

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิทยาศาสตร์ทั่วไป คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัยไว้ดังนี้

5.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิทยาศาสตร์ทั่วไป คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่ม

5.2 สมมติฐานการวิจัย

นักศึกษามีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคเพิ่มมากขึ้น หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

5.3 ขอบเขตการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็น นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิทยาศาสตร์ทั่วไป คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวนทั้งหมด 85 คน โดยกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิทยาศาสตร์ทั่วไป กลุ่มเรียน 02 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวนทั้งหมด 40 คน

เนื้อหาการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สร้างกิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค จำนวนกิจกรรมทั้งสิ้น 10 กิจกรรม ซึ่งกิจกรรมการเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคแบ่งเป็น 4 ด้านคือ ด้านการควบคุมสถานการณ์, ด้านการพยายามแก้ไข ปัญหา, ด้านการมองโลกในแง่ดี และด้านการอดทน โดยผู้วิจัยได้พัฒนาและปรับปรุงจากชุดกิจกรรม ของ อสมมา มาตยาบุญ (2550) และสุรีย์พันธ์ ยูรี (2551) และได้ผ่านการตรวจสอบความสอดคล้องของเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน

5.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ ชุดกิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค และแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค

5.5 สรุปผลการวิจัย

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลสามารถสรุปได้ดังนี้

การศึกษาเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ในระยะก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ของนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างระหว่างก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มชุดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 แสดงให้เห็นว่า หลังจากที่นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มชุดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า

ด้านที่ 1 ด้านการควบคุมสถานการณ์ นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคระหว่างก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 แสดงให้เห็นว่าหลังจากที่นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มชุดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคด้านการควบคุมสถานการณ์เพิ่มขึ้นในระดับที่สูงขึ้น

ด้านที่ 2 ด้านการพยายามแก้ไขปัญหา นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคระหว่างก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01แสดงให้เห็นว่าหลังจากที่นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มชุดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคด้านการพยายามแก้ไขปัญหเพิ่มขึ้นในระดับที่สูงขึ้น

ด้านที่ 3 ด้านการมองโลกในแง่ดี นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคระหว่างก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 แสดงให้เห็นว่าหลังจากที่นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มชุดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคด้านการมองโลกในแง่ดีเพิ่มขึ้นในระดับที่สูงขึ้น

ด้านที่ 4 ด้านการอดทน นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคระหว่างก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 แสดงให้เห็นว่าหลังจากที่นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มชุดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคด้านการอดทนเพิ่มขึ้นในระดับที่สูงขึ้น

5.6 อภิปรายผล

การวิจัยเรื่องการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาวิทยาศาสตร์ทั่วไป คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ซึ่งผลการวิจัยสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

จากการเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มชุดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มชุดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 แสดงให้เห็นว่า หลังจากทีนักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มชุดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม หรือกล่าวได้ว่ากิจกรรมกลุ่มสามารถเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักศึกษาได้ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยที่ว่า นักศึกษามีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคเพิ่มมากขึ้น หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่า การจัดกิจกรรมกลุ่มมีผลต่อการคิดการตัดสินใจในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค สามารถพัฒนาการคิดการตัดสินใจในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคให้สูงขึ้นได้ ทั้งนี้ เพราะกิจกรรมกลุ่ม เป็นกระบวนการที่มุ่งเสริมสร้างพัฒนาให้ผู้เรียนได้เกิดการเรียนรู้ สามารถค้นพบศักยภาพของตนเองที่สอดคล้องกับความเป็นจริง ทำให้ได้รู้จักตนเองและเข้าใจในตนเอง เข้าใจสิ่งแวดล้อม เป็นบุคคลที่มีคุณภาพ มีทักษะในการดำเนินชีวิต สามารถปรับเปลี่ยนตนเองให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับที่ อสมา มาตยาบุญ (2550 : 53) ได้อธิบายไว้ว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นเครื่องมือในการนำสมาชิกไปสู่การเรียนรู้ด้วยประสบการณ์ของตนเอง อันก่อให้เกิดการรู้จักและเข้าใจ เกิดการยอมรับตนเองอย่างแท้จริง จนสามารถแก้ไขปัญหาคความขัดแย้งในจิตใจของตนเอง

ตลอดจนสามารถพัฒนาตนเองให้มีความเจริญงอกงามทางจิตใจได้ ซึ่ง อรุณรัตน์ จากถิ่น (2548 : 113) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมกลุ่มมีผลต่อการคิดการตัดสินใจในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค โดยอาศัยเทคนิควิธีการการจัดกิจกรรมกลุ่มที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ทำให้สมาชิกกลุ่มได้มีส่วนร่วมในการปฏิบัติกิจกรรม ร่วมกันวิเคราะห์ อภิปราย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน แล้วนำมาสรุปในการสร้างทางเลือกที่เหมาะสม ทำให้ผู้เรียนมีโอกาสฝึกฝนและพัฒนาตนเอง ด้วยการปฏิบัติจริง ได้เรียนรู้ผลการกระทำของตนเองและผู้อื่นจากข้อมูลย้อนกลับของคนอื่นๆในกลุ่ม ทำให้สามารถนำเอาประสบการณ์ที่ได้รับไปพัฒนาตนเองในด้านต่างๆที่ยังบกพร่องให้ดีขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับที่ คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530 : 137 - 145) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีที่ดี เป็นการเรียนรู้โดยการปฏิบัติจริง สามารถช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความซาบซึ้ง และพึงพอใจที่จะเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงตนเอง กิจกรรมกลุ่มเป็นการนำเอาประสบการณ์มาวางแผน แลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน มีการปฏิสัมพันธ์กันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม นอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มยังสามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานด้านจิตใจของบุคคล เช่น ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ความต้องการยอมรับจากหมู่คณะ และยังช่วยเสริมสร้างพัฒนาการทางอารมณ์ สังคม เมื่อบุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีการทำกิจกรรมร่วมกัน จะมีสัมพันธภาพซึ่งกันและกัน จึงเป็นโอกาสให้ได้ทำความเข้าใจตนเองและสมาชิกภายในกลุ่มด้วย นอกจากนี้ลักษณะของกิจกรรมกลุ่มมุ่งให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จักตนเองและผู้อื่นผ่านกิจกรรมที่ได้ปฏิบัติร่วมกัน ดังที่ สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ (2547 : 124 - 125) ได้กำหนดวัตถุประสงค์การจัดการเรียนรู้โดยกระบวนการกลุ่ม ดังนี้

1. เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและมีบทบาทในการเรียนจะช่วยให้ผู้เรียนมีความพร้อม มีความกระตือรือร้น และมีความสุขในการเรียน
 2. เพื่อพัฒนาผู้เรียนทางด้านวิชาการและทักษะทางสังคม เช่น ทักษะมนุษยสัมพันธ์ทักษะกระบวนการกลุ่ม เป็นต้น
 3. เพื่อเตรียมผู้เรียนให้สามารถดำรงชีวิตในสังคมประชาธิปไตยได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า วัตถุประสงค์ของกิจกรรมกลุ่ม คือ เพื่อพัฒนาส่งเสริมบุคคลให้รู้จักตนเองและผู้อื่นตลอดถึงการเรียนรู้ที่ปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมและบุคลิกภาพที่บกพร่องและสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่ดี

และจากที่ผู้วิจัย ได้นำเอาเทคนิควิธีการในการจัดกิจกรรมกลุ่มมาใช้ในครั้งนี่คือ เกม คลิป วิดีโอ ภาพยนตร์ กรณีตัวอย่าง เรื่องเล่าจากประวัติของบุคคล บทบาทสมมติ บทความ เพลง การอภิปรายกลุ่มย่อย เป็นต้น ช่วยให้มีความสะดวกต่อการทำความเข้าใจ ซึ่งแต่ละกิจกรรมประกอบด้วย ใบงาน ใบความรู้ ที่ได้สอดแทรกเนื้อหาเกี่ยวกับการคิดตัดสินใจในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคที่ใกล้เคียงความเป็นจริงเป็นเรื่องใกล้ตัว เหมาะสมกับวัย มีประโยชน์ น่าสนใจ ทำทาย และสนุกสนาน เป็นการกระตุ้นให้ผู้เรียนมีความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมยิ่งขึ้น เพราะแต่ละกิจกรรมสามารถเชื่อมโยงสิ่งที่เรียนรู้ใหม่กับความรู้เดิมของผู้เรียนได้ ทำให้ผู้เรียนสามารถมองเห็นปัญหาและแนวทางการคิดตัดสินใจในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ตามคุณลักษณะที่พึงประสงค์ได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กัมพล เจริญรักษ์ (2550 : บทคัดย่อ) ได้พัฒนาชุดฝึกความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคหลังเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มขึ้นจากก่อนเข้าร่วมกิจกรรม

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วน อสมมา มาตยาบุญ (2550 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเรยีนาเชลีวิทยา ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค เพิ่มขึ้นหลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุรีย์พันธ์ ยური (2551 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการใช้กิจกรรมแนะแนวที่ประยุกต์จากความคิดพื้นฐานของ เมก้าสกลิสต์เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 34 ผลการวิจัยพบว่า หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวที่ประยุกต์จากความคิดพื้นฐานของเมก้าสกลิสต์ นักเรียนมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับ อภิสิทธิ์ ปุ้ยฝ้าย (2554 : บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคและการสร้างเป้าหมายในการเรียนของ นักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคและการสร้างเป้าหมายในการเรียน หลังเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มขึ้นก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วน ฉันทันรา ดีสม (2554 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมความคิดเชิงบวกที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัยพบว่า หลังการเข้าร่วมโปรแกรมความคิดเชิงบวก กลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับงานวิจัยของ ชัตติยา น้ายาทอง (2554 : 132) ได้ทำการศึกษาและพัฒนาความสามารถในการการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค(AQ) ของนักศึกษา สาขาวิชาสถิติประยุกต์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี โดยใช้กิจกรรมกลุ่มแบบเพื่อนช่วยเพื่อน ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาสาขาวิชาสถิติประยุกต์มีระดับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคก่อนข้างสูง คะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคก่อนและหลังเข้ารับโครงการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคโดยใช้กิจกรรมกลุ่มแบบเพื่อนช่วยเพื่อน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดังนั้นจึงสามารถสรุปได้ว่ากิจกรรมกลุ่มสามารถเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักศึกษาได้ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านผลการศึกษาพบว่า

ด้านที่ 1 ด้านการควบคุมสถานการณ์ นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคระหว่างก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่าหลังจากที่นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มชุดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค นักศึกษามีความสามารถ ในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคด้านการควบคุมสถานการณ์เพิ่มขึ้นในระดับที่สูงขึ้น โดยในกิจกรรมที่ 1 ผู้วิจัยได้กระตุ้นให้นักศึกษาได้ทบทวนตัวเองอย่างอิสระจากการฟังบทความเรื่อง ฉันทันรา ดีสม (2549 : 40) ทักษะที่ 1 คือ “ความเชื่อมั่น” เด็กที่มีความมั่นใจในตนเองจะเป็นคนที่ชอบทำอะไรใหม่ๆ ที่ท้าทายความสามารถของตัวเอง ถ้าเข้าหาผู้คน คนคนใหม่ มีระบบระเบียบในการทำงาน มีความมั่นใจสูง สู้งาน ไม่ปฏิเสธงานที่ต้องใช้ความบากบั่น มีความคิดอ่านกว้างไกลลึกซึ้ง อะไรที่ท้าทายความสามารถ

ก็จะเป็นที่ตั้งใจ ยิ่งยากยิ่งดี พื้นฐานของความมั่นใจในตนเองอยู่ที่ความรู้สึกที่ว่า ตนเป็นผู้ที่ยอมรับนับถือของตนเองและผู้อื่นด้วย ทำให้มนุษย์รู้สึกว่าคุณทำได้ เพื่อที่จะ “มี” “เป็น” หรือ “อยู่” ได้ในสังคมของตนอย่างดีและมีความสุข ดังที่ คັນสนีย์ ฉัตรคุปต์ (2544 : 114) อธิบายไว้ว่าคุณลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ต้องมีความเชื่อมั่นในตนเอง (self - Confidence) หมายถึง คนที่เชื่อว่าตนเองสามารถ การทำในสิ่งที่ตั้งความมุ่งหวังไว้ได้จนสำเร็จ บุคคลประเภทนี้มีลักษณะพึ่งตนเอง ไม่กลัวความผิดพลาดเมื่อทำผิดไปแล้ว ถือเอาความผิดพลาดนั้นเป็นบทเรียนเพื่อสอนให้ทำในสิ่งที่ถูกต้องต่อไป และในกิจกรรมที่ 2 ผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มให้นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างได้ร่วมกันอภิปรายเล่าปัญหาของตนเองให้สมาชิกในกลุ่มฟัง และสมาชิกภายในกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์แยกแยะว่าอุปสรรคใดเป็นอุปสรรคที่สามารถควบคุมได้ อุปสรรคใดเป็นอุปสรรคที่ไม่สามารถควบคุมได้และร่วมกันหาแนวทางแก้ไข พร้อมทั้งสรุปและนำเสนอหน้าชั้นเรียน รวมทั้งให้นักศึกษาอ่านบทความแล้ววิเคราะห์เพื่อตอบคำถาม ซึ่งสอดคล้องกับที่ Stoltz (1997 : 31) ได้เสนอแนวทางการปฏิบัติในการส่งเสริมความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค โดยวิธีสนทนาติดต่อกัน กล่าวคือ เมื่อได้สนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับบุคคลอื่น จะทำให้เกิดแนวคิดใหม่และเรียนรู้สภาวะของมนุษย์ในปัจจุบันได้อย่างดีขึ้น และโดยวิธีการอ่านซึ่งเป็นการพัฒนาทางความคิดของมนุษย์สามารถเรียนรู้ได้ด้วยการอ่าน การศึกษาค้นคว้าไม่ว่าจะเป็นการอ่านหนังสือพิมพ์ นิตยสารหรือหนังสืออื่นๆซึ่งทำให้เห็นข้อแตกต่างของมนุษย์เมื่อต้องเผชิญปัญหาและอุปสรรคว่าจะมีวิธีการแก้ไขปัญหาอย่างไร ซึ่งก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคอยู่ในระดับปานกลาง แต่หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มพบว่านักศึกษามีความสามารถ ในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคอยู่ในระดับที่สูงขึ้น

ด้านที่ 2 ด้านการพยายามแก้ไขปัญหา นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ระหว่าง ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่าหลังจากที่นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มชุดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค นักศึกษามีความสามารถ ในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคด้านการพยายามแก้ไขปัญหามากขึ้นในระดับที่สูงขึ้น ซึ่งจากงานวิจัย ในกิจกรรมที่ 3 และ 4 ความเข้าใจและความรับผิดชอบ และในกิจกรรมที่ 5 การจัดการกับอุปสรรคเรื่องทางออก ผู้วิจัยจัดกิจกรรมโดยการนำเกมและการอภิปรายกลุ่มเกี่ยวกับสถานการณ์เรื่องความเข้าใจและความรับผิดชอบให้นักศึกษาคิดวิเคราะห์ทำความเข้าใจรู้สึก การหาสาเหตุของปัญหาและนำไปสู่การเสนอแนวทางการแก้ปัญหา จากนั้นในครั้งถัดไปให้นักศึกษาไปคิดสถานการณ์เกี่ยวกับความเข้าใจและความรับผิดชอบ เพื่อนำเสนอเป็นบทบาทสมมติ ทั้งนี้จะเห็นได้ว่าในชุดกิจกรรมกลุ่มที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีกิจกรรมที่ค่อนข้างหลากหลาย เช่น เกม บทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง การอภิปรายกลุ่ม เป็นการฝึกให้นักศึกษารู้จักคิดเกี่ยวกับเหตุการณ์ต่างๆในหลายแง่มุมที่แตกต่างจากการเรียนการสอนแบบปกติ ส่งผลให้นักศึกษารู้สึกผ่อนคลายสนุกสนานและเปิดใจในการร่วมทำกิจกรรม ซึ่งสอดคล้องกับ ประสาท อิศปริดา (อ้างถึงใน อภิสิทธิ์ ปุยฝ้าย, 2554) ได้อธิบายไว้ว่า การจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยการสอนทางอ้อม เกม กรณีศึกษา กรณีตัวอย่าง บทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง การอภิปรายกลุ่มเป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่มีความหลากหลายเป็นลักษณะองค์รวมทำให้เกิดการพัฒนาเจริญงอกงามได้

ด้านที่ 3 ด้านการมองโลกในแง่ดี นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคระหว่าง ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่าหลังจากที่นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มชุดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคด้านการมองโลกในแง่ดีเพิ่มขึ้นในระดับที่สูงขึ้น ซึ่งจากงานวิจัยในกิจกรรมที่ 6 เนื้อหาเรื่องของผู้หญิงที่ชื่อ เลน่า มาเรีย ผู้เขียนบันทึกปลายเท้า (Foot notes) เป็นการสร้างความพร้อมให้ผู้เรียนรู้จักวิธีการมองโลกในแง่ดีอย่างเหมาะสม โดยมองว่าปัญหานั้นมีจุดจบและมีแนวทางแก้ไข ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการมองโลกในแง่ดีของ Seligman (อ้างถึงใน อสมามาตยาบุญ, 2550 : 55) ได้อธิบายว่า มีความแตกต่างกันมากระหว่างกลุ่มคนที่มองว่าอุปสรรคที่เกิดขึ้นนั้นเป็นเพียงสิ่งชั่วคราวกับกลุ่มคนที่มองว่าอุปสรรคที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่ถาวรแก้ไขได้ยาก ซึ่งบุคคลที่มีด้านนี้สูง แสดงว่าเป็นผู้มองโลกในแง่ดี คิดว่าอุปสรรคที่เกิดขึ้นจะหายไปได้ สามารถพบกับแสงอันสว่างไสวในปลายทางอุโมงค์ ไม่ว่าอุโมงค์นั้นจะยาวไกลแค่ไหน บางครั้งคนเราก็ต้องมีช่วงชีวิตที่อับเฉา แต่เมื่อผ่านพ้นได้ก็พบว่าเราได้รับประสบการณ์ที่ทำทลายมากมายในชีวิต และในกิจกรรมที่ 7 มุมมองของฉันทน์ เป็นเกมที่ทำให้ผู้เรียนได้อภิปรายโดยใช้แต้มของลูกเต๋าและกติกาของเกมเป็นตัวสื่อให้ผู้เรียนตระหนักถึงพลังความคิดที่ส่งผลถึงอารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรม ซึ่งเป็นการวิเคราะห์เปรียบเทียบให้ข้อคิด ทำให้ผู้เรียนเห็นประโยชน์ในการมองโลกอย่างเหมาะสมเมื่อต้องเผชิญปัญหาอุปสรรค ซึ่งสอดคล้องกับ พล แสงสว่าง (อ้างถึงใน ปิยะวดี ลิ้มหะบำรุง, 2547 : 52) กล่าวว่า เกมเป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญยิ่งต่อการฝึกทักษะ และช่วยให้เกิดความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเรียน ส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ ก่อให้เกิดแง่คิดและแนวคิดใหม่ๆ

ด้านที่ 4 ด้านการอดทน นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ระหว่าง ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่าหลังจากที่นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มชุดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคด้านการอดทนเพิ่มขึ้นในระดับที่สูงขึ้น ในกิจกรรมที่ 8 ความอดทน พากเพียรอดสาหะ เรื่องตนเป็นที่พึ่งแห่งตน เพื่อให้ผู้เรียนมีความอดทน พากเพียรอดสาหะ พยายาม มุ่งมั่น เพื่อให้งานที่ทำนั้นประสบความสำเร็จ โดยการปิดตำร่อยลูกปัดและต้องหาลูกปัดที่มีลักษณะตรงกับที่ตนเองจับสลากได้ จากการทำกิจกรรมพบว่าในบางครั้งผู้เรียนถูกเข็มที่ร้อยลูกปัดแทงมือ ทำให้ผู้เรียนนึกถึงคนตาบอด และการที่จะร้อยลูกปัดให้สำเร็จต้องอาศัยความอดทน พากเพียรพยายาม มุ่งมั่นและตั้งใจจนสำเร็จ ถึงแม้ว่าจะเจออุปสรรคก็ต้องพยายามอดทนจนกว่าจะถึงเป้าหมาย ดังที่ทักษะนิสัยคู่ชีวิต (อ้างถึงใน สายฤดี วรกิจโภคอาทร, 2549 : 40) ทักษะที่ 6 คือ Perseverance หรือ “ความพากเพียรอดสาหะ” ความอดสาหะเป็นทักษะที่จะช่วยเด็กมีกิจนิสัยไม่ทอดทิ้งอะไรกลางคัน ไม่รามืออะไรง่าย ๆ ทำอะไรแล้วต้องทำให้เสร็จสมบูรณ์ ความอดสาหะหมายถึงอะไรซึ่งมากกว่าปกติ นั่นคือ ความแตกต่างระหว่างผู้ที่เพียรพยายามกับผู้ที่ประสบความสำเร็จ ส่วนกิจกรรมที่ 9 ผู้วิจัยนำภาพยนตร์ที่เกี่ยวข้องกับบุคคลที่เผชิญกับอุปสรรคแล้วให้ผู้เรียนได้คิดวิเคราะห์ อภิปรายถึงเหตุการณ์ที่เป็นอุปสรรคและพฤติกรรมการแก้ปัญหาหรือการเผชิญกับอุปสรรคของตัวละครในภาพยนตร์ จากนั้นให้ผู้เรียนนำเสนอหน้าชั้นเรียน ซึ่งการที่ผู้เรียนได้ชมภาพยนตร์นั้นทำให้ผู้เรียนได้มีโอกาสเห็นพฤติกรรมที่

เกิดขึ้นจริงผ่านตัวละคร เห็นสถานการณ์ที่ตัวละครเผชิญและเห็นวิธีการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคของตัวละคร ซึ่งในหลายสถานการณ์สามารถเกิดขึ้นได้ในชีวิตของผู้เรียน ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดแรงจูงใจหรือเป็นการสร้างแรงบันดาลใจในการที่จะลุกขึ้นมาต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับที่ Stoltz (1997 : 31) ได้เสนอแนวทางปฏิบัติในการส่งเสริมความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ซึ่งเกี่ยวกับสื่อโทรทัศน์ วิทยุ การดูละคร การฟัง การพูด การแสดงสีหน้าท่าทางของตัวละคร การปรับอารมณ์ของตัวละครจะเป็นกระจกสะท้อนมาสู่ตัวเราได้ ซึ่งจะทำให้เราเกิดแนวคิดและสามารถตั้งคำถามกับตนเองได้ เมื่อเกิดเหตุการณ์เหมือนในตัวละครที่เราดู

ในกิจกรรมที่ 10 เป็นกิจกรรมปัจฉิมนิเทศ เริ่มกิจกรรมด้วยการให้ผู้เรียนฟังเพลงและร่วมกันร้องเพลง Live and learn และให้แต่ผู้เรียนละกลุ่มร่วมกันคิดวิเคราะห์เนื้อหาของเพลงว่าสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร จากนั้นให้ผู้เรียนสรุปกิจกรรมทั้งหมดที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและร่วมกันอภิปราย ถึงการนำความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคไปใช้ในการดำเนินชีวิต ซึ่งเป็นการประมวลความรู้ ความเข้าใจทั้งหมดเกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ซึ่งผู้เรียนได้สรุปว่า การได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคนี้ ทำให้ผู้เรียนได้รับข้อคิด แนวทางปฏิบัติตน และประโยชน์หลายประการในการนำไปปรับใช้กับชีวิตของตนเอง ซึ่งจะเห็นได้ว่ากิจกรรมกลุ่มมีผลต่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาตนเอง ดังที่ ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (อ้างถึงใน อรุณรัตน์ จากถิ่น , 2548 : 115) ได้อธิบายไว้สรุปได้ว่า เนื่องจากกิจกรรมกลุ่มเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วม ได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมต่างๆด้วยตนเอง ได้เรียนรู้ผลการกระทำของตนเองและผู้อื่นจากข้อมูลย้อนกลับของสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่ม ซึ่งทำให้ผู้เรียนสามารถนำเอาประสบการณ์ที่ได้รับไปพัฒนาตนเองในด้านต่างๆที่ยังบกพร่องให้ดีขึ้น

5.7 ข้อเสนอแนะ

5.7.1 สามารถนำชุดกิจกรรมกลุ่มความสามารถ ในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ไปใช้ในการดำเนินการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาผู้เรียนในชั้นเรียนให้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ได้ และหลังจากเสร็จสิ้นการทำกิจกรรมกลุ่ม แล้ว ผู้สอนควรมีการติดตามผลระยะยาวเพื่อศึกษา ความคงทนถาวรของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของผู้เรียน

5.7.2 ควรมีการทำวิจัย เกี่ยวกับการเปรียบเทียบความสามารถ ในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคจากตัวแปรอื่นๆ เช่น ความฉลาดทางสติปัญญา ความฉลาดทางอารมณ์ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ลักษณะมุ่งสัมฤทธิ์ เพศ อายุ เป็นต้น เพื่อให้เกิดความหลากหลายซึ่งอาจนำมาเป็นตัวพยากรณ์ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคได้

5.7.3 ในสถาบันการศึกษา ครูอาจารย์ควรจัดสรรเวลาให้ผู้เรียนได้ มีการทำ กิจกรรมกลุ่มร่วมกันกับเพื่อนร่วมชั้น เป็นการส่งเสริมให้ผู้เรียนได้มีโอกาสพูดคุยระบายนปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิต ได้แสดงความคิดเห็น ทำความเข้าใจปัญหา วิเคราะห์เกี่ยวกับปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นทั้ง

ของตนเองและผู้อื่น รวมทั้งได้ร่วมกันเสนอแนะแนวทางแก้ปัญหาและอุปสรรค ซึ่งเป็นการฝึกฝนให้
ผู้เรียนได้มีการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค