

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ทุกชีวิตต้องต่อสู้ดิ้นรนเพื่อความอยู่รอดในสังคม แต่ละชีวิตมีปัญหาที่เกิดขึ้นมากมาย ทำให้หลาย ๆ ฝ่ายหันมาให้ความสำคัญที่ตัวบุคคลและช่วยเหลือพัฒนาให้ปรับตัวทันต่อสภาพของโลกที่เปลี่ยนแปลงไป การช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวเพื่อดำรงชีวิต อยู่ในสังคมได้นั้น ทางหนึ่งก็คือการให้การศึกษาในรูปแบบต่าง ๆ ตามสถาบันการศึกษา หรือกล่าวได้ว่าการจัดเตรียมบุคคลให้อยู่ได้ในสังคมโดยการจัดให้มีการฝึกอบรม เพื่อให้มีความรู้และทักษะในการดำรงชีวิต นั้นยังไม่ใช่การเพียงพอที่จะทำให้บุคคลมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ควรจะปลูกฝังความสามารถให้บุคคลใช้ชีวิต มีความอดทนเมื่อพบปัญหาหรืออุปสรรคใช้ความพยายามที่จะแก้ไข ถ้าที่จะเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค เพื่อเป็นบุคคลที่มีคุณภาพ มีความสามารถเต็มศักยภาพ ใช้ชีวิตอยู่อย่างมีความสุขทำงานเป็น กิดค้นสิ่งใหม่ ๆ ได้ และที่สำคัญที่สุดคือการประสบความสำเร็จในชีวิตเพราะเป็นสิ่งจำเป็นเท่า ๆ กันหรือมากกว่าการพัฒนาทางด้านสติปัญญาหรือความรู้

ในการดำเนินชีวิตของคนมีหลายครั้งที่พบปัญหาอุปสรรค ความยุ่งยาก บางคนก็สามารถฝ่าฟันอุปสรรคให้ผ่านพ้นไปได้ บางคนก็ท้อถอยและพ่ายแพ้ มีองค์ประกอบอยู่หลายประการที่ทำให้คนเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคแตกต่างกัน เช่น สตอลท์ซ (Stoltz, 1997, pp. 29 -34) กล่าวถึง การศึกษาภูมิหลังของบุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ว่ามีส่วนที่สำคัญ 4 ส่วน คือ ส่วนที่หนึ่งคือพันธุกรรม การอบรมเลี้ยงดู ความเชื่ออันเป็นพื้นฐานที่ส่งผลต่อการแสดงออกและการพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคล ส่วนที่สองคือบุคลิกลักษณะ ท่าทาง สุขภาพ และความฉลาดของบุคคล อันเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้บุคคลประสบความสำเร็จ ส่วนที่สามคือ เป้าหมายและความปรารถนาอันเป็นแรงใจให้บุคคลกระตือรือร้น มีความต้องการที่จะไปให้ถึงความสำเร็จและส่วนที่สี่คือ การแสดงออกหรือการปฏิบัติตนที่จะทำให้เห็นว่าจะไปสู่ความสำเร็จตามที่ตั้งใจไว้ วิทยา นาควัชระ (2544, หน้า 111- 112) กล่าวว่า “คุณสมบัติของผู้ที่ประสบผลสำเร็จนั้นต้องเป็นผู้ที่มีความอดทนสามารถทำงานได้อย่างต่อเนื่อง มีความขยัน หมั่นหาความรู้ สามารถ ลงมือทำในสิ่งที่ควรทำได้ รู้จักแก้ปัญหาเป็น สามารถที่จะสร้างกิจกรรมใหม่ ๆ และได้ผลลัพธ์ ใหม่ ๆ ให้เกิดขึ้นในชีวิตของตน” ด้วยเหตุนี้การศึกษาหาหลักการที่จะทำให้บุคคลประสบความสำเร็จนั้น ต้องศึกษาหลายวิธี โดยเฉพาะเรื่องที่เกี่ยวข้องโดยตรงถึงความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของบุคคลให้มากที่สุด เพราะเป็นพื้นฐานที่ส่งผลให้บุคคลประสบความสำเร็จในชีวิตได้

ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของมนุษย์เป็นสิ่งที่น่าสนใจสิ่งหนึ่งซึ่ง สโตลท์ซ (Stoltz, 1997, p. 24) กล่าวว่า ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคหรือ เอควิ (Adversity Quotient or AQ) หมายถึงความสามารถของบุคคล ในการตอบสนองต่อเหตุการณ์ ในยามที่ต้องเผชิญกับความทุกข์ยากหรือความลำบาก คนที่มีความสามารถในการเผชิญและ ฝ่าฟันอุปสรรคสูงจะมีจิตใจที่เข้มแข็งไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคใด ๆ แม้จะพ่ายแพ้หรือล้มเหลว ก็สามารถต่อสู้เอาชนะความล้มเหลวได้ เช่นบางคนที่สอบเอนทรานซ์ไม่ได้ก็ยอมพ่ายแพ้ ต่อชีวิต ทั้ง ๆ ที่มีสติปัญญา ทรัพย์สินหรือ โอกาส เท่า ๆ กับคนที่สอบได้ เมื่อศึกษาถึงภูมิหลังของเด็กเหล่านี้ จะพบว่า ผู้ที่ประสบความสำเร็จกับผู้ที่ประสบความล้มเหลวไม่มีสิ่งใดที่แตกต่างกันมากนัก ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของความรู้ ความสามารถ อายุหรือความเฉลียวฉลาด แต่สิ่งหนึ่งที่แตกต่างกันคือ การมี จิตใจที่เข้มแข็ง เด็ดเดี่ยวและความคิดที่จะต่อสู้กับอุปสรรค มัชฌิมา ธรรมนุส (2544, หน้า 83) ได้ กล่าวว่า ผู้ที่ต้องการจะประสบความสำเร็จในชีวิต ควรเริ่มต้นด้วยการฝึกทักษะเพื่อพัฒนาความ สามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค การที่คนเราจะประสบความสำเร็จได้ต้องใช้ความพยายาม อดทน ทำอะไรให้ดีที่สุด มีความเป็นระเบียบ รอบคอบ รู้จักบริหารเวลา รู้จักพัฒนา ความคิด ให้คุณค่ากับบุคคลที่จะสร้างสัมพันธ์ด้วย มีภาวะความเป็นผู้นำสูง ที่สำคัญต้องมีวิสัยทัศน์ และความอดทน จึงจะนำมาซึ่งความสำเร็จ กุริทัต รัศมีเพชร (ม.ป.ป., หน้า 3) กล่าวว่า นักธุรกิจ ส่วนใหญ่เชื่อกันว่า ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค เป็นหลักการที่มีพลังที่จะทำให้ มนุษย์ประสบความสำเร็จ ทั้งในชีวิตส่วนตัวและการทำงาน เพราะฉะนั้นความสามารถในการเผชิญ และฝ่าฟันอุปสรรค จะนำไปสู่ความสำเร็จและเป็นเครื่องมือสำคัญที่จะทำให้เราสามารถต่อสู้กับ ความท้าทายได้ นอกจากนั้นความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ยังทำให้รู้จักความคิด ของตนเอง เมื่ออยู่ในภาวะที่มีอุปสรรคว่าจะสามารถนำเอาพลังที่มีอยู่ในตนเองออกมาใช้ในการ เผชิญ ฝ่าฟันปัญหาได้อย่างไร มีความยืดหยุ่นและความมุ่งมั่นที่จะต่อสู้กับอุปสรรคนาน้อยเพียงใด ศันสนีย์ ฉัตรคุปต์ (ม.ป.ป., หน้า 104 - 108) กล่าวว่า ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ของบุคคลนั้น เริ่มเกิดขึ้นจากโยประสาทในสมองตั้งแต่ช่วงที่เป็นเด็ก ๆ จนถึงวัยรุ่นและยังสามารถ พัฒนาต่อไปในวัยผู้ใหญ่ เพราะคนเราจะรู้จักและเรียนรู้การตอบสนอง ตอบคำถาม วิธีการจัดการ กับปัญหาจากประสบการณ์ที่เราเห็นจากผู้ใหญ่ที่อยู่รอบข้าง วิธีมองปัญหาให้เป็นโอกาส หรือวิธี มองปัญหาให้เป็นปัญหา หรือใช้วิธีการที่เราไม่รู้จักต่อสู้กับปัญหาซึ่งประสบการณ์ต่าง ๆ เหล่านี้ อยู่รอบตัวเด็กตั้งแต่วัยเด็ก และจะฝังเข้าไปในสมองสร้างเป็นโยประสาทและสามารถพัฒนา ปรับปรุงได้

วัยรุ่นโดยเฉพาะในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นวัยที่เชื่อมต่อระหว่างความเป็นเด็กต่อ เนื่องกับผู้ใหญ่ นับเป็นเวลาหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ซึ่งศรีเรือน แก้วกังวาน (2545, หน้า 329)

กล่าวว่า วัยรุ่นผู้ใดดำเนินชีวิตในช่วงเวลานี้ผ่านพ้นไปอย่างราบรื่น มีปัญหาไม่ซับซ้อนนัก วัยรุ่นผู้นั้นย่อมเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ด้วยดี และมักจะจัดการกับชีวิตในวัยผู้ใหญ่ได้อย่างราบรื่น แต่ถ้าเป็นไปในทางตรงกันข้าม วัยนี้จะเป็นวัยที่ประสบความยุ่งยากมาก วัยรุ่นจึงได้ชื่อว่า “วัยพายุฝน” (Storm and Stress) หรือ “วัยวิกฤต” (Critical - Period) เรามักจะได้ยินข่าวอยู่เสมอทางสื่อต่าง ๆ เกี่ยวกับปัญหาของเด็กและเยาวชนกลุ่มนี้ เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่ทำอะไรด้วยความซัดสาด ไม่สุ่มาน บางคนเมื่อพบปัญหาอุปสรรคมักจะท้อแท้ สิ้นหวัง ไม่อดทน มองโลกในแง่ร้าย ไม่ใช้ความพยายาม บางครั้งควบคุมสถานการณ์ไม่ดีทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท ทำร้ายร่างกาย บางคนใช้วิธีแก้ปัญหาด้วยการหนีโรงเรียน เสพสิ่งเสพติดของมึนเมา และที่ร้ายที่สุดคือการฆ่าตัวตาย ซึ่งปัญหาเหล่านี้เกิดขึ้นเพราะวัยรุ่นดังกล่าวไม่สามารถนำสติปัญญามาใช้จัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม ซึ่งก่อให้เกิดพฤติกรรมที่แสดงถึงความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคต่ำตามมา ผู้วิจัยพบว่า กิจกรรมแนะแนวเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ซึ่งกรมวิชาการ (2545, หน้า 36) ได้เสนอกิจกรรมแนะแนว ในผังมโนทัศน์กิจกรรมแนะแนวช่วงชั้นปีที่ 3 ไว้ดังนี้ กิจกรรมแนะแนวประกอบด้วย กิจกรรมรู้จักเข้าใจและเห็นคุณค่าในตนเอง กิจกรรมการปรับตัวและดำรงชีวิต กิจกรรมการตัดสินใจและแก้ปัญหา กิจกรรมการแสวงหาและใช้ข้อมูลสารสนเทศ ซึ่งจุดมุ่งหมายของกิจกรรมต้องการให้ผู้เรียนมีพฤติกรรมตามที่ระบุไว้ และมีความสอดคล้องกับองค์ประกอบของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ผู้วิจัยจึงเลือกใช้โปรแกรมกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลการใช้โปรแกรมกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดชลบุรี

ความสำคัญของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้จะเป็นแนวทางสำหรับครูแนะแนว อาจารย์ และผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน วัยรุ่น ได้มีเครื่องมือที่จะนำไปใช้พัฒนานักเรียนให้มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ซึ่งถือว่าเป็นความสามารถที่ต้องส่งเสริมพัฒนาและปรับปรุงให้เกิดแก่นักเรียนในระดับที่นักเรียนจะสามารถเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพสามารถสร้างความสำเร็จให้กับตนเองและยังทำให้ปัญหาชีวิตได้รับการแก้ไขฟันฝ่าไปได้ ทำให้นักเรียนสามารถประสบความสำเร็จในชีวิต มีชีวิตที่เป็นสุขต่อไป

สมมุติฐานการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. นักเรียนที่ได้รับการฝึกใช้โปรแกรมกิจกรรมแนะแนว มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังทดลอง
3. นักเรียนที่ได้รับการฝึกใช้โปรแกรมกิจกรรมแนะแนว มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล
4. นักเรียนที่ได้รับการฝึกใช้โปรแกรมกิจกรรมแนะแนว มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในระยะหลังทดลองสูงกว่าระยะก่อนทดลอง
5. นักเรียนที่ได้รับการฝึกใช้โปรแกรมกิจกรรมแนะแนว มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนทดลอง
6. นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมแนะแนวมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคในระยะติดตามผลกับระยะหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษานี้เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษาในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25
 2. กลุ่มตัวอย่าง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนแสนสุข จังหวัดชลบุรี จำนวน 12 คน แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 6 คน
- ตัวแปรที่ใช้ศึกษา
1. ตัวแปรต้น คือ
 - 1.1 วิธีการ แบ่งออกเป็น 2 วิธี ได้แก่
 - 1.1.1 ใช้โปรแกรมกิจกรรมแนะแนว
 - 1.1.2 วิธีปกติ
 - 1.2. ระยะเวลาของการทดลอง แบ่งออกเป็น 3 ระยะคือ
 - 1.2.1 ระยะก่อนทดลอง
 - 1.2.2 ระยะหลังการทดลอง
 - 1.2.3 ระยะติดตามผล
 - 1.3 ตัวแปรตาม คือความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค หมายถึง การที่บุคคลตอบสนองต่อเหตุการณ์หรือวิธีการในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ซึ่งเป็นตัวชี้วัดขวางไม่ไม่สามารถก้าวไปสู่ความสำเร็จตามที่ปรารถนาไว้ โดยใช้คำว่า (AQ) มาจากคำว่า (Adversity Quotient) โดยมีองค์ประกอบที่สำคัญของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 อย่าง คือ

1.1 การควบคุมสถานการณ์ หมายถึง การที่บุคคลหาวิธีควบคุมสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองทั้งเหตุการณ์ที่ดีและไม่ดีโดยสามารถตัดสินใจได้ว่าตนเองจะต้องปฏิบัติต่อเหตุการณ์นั้น ๆ อย่างไรให้เกิดผลดีที่สุด

1.2 ความพยายามในการแก้ปัญหา หมายถึง การที่บุคคลใช้ความพยายามในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น และนำเอาตนเองเข้าไปมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาต่าง ๆ โดยไม่คิดว่าไม่ใช่ปัญหาของเรา แต่คิดว่าถ้ามีปัญหาแล้วทุกคนช่วยกันแก้ปัญหานั้นก็จะหมดไป

1.3 การมองโลกในแง่ดี หมายถึง การที่บุคคลรู้จักคิดว่าทุกปัญหาที่เกิดขึ้นย่อมมีจุดจบ และสามารถแก้ไขได้ ไม่คิดปัญหาเล็กให้เป็นปัญหาใหญ่ รู้จักคิดพิจารณาไตร่ตรองหาเหตุผล และสามารถหาทางเลือกที่ดีให้กับตนเองได้

1.4 ความอดทน หมายถึง การที่บุคคลสามารถอดทนต่อเหตุการณ์และปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น มองโลกในทางบวกใช้ความมานะอดทนในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นให้สำเร็จ ลุ่่วงไปด้วยดี ซึ่งจะทำให้ปัญหานั้นสิ้นสุดหรือหมดไป

2. กิจกรรมแนะแนว เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง สามารถเลือกและตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม มีทักษะในการจัดการกับชีวิตตลอดจนสามารถปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

3. โปรแกรมกิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนเกิดพฤติกรรม 4 ด้าน ดังนี้คือ

3.1 รู้จักเข้าใจและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น คือ การรับรู้และเข้าใจความต้องการและความรู้สึกของตนเอง แสวงหาแบบอย่างที่ดีเหมาะสมกับตนเอง รู้และเข้าใจความสนใจ ความถนัด ด้านการเรียน ด้านอาชีพและบุคลิกภาพของตนเอง รู้และเข้าใจสาเหตุของปัญหาของตนเองมีแนวทางในการแก้ไขปัญหารักและนับถือตนเองและผู้อื่น

3.2 สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาได้ คือ การตัดสินใจและแก้ปัญหของตนเอง และร่วมตัดสินใจแก้ปัญหาเกี่ยวกับครอบครัว และสังคม

3.3 สามารถปรับตัวและดำรงชีวิต คือ การเข้าใจและยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลและความคิดเห็นของผู้อื่นอย่างมีเหตุผล สามารถสื่อสารความคิด ความรู้สึกให้ผู้อื่นเข้าใจได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะและบุคคล สามารถจัดการอารมณ์และการแสดงออกได้อย่างเหมาะสมกับวัยและสถานการณ์ ปฏิบัติตนให้เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข

3.4 รู้จักแสวงหาและใช้ข้อมูลสารสนเทศ คือความสามารถในการค้นหา รวบรวม วิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลเฉพาะด้าน จากแหล่งต่าง ๆ ด้วยวิธีการที่หลากหลายและทันสมัย สามารถเลือกสรรและใช้ข้อมูลสารสนเทศให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

4. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2547 โรงเรียนแสนสุข จังหวัดชลบุรี ทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มีความสนใจและสามารถเข้าร่วมกิจกรรมที่ผู้วิจัยจัดกระทำได้ตลอดระยะเวลาของการทดลอง

5. วิธีปกติ หมายถึง วิธีการเรียนการสอนตามปกติที่มีอยู่ในชั้นเรียน