีความน่าเชื่อถือ ซื่อสัตย์เปิดเผย ยุติธรรม เพราะผู้ป่วยคือสิ่งสำคัญที่สุดที่ต้องดูแลรักษาให้สุดความสามารถถึงแม้จะต้องเสี่ยงด้วยปัจจัยต่างๆ ที่หลากหลาย เช่นเดียวกับในพื้นที่เสี่ยงภัยชายแดนใต้ที่บุคลากรจะต้องมีความไว้วางใจในต่อกันเพื่อให้สามารถปฏิบัติงานของตนได้สำเร็จ ส่งผลให้เกิดผลการปฏิบัติงานที่ดีขึ้นตามด้วย ดังนั้นในองค์กรต่างๆ จึงจำเป็นต้องสร้างความไว้วางใจให้เกิดขึ้นต่อไปในองค์กร ได้รับความสำเร็จตามเป้าหมายที่องค์กรกำหนดตาม วิสัยทัศน์ พันธกิจขององค์การ และมีการดำเนินงานอย่างมีประสิทธิภาพ และส่งผลให้ผลการ ปฏิบัติงานสูงขึ้นตามไปด้วย

**สมมติฐานที่ 1.1** ความไว้วางใจในองค์กรด้านเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจมีความสัมพันธ์กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร

ผลการวิจัยพบว่า ความไว้วางใจในองค์กรด้านเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจมีความสัมพันธ์ทางบวกกับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร โดยอยู่ในระดับ

ปานกลาง ( $r = .442$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $p = .000$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 คิดเป็นร้อยละ 19.53 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ ความไว้วางใจเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจของบุคลากรภายในองค์กรด้วยตนเองหรือคือการที่ฝ่ายหนึ่งเต็มใจที่จะพึ่งพาอีกฝ่ายหนึ่งภายใต้สถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่ที่เกิดขึ้นด้วยความรู้สึกปลอดภัยในการทำงาน แม้ว่าจะได้รับผลลัพธ์ในแง่ลบก็ตามมาภายหลังก็ตาม เปรียบเสมือนที่ยึดเหนี่ยวจิตใจและส่วนต่างๆ เข้าไว้ด้วยกัน และยังส่งผลต่อขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรในจังหวัดยะลา นั่นคือเมื่อเกิดความไว้วางใจซึ่งกันและกันแล้ว ไม่ว่าทั้งสองฝ่ายจะอยู่ในตำแหน่งใดก็จะมีขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานที่เพิ่มขึ้น ความผูกพันที่แน่นแฟ้น มีความสามารถเอื้ออำนวยให้องค์การบรรลุเป้าหมาย พร้อมกับความเจริญเติบโตขององค์การ หากปราศจากความไว้วางใจ และขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร ในองค์กรจะทำให้เสียเวลา เสียทรัพยากรในการบริหารจัดการเป็นจำนวนมากกว่าองค์การจะประสบผลสำเร็จได้ ดังแนวคิดของ Flippo (1971) และ Cook & Wall (1980) ความไว้วางใจในองค์กรด้านเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจมีความสัมพันธ์กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรกล่าวคือเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจในองค์กร เป็นหน้าที่ของบุคลากรทุกคนรวมถึงผู้บริหารทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง การพัฒนาหรือสร้างความไว้วางใจในองค์กรให้เกิดขึ้นในตัวบุคลากรนั้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Nyhan & Marlowe (1997) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาและการตรวจสอบความถูกต้องของการวัดความไว้วางใจขององค์กรพบว่า เจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจเป็นสิ่งจำเป็นต่อองค์การเพื่อประสิทธิภาพขององค์การ และผลลัพธ์ทางบวกของการทำงานเป็นผลสืบเนื่องจากการเพิ่มขึ้นของความไว้วางใจ ภายในองค์กรส่งผลต่อขวัญกำลังใจการเพิ่มผลผลิตของพนักงานและความผูกพันกับองค์การอย่างเข้มแข็ง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Shimon, Shay, & Yehuda (2005) ได้ศึกษาเรื่อง ความไว้วางใจและพฤติกรรมความเป็นพลเมืองขององค์กรพบว่า เจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจในองค์กรมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมการเป็น สมาชิกที่ดีขององค์การอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

**สมมติฐานที่ 1.2** ความไว้วางใจในองค์กรด้านความเชื่อในการไว้วางใจมีความสัมพันธ์กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร



ผลการวิจัยพบว่า ความไว้วางใจในองค์กรด้านความเชื่อในการไว้วางใจมีความสัมพันธ์กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรอย่าง โดยอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ ( $r=.392$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $p=.000$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 คิดเป็นร้อยละ 15.36 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ กล่าวคือ ความไว้วางใจด้านความเชื่อ เป็นปัจจัยที่มีความสำคัญ อย่างมากต่อการสร้างขวัญกำลังใจของครูในจังหวัดยะลาเช่นดังที่ได้กล่าวไว้แล้วว่าการทำงานในพื้นที่สถานการณ์ความไม่สงบนั้นย่อมส่งผลต่อสภาพจิตใจของผู้ปฏิบัติงานเองและบุคคลรอบข้าง ในการสร้างความเชื่อมั่น ความไว้วางใจที่ส่งผลต่อการเพิ่มขึ้นของขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน ซึ่งอาจสรุปได้ว่าความเชื่อในการไว้วางใจการเต็มใจยินยอมหรือเชื่อมั่นของผู้ที่ไว้วางใจมีความสัมพันธ์ในการที่จะให้ผู้ที่ได้รับเกิดขวัญกำลังใจต่อการการทำงานเพื่อบรรลุเป้าหมายขององค์กรที่ได้ตั้งไว้ในลู่ทางสำเร็จ และแนวคิดของ McKnight (1998) ได้กล่าวไว้ว่า เป็นความเชื่อและรู้สึกมั่นใจที่จะเชื่อว่าคนๆ นั้น เป็นที่น่าไว้วางใจในสถานการณ์นั้น เป็นผู้ที่มีความสามารถและเต็มใจจะปฏิบัติเพื่อประโยชน์สูงสุดของผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Shaw (1997) ได้ศึกษาเรื่อง การสร้างขวัญและการแก้ปัญหาขององค์กรแบบมีส่วนร่วมโดยใช้ เทคนิค KWDL (การจัดระบบข้อมูล มีระดับขั้นตอนการคิดอย่างเป็นระบบ เพื่อติงมาใช้ภายหลังได้อย่างมีประสิทธิภาพ) พบว่า บุคคลทำงานสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้แล้ว สิ่งสำคัญอย่างหนึ่งก็คือ ความสุขกาย ความสบายใจในการทำงานซึ่งความรู้สึกดังกล่าวจะเกิดขึ้น เพราะขวัญที่ดีจะเป็นตัวกำหนด หรือเป็นพลังผลักดันให้บุคคลเกิดความกระตือรือร้นในการปฏิบัติงานเพื่อให้เกิดขวัญและกำลังใจ หากคนในองค์กรได้รับความพอใจได้รับความยุติธรรมได้รับการพัฒนา มีขวัญกำลังใจศรัทธาและเชื่อมั่นในองค์กรแล้ว ก็จะเกื้อหนุนและส่งเสริมให้องค์กรบรรลุวัตถุประสงค์และ เป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุขเสริม สงวนพานิช (2555) ได้ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความไว้วางใจภายใน องค์กรกับประสิทธิผลของทีมงานงานธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) จังหวัดนครปฐม ผลการวิจัยพบว่า ความไว้วางใจภายในองค์กร คือความเชื่อในการไว้วางใจที่เกิดจากบุคคลากรรู้สึกต่อองค์กรด้านการงานให้บรรลุเป้าหมาย ด้านความซื่อสัตย์และจริงใจ และด้านความเอาใจใส่ ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในสิ่งที่ทำ เกิดขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานเพิ่มขึ้นตามไปด้วยจึงส่งผลในผลของการทำงานออกมามีประสิทธิภาพที่ดี

## 7. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

7.1 จากผลการศึกษาวิจัย ขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงานพบว่าด้านสภาพแวดล้อมการทำงานที่ปลอดภัยมีค่าเฉลี่ยน้อยกว่าด้านอื่นๆ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่าข้อที่ 4 มีค่าเฉลี่ยน้อยกว่าข้ออื่นๆ คือ วัสดุ ครุภัณฑ์ อยู่ในสภาพพร้อมใช้งานตลอดเวลา เนื่องจากมีการตรวจสอบให้พร้อมใช้งานอยู่เสมอ ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะที่น่าจะเป็นประโยชน์ต่อองค์การในการนำไปพัฒนาและเพิ่มขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงานในด้านดังกล่าวให้สูงขึ้น ดังนั้นควรจัดหาและให้บริการข้อมูล วัสดุ ครุภัณฑ์ อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน เพื่อใช้ในการศึกษาค้นคว้าที่เพียงพอต่อการปฏิบัติงานให้มีความคล่องตัวยิ่งขึ้น ควรมีการตรวจสอบ วัสดุ ครุภัณฑ์ ในทุกๆ เดือน หรือกำหนดอายุการใช้งานของแต่ละชิ้นให้พร้อมใช้งานอยู่เสมอ

7.2 จากผลการศึกษาวิจัย ความไว้วางใจในองค์กรด้านเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจมีค่าเฉลี่ยน้อยกว่าด้านอื่นๆ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อของด้านเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจ พบว่า ข้อที่ 5 มีค่าเฉลี่ยน้อยกว่าข้ออื่นๆ คือ ท่านเชื่อมั่นว่าจะไม่ถูกเพื่อนล้อเลียนหรือวิจารณ์เมื่อทำงานผิดพลาด มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ทำให้เห็นว่า ความไว้วางใจในการทำงานเป็นทีมนี้ยังค่อนข้างต่ำ อาจเป็นผลมาจากหลายปัจจัย เช่น รูปแบบการทำงาน อุบัติเหตุส่วนบุคคล สภาพแวดล้อมทางสังคม เป็นต้น ดังนั้นควรมีการจัดกิจกรรมภายในเพื่อสร้างความสามัคคีเพื่อละลายพฤติกรรมด้านลบที่ส่งผลต่อความไว้วางใจในการทำงาน เพื่อที่จะทำให้แต่ละบุคคลกล้าที่จะคิดกล้าที่จะแสดงความคิดเห็น กล้าลงมือทำเพื่อผลประโยชน์ขององค์กร ถึงแม้ผลลัพธ์ของงานจะมีความผิดพลาดก็ตาม เช่น การแข่งขันกีฬาภายใน การจัดกิจกรรมท่องเที่ยวประจำปี การอบรมละลายพฤติกรรมสร้างความสามัคคีในการทำงาน เป็นต้น

7.3 จากผลการศึกษาวิจัย พบว่าด้านเจตนาธรรมแห่งความไว้วางใจมีความสัมพันธ์กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร ทำให้เห็นว่าเจตนาธรรมของการไว้วางใจเป็นปัจจัยสำคัญเพราะบุคลากรในจังหวัดยะลานั้นอยู่ในพื้นที่เสี่ยง จำเป็นต้องพึ่งพาอีกฝ่ายหนึ่ง ในสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นด้วยความรู้สึกปลอดภัย แม้ว่าจะได้รับผลลัพธ์ในแง่ลบก็ตามมาภายหลังก็ตาม ดังนั้นหน่วยงานหรือองค์กรที่เกี่ยวข้อง ควรมีการพัฒนาการปฏิบัติงาน ให้มีความรู้สึกปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน เช่น การเดินทางไปและเดินทางกลับในการปฏิบัติงานของบุคลากร เป็นต้น ความพึงพอใจต่อนโยบายของภาครัฐของครูให้มากที่สุด



เพื่อความไว้วางใจของครูที่มีความสัมพันธ์ต่อขวัญกำลังใจเชิงบวกในการทำงานต่อไป

7.4 จากผลการศึกษาวิจัย พบว่าด้านความเชื่อ ความไว้วางใจมีความสัมพันธ์กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของบุคลากร ทำให้เห็นว่าบุคลากรในจังหวัดยะลา มีความเชื่อ ความไว้วางใจ ในการทำงานของตนในพื้นที่ ภายใต้สถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่ ทำให้มีขวัญกำลังใจ ต่อในการทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาของ ภาครัฐ เช่น ค่าตอบแทนจากการปฏิบัติงานในพื้นที่เสี่ยงภัย สวัสดิการต่อตัวบุคคลและครอบครัว อุปสรรคทางการศึกษา ที่เพียงพอต่อความต้องการของการเรียนการสอน ความ ก้าวหน้าในหน้าที่การงาน เป็นต้น ที่จะส่งผลให้ครูในจังหวัด ยะลามีขวัญและกำลังใจในการทำงานต่อไป

## 8. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

8.1 ควรทำการขยายขอบเขตงานวิจัยให้กว้างขึ้น โดยการเพิ่มขอบเขตงานวิจัยไปยังหน่วยงานอื่นๆ เพื่อนำ ผลงานวิจัยไปศึกษาเปรียบเทียบเพิ่มเติมและพัฒนาต่อไป

8.2 ควรเพิ่มทำแบบสอบถามที่เก็บข้อมูลการ สัมภาษณ์เชิงลึก หรือใช้วิธีการในการเก็บรวบรวมข้อมูลอื่นๆ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่หลากหลายมากขึ้น

8.3 ควรทำการศึกษาเชิงคุณภาพถึงพฤติกรรม ความไว้วางใจ และขวัญกำลังใจ ในส่วนรายละเอียดต่างๆ เพื่อนำข้อมูลเชิงลึกมาใช้ในการพัฒนาขวัญกำลังใจในการ ปฏิบัติงานต่อไป

## 9. กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ด้วยความ กรุณาและช่วยเหลือเป็นอย่างดีจาก อาจารย์ ดร.นนทิตร์น พัฒนาภักดี อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ นพคุณ นิศาณณิ ประธานกรรมการสอบ สารนิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.มานพ ชูนิล อาจารย์ ดร.นนทิตร์น พัฒนาภักดี กรรมการสอบสารนิพนธ์ ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.มานพ ชูนิล รองศาสตราจารย์ ดร.ปิ่นกนก วงศ์ปิ่นเพชร และ รองศาสตราจารย์ ชวนีย์ พงศพิชญ์ ที่กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญ ในการตรวจสอบและประเมินคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ใน การวิจัยครั้งนี้

## 10. เอกสารอ้างอิง

### ภาษาไทย

เกศินี มั่นปาน. (2552). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความไว้วางใจ ในผู้ใต้บังคับบัญชาและผู้บังคับบัญชา:กรณีศึกษา เทศบาลตำบลในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย. สารนิพนธ์ รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการ ปกครองท้องถิ่น มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ชาญชัย อาจิมสมาจาร. (2541). การบริหารการศึกษา. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์พิมพ์ดี.

ชิดชนก ราธิมมุล. (2548). วิฤตการณ์ชายแดนใต้ . ใน อุทัย ดุลยเกษม และเลิศชาย ศิริชัย (บรรณาธิการ), ความรู้กับการแก้ปัญหาความขัดแย้งกรณี วิฤตการณ์ชายแดนภาคใต้. กรุงเทพฯ: สำนักวิชา ศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์.

ขมนาด ฉางวัง. (2554). ความไว้วางใจในองค์การพฤติกรรม การเป็นสมาชิกที่ดีของ องค์การกับผลการปฏิบัติ งานของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลจังหวัด นครนายก. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์ การ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ปณต สิงห์สุขโรจน์. (2555). ขวัญและกำลังใจในการ ปฏิบัติงานของพนักงานองค์การบริหาร ส่วนตำบล ทำช้างจังหวัดจันทบุรี. ปัญหาพิเศษ รัฐประศาสน ศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาการจัดการภาครัฐและ ภาคเอกชน มหาวิทยาลัยบูรพา.

ศุณย์ข้าวภาคใต้. (2561). “บันทึกครูได้ในวันครูปี 61 สูญเสีย 184 ชีวิตกับอีก 2 เรื่องที่ยากขอ.” สืบค้น เมื่อวันที่ 20 เมษายน 2562, จาก[https://www.isranews.org/content-page/67-south-slide/62783-teacher\\_62783.htm](https://www.isranews.org/content-page/67-south-slide/62783-teacher_62783.htm).

สุขเสริม สงวนพานิช. (2555). ความสัมพันธ์ระหว่าง ความไว้วางใจภายในองค์การกับประสิทธิภาพของ ทีมพนักงานธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) จังหวัดนครปฐม. วิทยานิพนธ์ รัฐประศาสนศาสตร มหาบัณฑิต สาขาการประกอบการบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.

สุริยา มนตรีภักดิ์. (2555). บทบาทของผู้บริหารสถานศึกษา  
ในการพัฒนาบุคลากรตามมาตรฐานการ ปฏิบัติ  
งานของข้อบังคับคุรุสภา 2548 ในสถานศึกษา  
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเพชรบุรี เขต 1.  
สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. สาขาการบริหาร  
การศึกษา. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

อวยชัย ขบา. (2548). ภาวะผู้นำและวัฒนธรรมองค์กร.  
กรุงเทพฯ : ธรรมสาร.

อุทัย หิรัญโต. (2531). หลักการบริหารงานบุคคล (พิมพ์  
ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: โอ.เอส.พรีนตริงเฮาส์.

### ภาษาอังกฤษ

Cook, J. and Wall, T. (1980). "New Work Attitude  
Measures of Trust, Organizational  
Commitment and Personal Need Non-  
Fulfilment." *Journal of Occupational  
Psychology*, 53, 39-52.

Davis, R. C. (1992). **Industrial organization and  
management**. Fundamental to Top  
Management. New York: Harpen & Brothers.

Flippo, E. B. (1971). **Principles of Personnel  
Management**. New York: Mcgraw Hill Book.

George N. Root III. (2018). "Hairy root type plant in  
vitro systems as sources of bioactive  
substances." *Appl. Microbiol. Biotechnol*,  
74(6),1175-85.

McKnight, D.H. (1998). "Initial Trust Formation in New  
Organizational Relationships." *The Academy  
of Management Review*, 23(3), 473-490.

Nyhan, R. C. and Marlowe, H. A. (1997). "Development  
and psychometric properties of the  
organizational trust inventory." *Evaluation  
Review*, 21(5), 614-635.

Shaw, Jean M.; Chambless, Martha S. and Chessin,  
Debby A. (1977). **Cooperative Problem  
Solving : Using K-W-D-L as an Organization  
Technique**. Retrieved on 23 April, 2009 from  
[http://vnweb.hwwilsonweb.com/hww /  
results/results\\_single\\_ftPES](http://vnweb.hwwilsonweb.com/hww / results/results_single_ftPES).

Shimon, L. D., Shay, S. T. and Yehuda, B. (2005).

"Testing the causal relationships between  
procedural justice, trust and organizational  
citizenship behavior." *Revue de Gestion Des  
Ressources Humaines*, 57, 79-89.

## ความท้าทายในการจัดการห้องเรียนแบบความสามารถ

<sup>1</sup> ผู้นิพนธ์ประสานงาน โทรศัพท์ 081-3890458 อีเมล : watcharee.p@arts.kmutnb.ac.th  
รับเมื่อ 15 เมษายน 2562 ตอบรับเมื่อ 30 สิงหาคม 2562 DOI:10.14416/j.faa.2020.02.009

วัชร ไพสathy<sup>1</sup>

### บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อแบ่งปันแนวคิดเรื่องการบริหารจัดการห้องเรียนที่มีความหลากหลายของนักศึกษาในด้านความสามารถทางภาษา ความสนใจในการเรียนรู้วิธีการเรียนรู้ และอื่นๆ โดยปกติแล้วหากโรงเรียน วิทยาลัย มหาวิทยาลัย หรือสถาบันการศึกษาต่างๆ สามารถจัดการเรียนการสอนโดยให้เด็กนักเรียน นักศึกษา ที่มีความสามารถในการเรียนรู้ หรือความถนัดในการเรียนรู้ใกล้เคียงกันได้เรียนร่วมกันในห้องเรียนเดียวกัน ซึ่งมีแนวโน้มทำให้การวางแผนการสอนของครู หรืออาจารย์ผู้สอนเป็นไปในทิศทางเดียวกันซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการเตรียมการสอนในแต่ละห้องมากยิ่งขึ้น แต่อย่างไรก็ตามในบางสถาบันการศึกษา อาจมีข้อจำกัดบางอย่างที่ทำให้ไม่สามารถจัดให้นักเรียน นักศึกษาที่มีความสามารถในการเรียนรู้ใกล้เคียงกันมาเรียนร่วมกันได้ ซึ่งสิ่งนี้ถือเป็นความท้าทายในด้านการจัดการเรียนการสอนสำหรับผู้สอนเช่นกัน ดังนั้นการใช้ทฤษฎีพหุปัญญา (Multiple Intelligences) จึงเป็นอีกทางเลือกที่อาจนำมาซึ่งประสิทธิภาพในการเรียนรู้ของนักเรียน นักศึกษา อีกทั้งยังช่วยครู อาจารย์ ในการวางแผนการสอนให้เหมาะสมกับห้องเรียนที่มีนักเรียนนักศึกษาความสามารถให้ดียิ่งขึ้น ในบทความนี้ได้มีการอภิปรายถึงปัญหาที่มีในการจัดการเรียนการสอนแบบความสามารถ (Mixed-Ability) ยกตัวอย่าง ปัญหาต่างๆ ที่มีการพูดถึง เช่น ด้านการเตรียมสอนของครู อาจารย์ ด้านการเตรียมสื่อหรือหนังสือที่ใช้สอน ด้านความวิตกกังวลของครู อาจารย์ผู้สอน ด้านการตรวจติดตามความก้าวหน้าของนักเรียน นักศึกษา ด้านการจัดการห้องเรียน และอื่นๆ ด้วยปัญหาดังที่กล่าวมา จึงได้มีการนำเรื่องทฤษฎีพหุปัญญามาอภิปรายให้เห็นถึงประโยชน์และความสำคัญในการหาแนวทางเพื่อช่วยจัดการห้องเรียนแบบความสามารถ เพื่อให้มีประสิทธิภาพ และเกิดผลสัมฤทธิ์สูงสุดในการเรียนการสอน

**คำสำคัญ :** ทฤษฎีพหุปัญญา การเรียนการสอน การจัดการเรียนการสอนแบบความสามารถ

<sup>1</sup> อาจารย์ ดร.ประจำภาควิชาภาษา คณะศิลปศาสตรประยุกต์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ

## Challenges of Mixed-ability Class Management

<sup>1</sup> Corresponding Author, Tel. 081-3890458 E-mail : watcharee.p@arts.kmutnb.ac.th  
Received 15 April 2019; Accepted 30 August 2019

Watcharee Paisart <sup>1</sup>

### Abstract

This academic article was written to share some ideas on how to manage a mixed-ability class with effective solutions. Especially in some educational institutes or universities where a class management could not manage to get students in the same levels or learning styles to be in the same classroom due to some reasons. The idea of “multiple intelligences” was raised and discussed. Individual students or learners are known to have different styles of learning preferences. Eight items of this theory are mentioned and explained. The article points out some possible and relevant difficulties, together with challenges in having mixed-ability classes in teaching and learning in various aspects, for example, teaching preparation, materials and resources, teachers’ uncertainty and worry, students’ progress follow-up methods, classroom management, and so on. Then, the theory of “multiple intelligences” has been introduced to help support these possible problems. The multiple intelligence investigation is stated and examples of studies which the theory of multiple intelligences were employed in teaching and learning were shown. The conclusion of this article aims to draw some attention of teachers and relevant stakeholders where a class consists of mixed-ability students to consider some ideas of multiple intelligences to manage the class for better benefit and effective learning of students.

**Keywords :** Multiple Intelligence Theory, Teaching and Learning, Mixed-ability classes

---

<sup>1</sup> Ph.D., Department of Languages, Faculty of Applied Arts, King Mongkut’s University of Technology North Bangkok

## 1. Introduction

In managing a class effectively, there are many relevant factors, such as selected books to be used, lesson planning of a teacher in a single class, designed activities, materials, students' motivations, facilities of a classroom, time management, and so on. Many theories have been employed throughout decades so as to help support learning and teaching English for better outcomes. Some theories may be successful but some may fail in some contexts or situations. However, as language teachers, we should try to find the most appropriate approach to suit ones' teaching context or situation. Not only the approach that we have to consider, but the teachers' roles also have to be various depending on the activities implemented in class, teaching methodology use, and material employed. Those teachers' roles can be adjusted according to the students' characteristics such as a controller, an assessor, an organizer, a prompter, a participant, a resource, a tutor, and an observer. The roles of the teacher can be changed according to the students' characteristics and need for help from the teacher (Harmer, 1991). As long as the students still need some full help from the teacher, the teacher may have to act like the class controller who manage and control everything and students do along the instruction. However, if the students need less support from the teacher, then, the role can be only the facilitator in class. The teacher's support can be requested only when needed.

Multiple intelligence theory is one of the theories that has been discussed in many years. It has been stated as one theory which can be employed in a class where there are many varieties of learning styles in a classroom. For example, the study of Millward-Sadler, Casey, and Newman (2010) on engineering students about the use of multiple intelligences to improve foreign language competence.

The theory of "multiple intelligences" which has been introduced by Gardner (1983), has been considered as an interesting and important relevant theory which affects students' learning. On the basis of individuality, each person owns different and unique characteristics. He or she likes and dislikes something differently. The same way as they may find different learning paths which may be attractive for some people but may not for other people. Ur (2005) explained about a heterogeneous class which students in the class possess different styles of learning such as language learning ability, language knowledge, cultural background, learning style, mother language, and intelligence. To make this clear, imagine a class where there are beginner, intermediate, or advanced learners studying together. Moreover, there might be young, teenager or adult learners mixing in the same class. This class is called heterogeneous class according to Ur. (2005). In this paper, a class where there are a mixture of English ability only would be focused and will be used as "mixed-ability class." Then, the idea of "multiple intelligence theory" should be raised and discussed so as to be an issue for teachers who are required to give lectures or teach in a class which consists of mixed-ability students. At least, some appropriate techniques, activities, or options supporting their competent learning would be considered.

As known that there are both positive and negative aspects of teaching paradigm, this article aims to raise this "multiple intelligence theory" into teachers' consideration and awareness in teaching in terms of some argued discussion on students' differences. Since teachers, or educational personnel who have been involved in teaching and learning for years, also have faced difficulties in finding ways to manage a mixed-ability class. Cohen, Manion, and Morrison (2004) stated many disadvantages for managing with a class with mixed-ability students. The following items are those disadvantages.

1. *Preparation and marking*: The teaching preparation and score marking are required to take more time because details should be able to evaluate all objectives which have been set.

2. *Resource use*: There will be a variety of resource use and teachers should be more prudent when using the resource since it might have to be modified or planned well before implementing in class to suit all levels of students.

3. *Teachers' worry*: Teachers may have been worried when planning to teach effectively because there are many different levels of students' abilities.

4. *Teachers' uncertainty*: Even if the lesson was well planned, teachers are still unclear if the plan is effective for the class or not. They may not be able to assure if all students from all different levels could follow their teaching or not because it might be hard to notice.

5. *Detailed and frequent record of progress*: In order to make sure if students' learnings are developed, their progress would be detailed and frequently collected. Each student would progress differently according to their background. To make the record, it should be done by focusing on personal progress record rather than group comparison.

6. *Wide ability range*: Teachers have no choice to confront with this mixed-ability difficulty which is hard to expect for the wide range. This can be considered a challenging job for teachers to manage this kind of class.

7. *Hardship to make use of ready-use resources*: Sometimes, in order to support students' learning, many resources such as extra worksheet or other materials would be added. However, those resources are likely to have the same level of competency. In this case of mixed-ability, it might be hard for those kinds of resource to be applicable for teaching. Then, modifying those resources for all students are suggested.

8. *Classroom management with mixture of wide range ability*: In some classes where the levels of proficiency are mixed with wide range of grades or scores as a "cut-off" criteria for managing a class, there might be some big gap between those in-class students (for example, two students got different grades, one got A and another got C but these two students would be put together in a class and would be considered the same level of proficiency). This problem may happen with freshmen most because they would have to take a specific kind of test to enter a university, then, to arrange a class sometimes, these students are put in a class because they are in the same major without considering about their scores or grades.

9. *Students' avoidance of teachers*: Since students in a class are mixed, they might struggle to support themselves in learning, so teachers may not be able to stand on as a main resource to control their study.

10. *The balance of teachers' role and students' role*: The roles of teachers and students could have been problems. This should be weighed appropriately. There are many roles for teachers, such as, facilitators, coaches, guides, and so on. In a mixed-ability class, the teachers should play appropriate roles to suit students' characteristics.

11. *Family expectation pressure*: Parents' expectations on their kids are one of teachers' pressure. While it is hard to manage for teaching well, outside anticipation could also be an annoying factor.

12. *Balance of task types*: The focus on working individually, in groups and as a whole class should be planned with prudent consideration.

Apart from these problems, Ur (2005) also stated that in a class where many students study together, there might be some problems in terms of:



1. *Discipline control*: Students' discipline is hard to be managed due to their differences and styles.

2. *Certainty in effective learning*: Since there are many students in a class so it is hard to be sure about the students' learning if they all learn with great understanding or not.

3. *Appropriate material*: When teaching in a class with various styles and abilities of students, it might be difficult to find appropriate materials to suite all types of students.

4. *Monitor individual progress*: In a class where heterogeneity is found, it is likely that the monitoring steps of each person could be more complex than those in a class where all people are in the same level.

5. *Individual activation in learning*: It could be more difficult to attract all students' interest to pay attention in the lesson if they all have different interest and styles.

From those above difficulties and problems mentioned, negative points of managing students from various backgrounds and styles are clearly revealed. To help manage the class with various styles of learners, "multiple intelligence theory" can be employed so as to help facilitate teacher's management for activities or material use and also support students' learning.

After the multiple intelligences of students in class have been investigated at the beginning of the course, the teachers can select variety of material, plan for activities, and assign tasks which cover their multiple intelligences. To do these, it is expected to serve and support students' learning and encourage them to feel engaged in the study. As Gardner (1983) stated that according to the strengths of people's multiple intelligence, we should provide various kinds of activities to support each person's cognitive learning styles.

## 2. Multiple Intelligence Theory

Gardner (1983) introduced the theory of "multiple intelligences" to support the idea that each learner has his or her own uniqueness in learning. The word "intelligence" here refers to the learners' preference in learning something. To link this idea to teaching and learning, it could be said that an individual student learns well when he or she is fed with appropriate or right things or suitable channel. Those "multiple intelligences" are:

1. *Visual-Spatial Intelligence*: Students who are visual-spatial intelligence oriented would learn well when they see pictures or things clearly. So, in class teaching, material or resource use should mainly focus on things that they can see clear pictures so as to facilitate their memory and make them learn to get things quickly.

2. *Linguistic-Verbal Intelligence*: Students who mainly have this intelligence would learn better when they have a chance to speak or use language to describe or explain something, they would do it well. To plan for activities to suite their learning, reading text or things that they can apply to use their literacy would be suggested.

3. *Logical-Mathematical Intelligence*: Students who possess this intelligence would be able to think logically (can have reasons for everything). They would learn well on patterns or things which need to be calculated, for example, learn with numbers. This intelligence is quite suitable for students who prefer to study in technical majors, for example, mathematics or engineering. Adding things for them to solve the problems with reasons might be challenging and motivating them than only pure lectures.

4. *Bodily-Kinesthetic Intelligence*: Students who tend to have bodily-kinesthetic intelligence would learn effectively if they can move their body along while learning. To let them sit still and pay

attention will not work with this group of students. So, activities which require them to move out from their seats could be interesting. To do this in a lesson would draw so much attention from students in this type.

5. *Musical Intelligence*: Students who are musical intelligence oriented would learn well if there are sound, rhythm, or music. Then, the use of music or things relevant to sounds would seize their interest to study and help them understand.

6. *Interpersonal Intelligence*: Students who are intelligent in interpersonal learning means that they could learn well by interacting or communicating with other people. They might have strong and effective skills to negotiate and understand people around them. So, group work assignment may support their learning. This is a good idea to facilitate their preference in learning and also gear them to be independent students who could learn from their friends and help each other which is more realistic in working in society. People have to negotiate and communicate with other people so this is like social interaction which is really necessary. This may link to the idea of social skills which is considered a trendy topic in this period of time.

7. *Intrapersonal Intelligence*: Students who have this intrapersonal intelligence would work well while they work by themselves. They could be prudent and learn effectively by getting to know things or exploring things by themselves. Appropriate tasks for this kind of students may be individual work which they can use their creativity and prudence to get their work accomplished, for example, translating some texts or creating stories.

8. *Naturalistic Intelligence*: Students who are intelligent in naturalistic learning would learn effectively if they learn to explore things in their environment, or relevant to nature around them. Assigned tasks for this type of students may have to link to things or environment around them so as to cheer them up to enjoy what they are doing and

with great hope that they could learn something from their working tasks.

### 3. Multiple Intelligence Investigation

It is interesting to investigate among students in class to see the tendency of these multiple intelligences so as to plan for effective lessons and teaching. The more the teachers could plan ahead, the more effective the learning is, and the more efficient the learners learn.

Especially in English language learning which is said among students that they find this subject very difficult to get through. If teachers could get to know most of their students' intelligences, they could prepare their teaching and materials to suite the students' characteristics.

In one English class, not only students' abilities are mixed, their various multiple intelligences are mingled. Everybody has his or her own characteristic as mentioned earlier. They are different in their requirements, motivations, goals, intentions, responsibilities, attitudes, skills, and so on. As Razmjoo (2008) said that human beings are not the same. They are all unique and have different kinds of intelligences. As a result, it is likely hard to plan for effective and practical teaching for all students in one class. However, to discover both the ability and the hidden intelligence, some testing should be implemented. For the ability discovering, it is easy to do; for example, the students' abilities can be tested via some tests. The scores derived from the tests could be useful for grouping students into study classes where their levels of proficiency could be similar. While, on the other hand, it might be hard to do that for the hidden intelligence. A kind of questionnaire focusing on this intelligence test could be employed instead of a specific test on this according to Armstrong (2009) that in general market, there is no test to investigate the multiple intelligences. However, even if we use a questionnaire to help discovering information on this, there are many factors that might affect students' answers.

So, teachers' observation or interview may lead to required information.

#### **4. Studies of Multiple Intelligence Theory in Teaching and Learning**

In learning and teaching, there are many studies which researchers applied this multiple intelligence theory into their investigation. Many experts stated that the multiple intelligence theory is advantageous and essential to put into account while teaching. Some of those scholars are Şener and Çokçalışkan (2018) who see that the multiple intelligence theory is very vital. They mentioned that the multiple intelligences can reveal some strength and weakness of the students. Therefore, the teachers of those particular classes can plan their lessons and activities to suit their students in class. Murray and Moore (2012) also supported that it is the teachers' responsibility to help students learn so as to improve both academy and emotion. For teaching effectively the teachers should try to support students' individual interest and abilities. As a result, tasks or work that the teachers need to assign can be different due to individual needs.

To this point, it is no doubt that the theory of multiple intelligences is interesting to be implemented in class by any relevant people. It can be used to study with students from various majors, namely, accounting, science, medical sciences, humanities and social sciences, architecture, technical education, fine arts, liberal arts, international languages, engineering, and many more in order to see the tendencies of most students in a particular class.

Putting the idea of multiple intelligences into practical implementation, the teacher should start with the very first things to do before beginning the lesson, such as studying the lesson plan to see what activities can be included (individual work, pair work, group work, etc.); what kinds of material to be employed (textual material, visual material, audio material, etc.); what types of things can be used to

show in class as an input (Power Point Presentation, realia, magazine, clip, etc.).

In a class where there are limitations of time, student number, must-finished content relevant to test and evaluation, teachers cannot choose only an activity, material, or appropriate input in class so as to suit the whole students. One possible solution to accomplish the idea of using the multiple intelligences in class with all things the teachers should cover (time, student number, content and evaluation), choices can be provided for students to select the most comfortable or satisfied way that support their study. While the content would be pursued for all students, as the goal to reach, the techniques to study are like the ways to the goal. The students are like the travelers who could choose their own ways to reach the goal by themselves while the teachers are responsible for recommending, suggesting, and promoting variety of vehicles for them to get along their way. The teacher's role is trying to create variety to promote for their students, and the students would be the person who chooses their own study pace.

#### **5. Conclusion**

All in all, this article points out possible problems that may happen in class if the levels of proficiency of students are mixed. However, in another perspective, it could be a very challenging job for language teachers to try to blend these differences in the students' cognitive learning styles with their teaching approaches to facilitate their learning. It might be certainly hard for teachers, especially a novice teacher who has less experience to manage this kind of class. As a result, the idea of "multiple intelligences" would be one of interesting options that may help teachers to be aware of the students' differences and preferences in learning. At least, to understand this theory, teachers could insert some applied activities or tasks which help support those students who have no choice to study in separated classes could have their own way to

learn things more appropriate to their paths of better learning. The next question is how to identify the students' multiple intelligences. Many available forms could be searched via relevant sources. If teachers could get to know their students at the very beginning of the course, suitable teaching methods, and materials can be adjusted to be implemented in class.

## 6. References

- Armstrong, T. (2009). **Multiple intelligences in the classroom**. California: Alexandria.
- Cohen, L., Manion, L., and Morrison, K. (2004). **A Guide to Teaching Practice**. London: Routledge.
- Gardner, H. (1983). **Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences**. New York: Basic Book Inc.
- Harmer, J. (1991). **The practice of English language teaching**. Essex: Longman Group UK Ltd.
- Millward-Sadler, A., Casey, A. and Newman, F. (2010). "Facilitating Engineering Students in the Language Classroom: Multiple Intelligences Profile to Improve Foreign Language Competence. American Society for Engineering Education." ASEE Paper: AS2010-242. **Proceedings of ASEE Conference and Exposition**. Retrieved on 16, January, 2019 from <https://peer.asee.org/facilitating-engineering-students-in-the-language-classroom-multiple-intelligences-profiles-to-improve-foreign-language-competence.pdf>.
- Murray, S. and Moore, K. (2012). "Inclusion through multiple intelligences". **Journal of Student Engagement: Education Matters**. Vol. 2(1). pp. 42-48.
- Razmjoo, A. (2008). "On the relationship between multiple Intelligences and language proficiency". **The Reading Matrix**. Vol. 8 (2). pp. 155-174.
- Şener, S. and ÇOkçalışkan, A. (2018). "An Investigation between Multiple Intelligences and Learning Styles". **Journal of Education and Training Studies**. Vol. 6 (2). pp. 125-132.
- Ur, P. (2005). **A Course in Language Teaching Practice and Theory**. Cambridge: Cambridge University Press.

## การแก้ไขปัญหาความยากจนโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ญาณวุฒิ ปิยะรัตนพัฒน์<sup>1</sup>

ชมภูนุช หุ่นาค<sup>2</sup>

จุมพล หนีมพานิช<sup>3</sup>

ประภาส ปิ่นตบแต่ง<sup>4</sup>

<sup>1</sup> ผู้นิพนธ์ประสานงาน โทรศัพท์ 092-436-2888 อีเมล : thumtum16@gmail.com

รับเมื่อ 31 มกราคม 2562 ตอบรับเมื่อ 25 กุมภาพันธ์ 2562 DOI:10.14416/j.faa.2020.02.010

### บทคัดย่อ

การแก้ไขปัญหาความยากจนของประเทศไทยเป็นปัญหาระดับประเทศที่สะสมมานานในสังคมไทย จนเป็นปัญหาสำคัญต่อความยั่งยืนของการพัฒนาประเทศ จึงได้มีความพยายามในการแก้ไขปัญหาความยากจน โดยการใช้การพัฒนาเศรษฐกิจแบบทฤษฎีใหม่ แต่ก็ไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร ถึงแม้ว่าประโยชน์ของการพัฒนาเศรษฐกิจแบบทฤษฎีใหม่จะมีอยู่บ้างก็ตาม ในทางกลับกันก็ได้ทำให้เกิดความเหลื่อมล้ำระหว่างคนรวยกับคนจนเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะคนที่ได้รับผลประโยชน์ส่วนใหญ่ จะเป็นกลุ่มนายทุนส่วนใหญ่ ดังนั้นจึงมีการนำเสนอหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเข้าใช้ในการแก้ไขปัญหาความยากจน ในปี พ.ศ. 2545 เป็นปีแรกของการใช้แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 รัฐบาลได้กำหนดให้หลักเศรษฐกิจพอเพียงเป็นวาระแห่งชาติ เน้นการพึ่งพาตนเองเป็นหลักและสังคมไทยมีคุณค่าที่เป็นทุนทางสังคมของตัวเองอยู่แล้ว จึงมีการพัฒนาที่อยู่บนฐานของชุมชน ฐานแห่งศักยภาพและความสัมพันธ์ของคนเพื่อทำให้ชุมชนมีความเข้มแข็ง ภายใต้อิทธิพลของความพอประมาณ ความมีเหตุมีผล และการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้จริง อันนำไปสู่การแก้ไขปัญหาความยากจนอย่างยั่งยืนต่อไป

**คำสำคัญ :** ความยากจน เศรษฐกิจพอเพียง ยุทธศาสตร์การพัฒนา

<sup>1</sup> นักศึกษาปริญญาเอก สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ วิทยาลัยนวัตกรรมการจัดการ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์

<sup>2</sup> อาจารย์ ดร. ประจำสาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ วิทยาลัยนวัตกรรมการจัดการ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์

<sup>3</sup> รองศาสตราจารย์ ดร. ประจำสถาบันรัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต

<sup>4</sup> รองศาสตราจารย์ ดร. ประจำคณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## Problem Resolution on Poverty in Accordance with His Majesty's Sufficiency Economy Philosophy

Yanawuth Piyaratanaphipat<sup>1</sup>

Chompoonunch Hunnak<sup>2</sup>

Jumpol Nimpanich<sup>3</sup>

Prapart Pintobtang<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Corresponding Author, Tel. 092-436-2888 E-mail : thumtum16@gmail.com

Received 31 January 2019; Accepted 25 February 2019

### Abstract

Resolving poverty in Thailand is a national predicament that has been accumulated for a long time in Thai society continuously it becomes an important quandary of the national development sustainability. Later, efforts were made to solve poverty using capitalist economic development. Unfortunately, it was not as successful as it should be. Although there are some advantages of capitalist economic development, a greater disparity between the prosperous and the underprivileged people still existed, especially those who earn benefits, most of which are a group of capitalists. Therefore, the sufficiency economy philosophy is proposed to solve such poverty problems. In 2002, the first year of the 9th National Economic and Social Development Plan had been initiated. The government has determined the sufficiency economy as a national agenda with a focus on self-reliance. Thai society has its own social capital. Therefore, it was developed based from the community, potential and human relations to strengthen the community under the principle of moderation, reasonableness and good immunity, which can be employed and later lead to the sustainable poverty problems solution.

**Keywords :** Poverty, Sufficiency Economy, Strategies for Community Development

---

<sup>1</sup> Doctoral Student, the Department of Public Administration, College of Management Innovation, Rajamangala University of Technology Rattanakosin

<sup>2</sup> Lecturer of the Department of Public Administration, College of Management Innovation, Rajamangala University of Technology Rattanakosin

<sup>3</sup> Associate Professor Dr., Institute of Public Administration, Rangsit University

<sup>4</sup> Associate Professor Dr., Faculty of Political Science, Chulalongkorn University



## 1. บทนำ

ผลการพัฒนาประเทศไทยในช่วง 40 กว่าปีก่อนหน้านี้มีทั้งความเจริญและความเสื่อมถอย ขึ้นอยู่กับปัจจัยที่เอื้ออำนวย และปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาที่เปลี่ยนไป ก่อนวิกฤติเศรษฐกิจการเงินปี พ.ศ. 2540 ประเทศไทยมีอัตราการเติบโตทางด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับเฉลี่ยร้อยละ 7-8 (พระ เจริญพร, 2560) ที่เน้นการเติบโตในเชิงปริมาณแต่ไม่เน้นคุณภาพ ทำให้การพัฒนาขาดความสมดุลมีช่องว่างระหว่างคนรวย และคนจนสูงมาก อาจกล่าวได้ว่าผลการพัฒนามีลักษณะรวยกระจุกจนกระจาย ระดับการพัฒนาของประเทศไทยไม่สอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาที่ยั่งยืน เพราะแนวโน้มภาวะสังคม และสิ่งแวดล้อมของประเทศไทยมีปัญหาเพิ่มมากขึ้นสวนกับทิศทางการพัฒนาเศรษฐกิจ โดยค่าดัชนีการพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อมได้มีการลดลงอย่างต่อเนื่อง (สรเสรีญ วงศ์ชะอุ่ม, 2544 : 1)

ปัญหาความยากจนได้เปลี่ยนเป็นปัญหาในเชิงระบบและโครงสร้างระดับประเทศที่สะสมมานานในสังคมไทยจนเป็นปัญหาสำคัญต่อความยั่งยืนของการพัฒนาประเทศ โดยเฉพาะตั้งแต่แผนพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 5 (พ.ศ. 2525-2529) เป็นต้นมา แต่ยังไม่สามารถแก้ไขให้บรรลุผลที่แท้จริง ขณะที่สภาพแวดล้อมทางด้านการเมือง เศรษฐกิจ สังคม และ สิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนไปในปัจจุบันได้ทำให้ปัญหาความยากจนมีความซับซ้อนยิ่งขึ้น ปัญหาความยากจนจึงจำเป็นต้องได้รับการแก้ไขอย่างเป็นองค์รวมที่เชื่อมโยงมิติเข้าด้วยกันอย่างเป็นระบบ ภาวะวิกฤติครั้งนี้เกินกำลังในภาครัฐเพราะฉะนั้นทุกองค์ประกอบในสังคม โดยเฉพาะชุมชนที่เข้มแข็งจะต้องเข้ามาโอบอุ้มผู้ที่ได้รับผลกระทบทั้งทางตรง และทางอ้อมไว้ (สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาแห่งประเทศไทย, 2546)

ผลกระทบของการพัฒนาตามแนวเศรษฐกิจกระแสหลักปรากฏชัดเจนจากวิกฤติเศรษฐกิจของประเทศไทยในปี พ.ศ. 2540 ทำให้รัฐบาลเริ่มทบทวนแนวทางการพัฒนาให้เป็นไปอย่างสมดุล สอดคล้องกับสภาพสังคมและวัฒนธรรมของประเทศไทยมากขึ้น มีการปรับเปลี่ยนนโยบายการพัฒนาให้อยู่บนรากฐานของท้องถิ่นตามแนวคิดเรื่องทุนทางสังคม กำหนดให้มีโครงการเพื่อการลงทุนทางสังคม เพื่อแก้ไขปัญหาวิกฤติทางเศรษฐกิจและสร้างเสริมความเข้มแข็งของชุมชน ที่ได้รับความช่วยเหลือทางวิชาการและเงินกู้จากธนาคารโลก (World Bank, 2001) ซึ่งภายหลังได้ยอมรับว่าแนวทางการพัฒนาตามเศรษฐกิจกระแสหลักที่ผ่านมาไม่ได้ให้ความสำคัญต่อคุณค่าพื้นฐานที่มีอยู่ในแต่ละสังคมเท่าที่ควร

การพัฒนาโดยใช้หลักเศรษฐกิจกระแสทางเลือกในรูปแบบของการพัฒนาโดยใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียง ในปี พ.ศ. 2545 เป็นปีแรกของการใช้แผนพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 รัฐบาลได้กำหนดให้หลักเศรษฐกิจพอเพียงเป็นวาระแห่งชาติ เพราะในภาวะวิกฤติปี พ.ศ.2540 พบว่ามีชุมชนที่พึ่งตัวเองและสามารถดำรงอยู่ได้โดยมิได้รับผลกระทบ หรือ ได้รับผลกระทบจากปัญหายากจนน้อยมาก ขณะเดียวกันมีการพัฒนาจากฐานรากสู่ความเจริญภายนอกอย่างเป็นขั้นเป็นตอน ทำให้สรุปได้ว่าการพัฒนาของสังคมไทยมีพื้นฐานดั้งเดิมเป็นทุนที่มีได้หมายถึงเงินเท่านั้น แต่หมายถึงทุนทางสังคมที่เป็นคุณค่า ผ่านการรวบรวมกลุ่มภายในชุมชนที่เกิดจากความไว้วางใจ ความเอื้อเฟื้อ ความร่วมมือ การช่วยเหลือ เกื้อกูล และการตอบแทนซึ่งกันและกัน โดยสรุปได้ว่าสังคมไทยมีคุณค่าที่เป็นทุนทางสังคมของตัวองมานานแล้ว มีการพัฒนาที่อยู่บนฐานของชุมชน ฐานแห่งศักยภาพและความสัมพันธ์ของคนเพื่อนำชุมชนสู่ความเข้มแข็งและการพัฒนาที่ยั่งยืน (พิทยา ว่องกุล, 2542 : 5)

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9-10 ได้ัญเชิญหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปปรับใช้อย่างกว้างขวางในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับปัจเจก ครอบครัว ชุมชน สังคม จนถึงระดับประเทศ ซึ่งได้มีส่วนสร้างเสริมภูมิคุ้มกันและช่วยทำให้สังคมไทยสามารถยืนหยัดอยู่ได้อย่างมั่นคงท่ามกลางกระแสการเปลี่ยนแปลง ในระยะแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 ทุกภาคส่วนในสังคมไทยเห็นพ้องร่วมกันน้อมนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นปรัชญานำทางในการพัฒนาประเทศอย่างต่อเนื่อง เพื่อมุ่งให้เกิดภูมิคุ้มกันและมีการบริหารความเสี่ยงอย่างเหมาะสม เพื่อให้การพัฒนาประเทศสู่ความสมดุลและยั่งยืน (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2554)

บทความนี้ ผู้เขียนมุ่งนำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับสาเหตุของความยากจนในประเทศไทย และการแก้ไขปัญหาความยากจนโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง อันจะนำไปสู่การแก้ไขปัญหาความยากจนในประเทศไทยอย่างยั่งยืน

## 2. สาเหตุของความยากจนในประเทศไทย

สาเหตุความยากจนนั้นมีความหลากหลายและเป็นพลวัตคือไม่หยุดอยู่กับที่ ขึ้นอยู่กับมิติของเวลาและสถานการณ์ จึงยังมีคนเป็นจำนวนมากที่มีรายได้สูงกว่าระดับเส้นความยากจน แต่ถูกจัดเป็นกลุ่มคนที่มีความเสี่ยงต่อการเป็นคนจน อันมาจากสาเหตุสำคัญ 2 ประการ คือ ประการ

แรกเกิดจากตัวบุคคลหรือคนจนเอง เช่น มีรายรับน้อยกว่ารายจ่าย มีการศึกษาน้อย ขาดโอกาสหลายด้าน และบางส่วนมักยึดถือทัศนคติที่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาตนเอง เช่น มีนิสัยเกียจคร้าน ไม่คิดพึ่งพาตนเอง อีกทั้งคนจนส่วนใหญ่มีภาระที่ต้องรับผิดชอบสูง เนื่องจากครอบครัวคนจนมักมีลูกมาก สมาชิกในครอบครัวเจ็บป่วย ไม่สามารถพึ่งพาตนเองได้ และส่วนใหญ่มักมีภาระหนี้สินที่ตกทอดมาตั้งแต่รุ่นพ่อแม่ ทำให้้อบจนหนทางมากขึ้น อันนี้เป็นสาเหตุที่เกิดจากตัวคนยากจนเองเรียกว่าปัจจัยภายใน สำหรับปัจจัยภายนอกนั้นมีสาเหตุมาจากโครงสร้าง และผลกระทบจากภายนอก หรือสภาพแวดล้อมในชุมชนที่ไม่ถูก สุขลักษณะ ทำให้เป็นแหล่งแพร่เชื้อโรคส่งผลให้คนในชุมชนสุขภาพอ่อนแอ บางชุมชนมีปัญหา เสพติด และอาชญากรรม ทำให้การดำรงชีวิตมีความเสี่ยงสูง ประการต่อมาชุมชนขาดการเรียนรู้ การบริหารจัดการองค์กรภายในชุมชนเพราะขาดความช่วยเหลือกันในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ขาดการเรียนรู้ต้นแบบจากชุมชนที่เข้มแข็ง และขาดข้อมูลข่าวสาร อันนี้เป็นสาเหตุจากสภาพแวดล้อม ซึ่งถือว่าเป็นปัจจัยภายนอก และยังมีผลกระทบจากธรรมชาติ เช่น ความแปรปรวนของสภาพภูมิอากาศ วิกฤตเศรษฐกิจ ความแปรปรวนของราคาผลผลิต และความทรุดโทรมของทรัพยากร นอกจากนี้นโยบายของรัฐในอดีตที่ผ่านมาบางอย่างก็ส่งผลในทางลบต่อคนจนส่วนใหญ่ให้ยากจนลงอีก เช่น นโยบายที่ไม่สอดคล้องกับความต้องการของคนจน นโยบายที่สร้างความไม่สมดุลระหว่างภาคเกษตรและอุตสาหกรรม นโยบายที่ไม่เป็นธรรม นโยบายที่ไม่ยั่งยืน นโยบายที่ไม่ต่อเนื่อง และการบริหารจัดการของรัฐไม่เป็นระบบ ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ล้วนเป็นสาเหตุทำให้เกิดความยากจน และส่งผลกระทบต่อความยากจนที่เชื่อมโยงเป็นวัฏจักร ซึ่งระบุถึงสาเหตุความยากจน ดังนี้

ณรงค์ เพ็ชรประเสริฐ (2545 : 15-21) ได้ให้ความเห็นเพิ่มเติม และมีข้อมูลจากการวิจัยว่า กลุ่มปัจจัยที่นำคนไทยไปสู่ความยากจนและด้อยโอกาสนั้นมีอยู่ 4 กลุ่มปัจจัย

1. ทำให้อดชีวิต คือมุมมองของการมองโลกของแต่ละคน คนที่เห็นว่าอุปสรรค และปัญหาที่เกิดขึ้นถ้าตั้งใจที่จะแก้ไขปัญหาย่างจริงจัง ตามหลักการที่ถูกต้อง ก็จะมีโอกาสที่จะบรรเทาความยากจนได้ ซึ่งดีกว่าคนที่มองโลกในแง่ลบ ไม่มีความพยายามในการแก้ไขปัญหา คนประเภทนี้เองที่เป็นที่มาของคำว่า พวก ใจ จน เจ็บ

2. ปัจจัยการผลิต และการเข้าถึงทรัพยากรของสังคม การไม่มีที่ดิน การไม่สามารถใช้ประโยชน์จาก

ทรัพยากรธรรมชาติ การขาดแคลนทุน ขาดแคลนเทคโนโลยี ส่งผลให้ขาดศักยภาพการผลิต ส่งผลให้ผลผลิตตกต่ำ ไม่เป็นไปตามเป้าหมายที่วางไว้

3. ความสัมพันธ์ไม่เสมอภาคทางเศรษฐกิจ การเมือง และสังคม คนส่วนน้อยของสังคมเหล่านี้ดึงปัจจัยการผลิตทรัพยากรของสังคมไปไว้ที่กลุ่มตนเอง ขณะที่คนจนเข้าไม่ถึงทรัพยากรเหล่านี้ ที่เคยเข้าถึงก็ถูกแย่งชิงเอาไปเสียอีก ซึ่งผลประโยชน์จะไปตกอยู่กับกลุ่มนายทุน จนทำให้เกิดความเหลื่อมล้ำในสังคม

4. ระบบสวัสดิการ ระบบสวัสดิการสังคม การบริการสังคมระบบสวัสดิการ อาจจัดโดยรัฐ ธุรกิจเอกชน ครอบครัว และชุมชนมีความสำคัญที่จะช่วยให้คนจนจำนวนมากให้มีชีวิตต่อไปได้ ดังนั้นในสังคมที่ระบบสวัสดิการที่ไม่มีคุณภาพ ก็เป็นการซ้ำเติมคนจน ตัดโอกาสคนจนด้านการศึกษา ด้านการสาธารณสุข ที่อยู่อาศัย และโอกาสที่จะดำรงชีวิตให้อยู่รอด

สมพร เทพสิทธิ์ (2546 : 51-60) มองไปในทิศทางเดียวกันว่า ความยากจนมีสาเหตุหลายประการ เช่น

1. การที่จะต้องพึ่งพาธรรมชาติ และดินฟ้าอากาศ คือประชาชนส่วนใหญ่ในประเทศ มีอาชีพเป็นเกษตรกร ซึ่งการทำการเกษตรกรรมจำเป็นที่จะต้องพึ่งพาธรรมชาติเป็นอย่างมาก

2. การขาดปัจจัยการผลิต เป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกษตรกรส่วนใหญ่ยากจน เพราะขาดที่ดินทำกิน จึงไปบุกรุก และทำลายป่า บางส่วนก็มีที่ดินแต่มีที่ดินไม่อุดมสมบูรณ์ มีความแห้งแล้ง

3. การขาดอำนาจต่อรอง หากเกษตรกรต้องการเป็นผู้กำหนดราคาพืชผลที่ขาย และไม่ให้เสียเปรียบพ่อค้าคนกลาง เกษตรกรจะต้องสร้างอำนาจการต่อรองให้สูงขึ้น โดยการรวมกลุ่มกันเป็นสหกรณ์ หรือกลุ่มเกษตรกร จะทำให้มีการดำเนินงานอย่างเข้มแข็ง และมีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น

4. การขาดความรู้ และทักษะ เป็นอีกเหตุผลหนึ่งที่เป็นสาเหตุของความยากจน เพราะไม่มีความรู้ และทักษะ ทำให้ไม่สามารถหารายได้ เพื่อแก้ไขปัญหาคือความยากจนได้

5. การขาดความขยันหมั่นเพียร สาเหตุอีกประการหนึ่งของความยากจน คือขาดความขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพและการทำงาน กล่าวคือ ขาดอิทธิบาท 4 ได้แก่ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา

6. การขาดการประหยัด และการออม สาเหตุอีกประการหนึ่งของความยากจนคือ ขาดการประหยัดและ

การออม มีการใช้จ่ายเงินเกินกว่ารายได้ ใช้จ่ายเงินซื้อเครื่องอุปโภคบริโภคที่เกินจำเป็น และใช้จ่ายเงินเพื่อการเที่ยวสนุกสนานที่เกินความพอดี

7. ภาวะเศรษฐกิจ สาเหตุอีกประการหนึ่งที่ทำให้คนยากจน คือภาวะเศรษฐกิจที่หดตัว และถดถอย ซึ่งทำให้คนต้องถูกปลดออกจากงานและว่างงานเป็นจำนวนมาก ในปัจจุบันระบบเศรษฐกิจไทยโดยรวม ต้องประสบกับภาวะการหดตัว (Contraction) และการถดถอย (Recession) อย่างรุนแรง โดยมีสาเหตุสำคัญประการหนึ่งจากการขาดสภาพคล่อง

โดยสรุปสาเหตุของความยากจนที่ยังส่งผลมาถึงปัจจุบันมีรายละเอียดดังนี้

1. การเกิดภัยพิบัติทางธรรมชาติ เพราะการต้องพึ่งธรรมชาติ และดิน ฟ้าอากาศ ประชาชนส่วนใหญ่ของประเทศไทยเป็นเกษตรกร อาชีพเกษตรกรกรมจำเป็นต้องพึ่งธรรมชาติ และดิน ฟ้า อากาศ แต่สภาพดิน ฟ้า อากาศก็ไม่ค่อยที่จะแน่นอนเท่าที่ควร อย่างเช่น น้ำท่วม ฝนไม่ตกต้องตามฤดูกาล ความแห้งแล้ง เป็นต้น

2. ปัจจัยบุคคล และครัวเรือน ได้แก่การขาดความรู้ และทักษะในการประกอบอาชีพ ขาดความขยันหมั่นเพียร ขาดการออม มัวเมาในอบายมุข มีเด็กและคนชราที่ไม่สามารถดูแลตนเองได้อยู่ด้วย หัวหน้าครัวเรือนเจ็บป่วย มีขนาดครอบครัวที่ใหญ่ เป็นต้น

3. ปัจจัยในระดับชุมชน ได้แก่ มีทุนทางสังคมที่ไม่ดี เช่น ไม่มีความไว้วางใจกัน ไม่มีความผูกพันกัน ไม่มีการสนับสนุนเกื้อกูลกัน ไม่มีการมีส่วนร่วมในชุมชน และถูกตัดขาดจากสังคม

4. ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ ขาดแคลนสินทรัพย์ เช่น ที่ดิน ทุน การขาดอำนาจการต่อรอง ภาวะเศรษฐกิจที่ถดถอย เป็นต้น

### 3. การแก้ไขปัญหาความยากจนโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานพระราชดำรัสแก่คณะบุคคลที่เข้าเฝ้าทูลละอองธุลีพระบาทถวายชัยมงคลเนื่องในวโรกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา ณ ศาลาดุสิดาลัยสวนจิตรลดา พระราชวังดุสิต วันที่ 4 ธันวาคม 2540 ความว่า เศรษฐกิจแบบพอมีพอกินหมายความว่า อุ่มชูตัวเองได้ ให้มีพอเพียงตัวเอง (สุนทรกุลวัฒนวงศ์ 2544 : 39)

สมุธ ตันติเวชกุล (2541 : 62) ได้ให้ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียงไว้ว่า คือความสามารถของชุมชนเมือง

รัฐประเทศ หรือภูมิภาคหนึ่งในการผลิตสินค้า และบริการทุกชนิดเพื่อเลี้ยงสังคมนั้น โดยพยายามหลีกเลี่ยงที่จะต้องพึ่งพาปัจจัยที่เราไม่ได้เป็นเจ้าของ

บุญเสริม บุญเจริญผล (2543 : 4) ได้อธิบายความหมายของเศรษฐกิจพอเพียงไว้ว่าเศรษฐกิจพอเพียงเป็นการดำเนินชีวิตแบบพอประมาณ โดยเริ่มจากพยายามผลิตสินค้าขึ้นมาเองให้เพียงพอสำหรับคนภายในครอบครัวกิน และใช้หากผลิตได้เกินต้องการจึงนำไปขาย หากผลิตได้ไม่พอก็จำเป็นต้องซื้อบ้าง ไม่ได้มุ่งผลิตเพื่อขายเพียงอย่างเดียวโดยไม่เอามาบริโภค นอกจากนี้การผลิต และการบริโภคจำเป็นต้องอยู่ในหลักของความพอดี รู้จักพอเพียงในการผลิต และการบริโภค

ทั้งนี้ได้มีผู้รวบรวมแนวคิดจากทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียงไว้ดังนี้

1. การเดินตามรอยพระยุคลบาทเศรษฐกิจพอเพียง สมพร เทพสิทธิ (2546 : 63-82) กล่าวว่า การเดินตามรอยพระยุคลบาทเศรษฐกิจพอเพียงช่วยแก้ปัญหาความยากจนได้ดังนี้

1.1 การพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมของประเทศ เพื่อให้มีความเปลี่ยนแปลง และสร้างคุณค่าที่ดีในสังคมไทย บนพื้นฐานของการอนุรักษ์วัฒนธรรม และเอกลักษณ์ของความเป็นไทย จึงได้กำหนดสภาพสังคมไทยที่พึงประสงค์ โดยมุ่งพัฒนาสู่สังคมที่เข้มแข็งและมีคุณภาพใน 3 ด้าน คือ ด้านสังคมคุณภาพที่ยึดหลักความสมดุล ด้านสังคมแห่งภูมิปัญญา และ ด้านสังคมสมานฉันท์ เอื้ออาทรต่อกัน ในการพัฒนาประเทศจะยึดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญานำทางให้การพัฒนายึดทางสายกลาง อยู่บนพื้นฐานของความสมดุล พอดี และความพอประมาณ อย่างมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกัน เท่าทันโลก คนไทยส่วนใหญ่มีการศึกษา รู้จักเรียนรู้ต่อเนื่อง มีคุณธรรม ซื่อสัตย์สุจริต อยู่ในสังคมแห่งภูมิปัญญา การเรียนรู้ สามารถรักษาภูมิปัญญาท้องถิ่นควบคู่ไปกับการสืบสานวัฒนธรรมประเพณีที่ดีงาม ดำรงไว้ซึ่งคุณธรรม คุณค่าทางสังคมไทยที่มีความสมานฉันท์ อันจะเป็นรากฐานของการพัฒนาประเทศอย่างสมดุล มีคุณธรรม และมีความยั่งยืน

1.2 การเกษตรทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานพระราชดำริการเกษตรทฤษฎีใหม่ ซึ่งเป็นการจัดสรรที่ดินทำกินให้แก่เกษตรกรที่มีที่ดินจำนวนน้อย (ประมาณ 15 ไร่) โดยการแบ่งพื้นที่ออกเป็น 4 ส่วน ในสัดส่วน 30 - 30 - 30 - 10 ส่วนที่ 1 ร้อยละ 30 ขุดให้เป็นสระกักเก็บน้ำ ส่วนที่ 2

ร้อยละ 30 ให้เป็นพื้นที่ปลูกข้าว ส่วนที่ 3 ร้อยละ 30 ใช้เป็นพื้นที่ทำการเกษตรทางด้านอื่นเช่น ปลูกพืชไร่ ไม้ผล ไม้ผัก ส่วนที่ 4 ร้อยละ 10 จัดเป็นที่อยู่อาศัย โดยเชื่อว่าการเกษตรทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริ ซึ่งสอดคล้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงให้สามารถพึ่งตนเองได้ จะทำให้เกษตรกรมีรายได้สูงขึ้น

1.3 การรวมกลุ่มกันเพื่อช่วยตนเอง สาเหตุประการหนึ่งที่เกษตรกรยากจน เพราะขาดอำนาจการต่อรอง และขาดการรวมกลุ่ม หากเกษตรกรประชาชนในหมู่บ้านและชุมชนในเมือง จะเดินตามรอยพระยุคลบาทเศรษฐกิจพอเพียง โดยรวมกลุ่มกันเพื่อช่วยตนเอง ในรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งที่เหมาะสม เช่น เป็นสหกรณ์ เป็นกลุ่มสัจจะ เป็นกลุ่มส่งเสริมอาชีพ กลุ่มแม่บ้าน ก็เชื่อว่าจะสามารถแก้ปัญหาความยากจนได้

1.4 ความขยันหมั่นเพียร สาเหตุประการหนึ่งที่ทำให้คนไทยยากจน คือขาดความขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพการงาน คือประเภทหนักไม่เอา เบาไม่สู้ บางคนก็ท้อแท้ท้อถอย หมดอ้ายในชีวิต ขาดความวิริยะอุตสาหะ ขาดอิทธิบาท 4 ซึ่งได้แก่ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา

1.5 การมีชีวิตที่เรียบง่าย ไม่ฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือย การที่จะป้องกันความฟุ้งเฟ้อก็คือเดินตามรอยพระยุคลบาทเศรษฐกิจพอเพียง คือให้รู้จักพอ ไม่โลภ พอใจ ความสันโดษ และพอดี และมีขณิมาปฏิบัติหาหรือทางสายกลาง

1.6 การไม่มัวเมาหมกหมุ่นในอบายมุข ผู้ที่เดินตามรอยพระยุคลบาทเศรษฐกิจพอเพียง จะต้องเป็นผู้ที่มีสมาธิ อาชีพ คือมีอาชีพที่สุจริต และจะต้องมีความประพฤติชอบ ไม่ก่อความชั่วให้เป็นเครื่องทำลายตัวเองและทำลายผู้อื่น พยายามลดละความชั่วที่ตัวเองมีอยู่ การแก้ปัญหายากจนวิธีหนึ่ง คือการทำสงครามกับ สุรา การเที่ยวดื่ม เที่ยวบาร์คลับ คบคนชั่ว การพนันเกียจคร้าน ซึ่งผู้ที่เดินตามรอยพระยุคลบาทอย่างแท้จริง ควรจะต้องเป็นผู้ประพฤติดี ประพฤติชอบ เพราะผู้ที่ไม่มัวเมาหมกหมุ่นในอบายมุข เป็นผู้ที่ดีเดินตามทางแห่งความเสื่อม ความพินาศ ความฉิบหาย ซึ่งผิดกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนา และพระบรมราโชวาท

## 2. การประยุกต์ใช้เศรษฐกิจพอเพียง

กรมการพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย (2549 : 7) กล่าวว่า การประยุกต์ใช้เศรษฐกิจพอเพียงในระดับบุคคล และครัวเรือนเพื่อนำไปสู่ความสามารถในการพึ่งตนเอง และแก้ปัญหาความยากจน สามารถดำเนินการเป็นขั้นตอนได้

3 ระดับ คือ ระดับจิตสำนึก ระดับปฏิบัติ และระดับปฏิเวธ โดยมีรายละเอียดดังนี้

2.1 ระดับจิตสำนึก เพื่อให้เกิดการสร้างจิตสำนึก และปรับทัศนคติสู่การพึ่งตนเอง โดยสร้างความรู้ความเข้าใจ ในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอย่างจริงจัง ประเมินตนเอง เพื่อให้รู้จักตนเอง รู้ศักยภาพของตนเอง รู้ปัญหา หรือวิกฤตที่ประสบอยู่ เกิดความคิดพึ่งตนเอง โดยใช้ศักยภาพที่มีอยู่ แก้ปัญหาตั้งใจที่จะใช้ชีวิต อยู่อย่างพึ่งตนเอง พึ่งตนเองให้ได้ โดยลดความต้องการ และทำประโยชน์แก่ส่วนรวมมากขึ้น

2.2 ระดับปฏิบัติ เป็นแนวทางการปฏิบัติ เพื่อให้เกิดการพึ่งตนเอง แบ่งเป็น 4 ขั้นตอน คือขั้นตอนอยู่อย่างพึ่งตนเอง อยู่อย่างพอเพียง อยู่อย่างเอื้ออาทร และอยู่ดี ยั่งยืนด้วยการเรียนรู้

2.3 ระดับปฏิเวธ คือผลของการปฏิบัติ ผลจากการปฏิบัติเศรษฐกิจพอเพียงตามขั้นตอนดังกล่าวเกิดความพอเพียงในทุกระดับของการดำเนินชีวิต ทั้งครอบครัว ชุมชน และขยายไปถึงระดับสังคม

## 3. สามขั้นของการแก้ปัญหาความยากจน

เสรี พงศ์พิศ (2549 : 7-13) กล่าวถึง สามขั้นของการแก้ปัญหาความยากจน โดยมีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

3.1 รอด หมายถึง รอดจากความทุกข์ยาก ที่มีสาเหตุมาจากปัญหาสารพัดโดยเฉพาะปัญหาเศรษฐกิจ เป็นวงจรอุบาทว์ที่หาทางออกไม่ได้ โดยเฉพาะหนี้สิน รอดเป็นฐานคิดที่แตกต่างจากที่เป็นอยู่ปัจจุบัน ที่เน้นกันที่รวย โดยเริ่มจากการทำบัญชีรายจ่ายของครัวเรือน เพื่อจัดการชีวิต ให้มีระบบที่ทำให้รอด ไม่ไข่มุ่งให้รวย ด้วยการระเบิดจากข้างใน มาจากการเรียนรู้ ซึ่งถ้าเรียนรู้จริง ก็จะมีการเปลี่ยนแปลงจากภายใน ไม่ใช่ยึดยึดให้จากภายนอก การมาจากรายในต้องมาจากชุมชนที่ร่วมกันจัดการชีวิต จัดการเศรษฐกิจ จัดการหนี้สิน จัดการออม การผลิต การบริโภค การลงทุน สุขภาพ สิ่งแวดล้อม

3.2 พอเพียง หมายถึง การอยู่ดี กินพอดี ไม่เบียดเบียนตนเอง และผู้อื่น ไม่ทำลายธรรมชาติ มีคุณธรรม นำการทำมาหากิน และการอยู่ร่วมกัน มีความสุขตามอัตภาพ พอเพียงเป็นเรื่องของการจัดระเบียบสังคมให้มีระบบระเบียบ และโครงสร้างที่พอเพียง มีคุณธรรม ยุติธรรมกับทุกคน รวมถึงระบบการจัดการทุนท้องถิ่น ทุนทรัพยากร ทุนความรู้ และปัญญา ทุนทางสังคม ดังนั้นเพื่อให้เกิดการเติบโตทางเศรษฐกิจ เราจึงต้องกลับคืนสู่รากเหง้า เพื่อจะได้ค้นหาตัวแบบของความพอเพียง และหาทางสืบทอดอย่างเหมาะสม

การคืนสู่รากเหง้าไม่ใช่กลับไปหาอดีตเพื่ออยู่กับอดีต แต่เชื่อมอดีตกับปัจจุบันเพื่อพัฒนาไปข้างหน้าอย่างยั่งยืน

3.3 ยั่งยืน หมายถึงปัญหาส่วนใหญ่แก้ไขได้ แต่มักไม่ค่อยยั่งยืน เพราะเป็นการแก้ไขเฉพาะหน้า ความยั่งยืนจะต้องอยู่ได้อย่างมั่นคง มีหลักการกันว่าจะไม่ล้มลุกคลุกคลาน มีระบบเศรษฐกิจท้องถิ่นที่พึ่งตนเองของชุมชน และเครือข่าย สามารถจัดการอาหารอยู่ได้อย่างพอเพียง มีระบบระเบียบ และโครงสร้างที่มีหลักประกันสิทธิเท่าเทียมกันของผู้คน มีระบบโครงสร้างสังคมเศรษฐกิจที่มั่นคง สามารถยืนหยัดอยู่ได้ในยุคโลกาภิวัตน์ ปัจจัยสำคัญของการพัฒนาความยั่งยืนเหล่านี้ คือการเรียนรู้ ทำให้เกิดความรู้ ปัญหา และการจัดการทำให้เกิดระบบมากขึ้น

#### 4. การแก้ปัญหาโดยใช้ปัญญานำหน้า

เสรี พงศ์พิศ (2549 : 21-25) หมายถึง การแก้ปัญหาความยากจนถ้าใช้เงินก็จะได้โครงการ ถ้าใช้ปัญญาก็จะได้ระบบ อย่างแรกที่ใช้เงินก็จะเกิดเร็ว โตเร็ว ตายเร็ว อย่างหลังที่ใช้ปัญญาก็จะเกิดช้า โตช้า แต่มั่นคง และยั่งยืน ถ้าใช้เงินจะได้โครงการ ได้กิจกรรม แก้ปัญหาเฉพาะหน้า การใช้เงินนำหน้า จะมีลักษณะของระบบอุปถัมภ์ เป็นการแก้ปัญหาความยากจนแบบภาพฝัน ว่าอีกไม่นานจะไม่มีปัญหาความยากจนทุกคนจะมีรายได้ การใช้เงินกับอำนาจนำหน้าแก้ปัญหาความยากจนแบบอาณานิคมเป็นการรวบอำนาจไว้แต่เพียงผู้เดียวที่ตนเอง อาณานิคมยุคใหม่ ไม่สนใจให้ชาวบ้านได้เรียนรู้อดีตของตนเอง รากเหง้าของตนเอง การเรียนรู้อดีต หมายถึง จิตสำนึกทางประวัติศาสตร์ เรียนรู้สิ่งที่อดีตสร้างไว้ สะสมไว้ ถ่ายทอดมาให้ลูกหลาน ซึ่งไม่ใช่เพียงความรู้ภูมิปัญญา แต่รวมไปถึงทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งสร้างสรรค์ทางสังคม วัฒนธรรม ส่วนเรียนรู้คุณธรรม คือ ระบบคุณค่า ที่ปู่ตายายได้ใช้เพื่อให้เอาชีวิตรอด และอยู่ได้อย่างพอเพียงตลอดมา ทั้งหมดนี้เป็น ทุนท้องถิ่นที่ยิ่งใหญ่ที่จำเป็น เพื่อเป็นรากฐานให้งานแก้ปัญหาความยากจนมีรากมีเหง้า มีความมั่นคง และยั่งยืน การเรียนรู้จากรากเหง้าเช่นนี้ทำให้คนเกิดความเชื่อมั่นในตัวเอง และได้ความเชื่อมั่นที่สูญหายไปกลับคืนมา ซึ่งได้สูญหายไปกับสิ่งที่เรียกว่าการพัฒนา มาพร้อมกับบริบทแบบเกินพอดี ทำให้คนเป็นหนี้เป็นสินแบบไม่อาจหลุดออกจากวงจรอุปาทินได้ ในทางกลับกันถ้าใช้ปัญญาจะได้ระบบ เป็นระบบชีวิตของชุมชนที่ลุกขึ้นมาจัดการ การกิน การอยู่ การผลิต การบริโภค การออม การศึกษา การพัฒนาสาธารณสุข รวมทั้งทรัพยากร ธรรมชาติในท้องถิ่น โดยไม่ต้องรอให้รัฐ หรือหน่วยงานไหน มาช่วยเหลือ และชี้แนะให้ทำเพียงเพราะมีเงินหรืองบประมาณมาให้ ซึ่งการ

มีระบบ มีลักษณะ มีความเชื่อมโยงความสัมพันธ์ ปฏิสัมพันธ์ระหว่างปัจจัย หรือองค์ประกอบชีวิตของชุมชน สามารถขับเคลื่อนได้ด้วยตัวเอง การแก้ปัญหาความยากจนอย่างยั่งยืน จำเป็นต้องส่งเสริมสนับสนุนให้เกิดระบบที่เกิดได้ด้วยการเรียนรู้ และปัญญา ถ้ามีความรู้มีปัญญา แม้มีทรัพยากรน้อยก็จะมีมากขึ้น ซึ่งการแก้ปัญหาความยากจนแบบใช้เงินนำหน้านั้น มีแต่จะทำให้คนยากจนลงไปอีก ทำให้ปัญหา มีความซับซ้อนมากยิ่งขึ้น ส่งผลกระทบให้แก่ปัญหาอย่างมากยิ่งขึ้น เพราะไปตอกย้ำความเข้าใจในอดีตหลายสิบปีที่ผ่านมาว่าการพัฒนา หมายถึงการทำโครงการ ทำกิจกรรม สร้างอาชีพ สร้างรายได้ แต่ที่จริงแล้ว การสร้างระบบต่างหากที่ยาก ถ้ากิจกรรมไม่มีความเชื่อมโยงกันเป็นระบบ และไม่เชื่อมโยงกันเป็นระบบใหญ่ของท้องถิ่น สุดท้ายก็จะไปไม่รอด ปัญหาของการพัฒนาปัจจุบันนี้เน้นปัญหาของกระบวนการ โดยเฉพาะของผู้คน ผู้บริหารประเทศที่ยังหวังผลประโยชน์ทางการเมือง ถ้าปรับแก้วิธีทำ ไม่ปรับวิธีคิด ไม่ปรับคุณค่า และเป้าหมายของการพัฒนาเพื่อความอยู่เย็นเป็นสุข หรือเพื่ออยู่อย่างพอเพียง ไม่ใช่เพื่อรวย ไม่ใช่ใจความจริง ไม่ใช่ใจศักยภาพของท้องถิ่น ไม่ศรัทธาในพลังของชุมชน ผลักดันเป็นอย่างที่เป็นมา และไม่สามารถแก้ไขความยากจนได้อย่างยั่งยืน

สรุปได้ว่าเศรษฐกิจพอเพียง คือเศรษฐกิจที่สามารถช่วยเหลือตัวเอง ให้มีความพอเพียงกับตัวเอง (Self-Sufficiency) และอยู่ได้โดยไม่ต้องเดือดร้อน โดยสร้างรากฐานทางด้านเศรษฐกิจของตนเองแบบค่อยเป็นค่อยไป หลังจากนั้นค่อยขยายให้เติบโตโดยสามารถพึ่งตนเองได้ การนำเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการแก้ปัญหาความยากจนปัญหาความยากจนเป็นหลักสำคัญ เพราะคนส่วนใหญ่ซึ่งเป็นคนในชนบทยังมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ไม่พอเพียง แต่การแก้ไขปัญหาคือความยากจนเป็นนโยบายของรัฐบาลตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา การแก้ไขปัญหาคือความยากจนไม่ใช่เป็นหน้าที่ของรัฐบาลเพียงฝ่ายเดียว แต่ทุกคนต้องร่วมมือกันจึงจะสำเร็จ ชีวิตที่พอเพียงจึงควรจะต้องเริ่มจากตนเองก่อน ซึ่งเศรษฐกิจพอเพียงระดับบุคคล คือความสามารถในการดำเนินชีวิตได้อย่างไม่เดือดร้อนมีความเป็นอยู่อย่างประมาณตนตามอัตภาพ ขยายผลไปสู่ครอบครัว เศรษฐกิจพอเพียงระดับครอบครัว คือการพอมีพอกินไม่ฟุ้งเฟ้อ และไม่ขัดสนนัก ส่วนเศรษฐกิจพอเพียงในระดับชุมชนคือ ชุมชนมีความเข้มแข็งสามารถพึ่งพาตนเองได้ ประชาชนมีการรวมกลุ่มทางด้านเศรษฐกิจ เพื่อต่อรองผลประโยชน์ที่เป็นธรรม ไม่โดนเอาเปรียบ ซึ่งการแก้ไขปัญหาคือ



ความยากจนด้วยความพอเพียงด้วยการเดินทางสายกลาง สามารถประยุกต์นำไปใช้ได้ทุกอาชีพ ยึดหลักการพอประมาณ พอใจ มีความเมตตาเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกันประกอบสัมมาชีพด้วยความขยันหมั่นเพียร ซื่อตรง ไม่กลายเป็นทาสของอบายมุข ซึ่งทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวพระราชดำริในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวที่ได้ทรงทำการทดลองด้วยพระองค์เอง

#### 4. บทสรุป

ที่ผ่านมารัฐบาลไทยได้มีความพยายามในการแก้ไขปัญหาความยากจนหลากหลายรูปแบบ ตั้งแต่การใช้การพัฒนาตามหลักเศรษฐกิจแบบกระแสหลัก (ทุนนิยม) ที่ก่อให้เกิดความยากจนเป็นอย่างมาก และเมื่อได้รับรู้ถึงสาเหตุของความยากจนแล้ว จึงได้นำมาวิเคราะห์และนำมาประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหา โดยการแก้ไขปัญหาคือความยากจนด้วยหลักเศรษฐกิจพอเพียง น่าจะเป็นทางเลือกในการแก้ไขปัญหาความยากจน ลดความเหลื่อมล้ำได้ดีที่สุด เนื่องจากหลักเศรษฐกิจพอเพียงมุ่งเน้นให้ผู้ผลิต หรือผู้บริโภค พยายามเริ่มต้นผลิต หรือบริโภค ภายใต้ขอบเขต ข้อจำกัดของรายได้หรือทรัพยากรที่มีอยู่ไปก่อน ซึ่งคือหลักในการลดการพึ่งพา เพิ่มขีดความสามารถในการควบคุมการผลิตได้ด้วยตนเอง และลดภาวะเสี่ยงจากการไม่สามารถควบคุมระบบตลาดได้ รวมถึงยังสามารถนำไปสู่เป้าหมายของการสร้างความมั่นคงในทางเศรษฐกิจได้ เพราะโดยพื้นฐานแล้วประเทศไทยเป็นประเทศเกษตรกรรม เศรษฐกิจของประเทศจึงควรเน้นที่เศรษฐกิจการเกษตร เน้นความมั่นคงทางอาหาร เป็นการสร้างความมั่นคงให้กับระบบเศรษฐกิจ และเป็นระบบเศรษฐกิจที่ลดความเสี่ยง หรือความไม่มั่นคงในระยะยาวได้อันจะนำไปสู่การแก้ไขปัญหาความยากจนอย่างยั่งยืนต่อไป

#### 5. เอกสารอ้างอิง

##### ภาษาไทย

- กรมการพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย. (2549). **คู่มือปฏิบัติการ เศรษฐกิจพอเพียงในชุมชน เพื่อยกระดับรายได้ครัวเรือน**. สำนักส่งเสริมวิสาหกิจชุมชน กรมการพัฒนาชุมชน. กรุงเทพฯ: สำนักส่งเสริมวิสาหกิจชุมชน กรมการพัฒนาชุมชน.
- ณรงค์ เพ็ชรประเสริฐ. (2545). **คนจนไทยในภาวะวิกฤต**. กรุงเทพฯ : ศูนย์ศึกษาเศรษฐศาสตร์การเมือง.
- บุญเสริม บุญเจริญผล. (2543). **แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง**, วิชาการการเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกริก. (1 มกราคม-มิถุนายน).

พิทยา ว่องกุล. (2542). **ยุทธศาสตร์ชุมชนชนาธิปไตย การสร้างชุมชนแบบองค์รวมและเครือข่ายในยุทธศาสตร์ประเทศไทย 1999-2000**. กรุงเทพฯ : อัมรินทร์ บุ๊ค เซ็นเตอร์.

พีระ เจริญพร. (2560). **กบฏกรายได้ปานกลาง**. ค้นจาก <http://www.knowledgefarm.in.th/report-literature-review-on-mit>.

สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาแห่งประเทศไทย. (2546). **สถานการณ์ความยากจนในประเทศไทย**. ค้นจาก <http://www.tdri.or.th/poverty/report1>.

สมพร เทพสิทธา. (2546). **การเดินทางรอยพระยุคลบาท เศรษฐกิจพอเพียงช่วยแก้ปัญหาความยากจนและการทุจริต**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ศรีเมืองการพิมพ์.

สรเสรีญ วงศ์ชะอุ่ม. (2544). **เศรษฐกิจพอเพียง: พื้นฐานสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน**. กรุงเทพฯ: เพชรรุ่งการพิมพ์.

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2554). **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559)**. กรุงเทพฯ: สำนักนายกรัฐมนตรี.

สุนทร กุลวัฒน์วรพงศ์. (2544). **ตามรอยพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง**. กรุงเทพฯ: ชมรมเด็ก.

สุเมธ ดันติเวชกุล. (2541). **การดำเนินชีวิตในระบบเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ**. กรุงเทพฯ: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

เสรี พงศ์พิศ. (2549). **เศรษฐกิจพอเพียงการพัฒนาที่ยั่งยืน**. กรุงเทพฯ: เจริญวิทย์การพิมพ์.

##### ภาษาอังกฤษ

World Bank. (2001). **World Development Report 2000/2001: Attacking Poverty**, Washington: Oxford University Press.