

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาผลการใช้โปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเองที่มีต่อความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียน ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสาร รายงานวิจัย และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง

แนวความคิดเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Perceived self-efficacy) เป็นทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เสนอโดยอัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน เมื่อปี ค.ศ.1977 ได้มีการนำการรับรู้ความสามารถของตนเองมาใช้ในวงการทางจิตวิทยา เช่น จิตวิทยาสังคม จิตวิทยาการศึกษาและจิตวิทยาการปรึกษา เป็นต้น แนวคิดที่สำคัญของทฤษฎีนี้คือ การเปลี่ยนแปลงทางจิตและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เกิดขึ้น โดยผ่านกระบวนการทางปัญญาซึ่งนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงความรู้สึกของบุคคลเกี่ยวกับความสามารถของตนเอง แมคคูกซ์ และสแตนเลย์ (Maddux & Stanley, 1986, p. 112) กล่าวว่า ในบรรดากลไกของการกระทำ เพื่อให้บังเกิดผลบางประการไม่มีกลไกใดสำคัญไปกว่า ความเชื่อในความสามารถของตน แม้ว่าความรู้และทักษะจะเป็นสิ่งจำเป็นต่อการปฏิบัติงานให้บรรลุได้ แต่ก็ยังไม่เพียงพอเพราะบุคคลมักไม่ปฏิบัติให้ดีที่สุด แม้เขาจะรู้ว่าต้องทำอะไรบ้าง ถ้าเขาไม่เชื่อว่าตนมีความสามารถพอที่จะกระทำ สอดคล้องกับ แบนดูรา (Bandura, 1986, p. 391) ที่กล่าวไว้ว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นการที่บุคคลตัดสินใจที่จะแสดงพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ ซึ่งการเรียนรู้จากเหตุการณ์ต่าง ๆ ถือเป็นประสบการณ์ที่มีผลควบคุมพฤติกรรมของบุคคล กล่าวคือมีการใช้ประสบการณ์เดิมมาคาดคะเนอีกเหตุการณ์หนึ่งที่จะเกิดขึ้นตามมา ทำให้เกิดความมั่นใจในการลงมือกระทำหรือตัดสินใจไม่กระทำก็ได้ เมื่อบุคคลประเมินว่าตนมีความสามารถสูง มีความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมหรือสถานการณ์ที่ต้องเผชิญ และพฤติกรรมนั้นไม่ยากเกินความสามารถของตนจะนำไปสู่การกระทำเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและการคงอยู่ของพฤติกรรมนั้น ๆ ไว้

ความหมายของการรับรู้ความสามารถของตนเอง แบนดูรา (Bandura, 1986, p. 391) ให้ความหมายการรับรู้ความสามารถของตนเองว่า หมายถึง การที่บุคคลตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถ

ของตนเองว่า สามารถที่จะจัดการและดำเนินการกระทำพฤติกรรมบางอย่าง ในสภาพการณ์ที่เฉพาะเจาะจงได้หรือไม่ ซึ่งในสภาพการณ์นั้น บางครั้งอาจมีความคลุมเครือ ไม่ชัดเจน มีความแปลกใหม่ ไม่อาจทำนายสิ่งที่เกิดขึ้นได้ และสถานการณ์เหล่านี้ จะทำให้เกิดความเครียดได้ การรับรู้ความสามารถของตนเองนี้มีได้ขึ้นอยู่กับทักษะที่บุคคลมีอยู่ในขณะนั้นเท่านั้น หากแต่ยังขึ้นอยู่กับ การตัดสินใจของบุคคลว่าเขาสามารถทำอะไรได้ด้วยทักษะที่เขา มีอยู่

วูด และแบนดูรา (Wood & Bandura, 1989, p. 232) ได้ขยายความหมายของการรับรู้ความสามารถของตนเองว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นบทบาทหลักในกระบวนการควบคุม โดยผ่านแรงจูงใจและการประสบความสำเร็จในการกระทำของบุคคล และยังมีความหมายรวมถึงความพยายามที่บุคคลทุ่มเทลงไปและระยะเวลาที่บุคคลยืนหยัดต่อสิ่งนั้น บุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูง จะมีความมุ่งมั่นพยายามที่จะกระทำให้สำเร็จมากกว่าบุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำ

สรุปได้ว่า การรับรู้ความสามารถของตนเอง คือความเชื่อของบุคคลว่าตนมีความสามารถที่จะจัดการและกระทำเพื่อให้บรรลุผลตามที่กำหนดได้ ซึ่งการรับรู้ความสามารถของตนเองมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคลว่า บุคคลจะมีวิธีการกระทำอย่างไร มีความพยายามเพียงใด อดทนต่ออุปสรรค และความล้มเหลวได้มากน้อยเพียงใด มีแบบแผนการคิดที่จะขัดขวางหรือให้กำลังใจตนเอง มีความเครียดเพียงใดในการจัดการกับเหตุการณ์ที่ยากลำบาก และการที่บุคคลจะพิจารณาตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถของตนเองว่า ตนมีความพยายามที่จะจัดการและกระทำพฤติกรรมบางอย่าง ให้มีประสิทธิภาพและบรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ได้มากน้อยเพียงใด การรับรู้ความสามารถของตนเองนี้มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การเลือกกระทำในกิจกรรมต่าง ๆ และความพยายามที่จะกระทำในกิจกรรมนั้นอย่างต่อเนื่อง

แบนดูรา (Bandura, 1997, p. 9) ได้เสนอ แหล่งที่มาของการรับรู้ความสามารถของตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเองเกิดจาก 4 แหล่งที่สำคัญต่อไปนี้

1. การประสบความสำเร็จจากการกระทำ (Enactive Mastery Experience) การประสบความสำเร็จในการกระทำนี้ เป็นแหล่งที่มีอิทธิพลมากที่สุด เพราะเป็นประสบการณ์ความสำเร็จที่แท้จริงของบุคคล ความสำเร็จทำให้ประเมินตนเองสูง ส่วนความล้มเหลวบ่อย ๆ ทำให้ประเมินความสามารถของตนเองต่ำลง

2. ประสบการณ์การเห็นตัวแบบประสบความสำเร็จ (Vicarious Experience) การที่เห็นบุคคลอื่นที่คล้ายคลึงกับตนประสบความสำเร็จ ก็สามารถเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนได้ คือ บุคคลจะเห็นว่าตนก็มีความสามารถที่จะทำกิจกรรม ในทำนองเดียวกันนั้นได้สำเร็จ เช่นเดียวกัน และการที่สังเกตผู้อื่นที่เห็นว่ามีความสามารถใกล้เคียงกับตนล้มเหลวทั้ง ๆ ที่เขาได้พยายามมากแล้ว

ก็ทำให้การตัดสินใจของคุณลดลงได้

3. การพูดชักจูง (Verbal Persuasion) การพูดชักจูงเป็นวิธีการที่ใช้กันอย่างแพร่หลายที่จะทำให้บุคคลเชื่อว่า เขามีความสามารถที่จะกระทำการให้สำเร็จได้ การพูดชักจูงที่ได้ผลมากขึ้น จะต้องเป็นเรื่องที่เป็นไปได้ การพูดชักจูงในเรื่องที่ไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง อาจทำลายความรู้สึกของผู้ฟังว่าคุณมีความสามารถได้ และทำให้ผู้ชักจูงไม่ได้รับความเชื่อถือ

4. สภาวะทางกายและอารมณ์ (Physiological and Affective State) บุคคลมักใช้ข้อมูลทางกายและอารมณ์ในการประเมินความสามารถของตนเอง เช่น การตื่นเต้นมากเกินไป ทำให้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ไม่ดี บุคคลจะคาดการณ์ว่าคุณทำได้สำเร็จ เมื่อสภาวะทางกายปกติหรือไม่เครียด หรือเหนื่อยอ่อน

แบนดูรา (Bandura, 1977, p. 345) กล่าวว่า การตัดสินใจในความสามารถของคุณนี้จะต้องผ่านกระบวนการรู้คิด (Cognitive Processing) กล่าวคือบุคคลจะมีการคัดเลือก ชั่งน้ำหนัก และบูรณาการข้อมูลจากแหล่งต่าง ๆ บางคนจะบวกข้อมูลเรื่องความสามารถของคุณเข้าด้วยกัน คือถ้ายังมีหลายตัวบ่งชี้ ก็ยิ่งเชื่อว่ามีความสามารถ นอกจากจะต้องให้ข้อมูลมากขึ้นแตกต่างกัน ยังให้ข้อมูลที่เชื่อถือได้มากขึ้นแตกต่างกันด้วย ความสามารถในการตระหนักรู้ได้อย่างชัดเจน ถึงแหล่งที่ให้ข้อมูลความสามารถ ความสามารถในการให้น้ำหนักความสำคัญของข้อมูล และความสามารถในการรวมข้อมูลต่าง ๆ เข้าด้วยกันดีขึ้น ถ้าบุคคลมีทักษะในการจัดกระทำกับข้อมูลเพิ่มขึ้น ซึ่งทักษะดังกล่าวได้แก่ ความตั้งใจ ความจำ การอ้างอิงถึง และการบูรณาการ เพื่อการสร้างมโนทัศน์เรื่องความสามารถของคุณ

แบนดูรา (Bandura, 1982, p. 355) กล่าวถึง กระบวนการทางปัญญาต่อข้อมูลเกี่ยวกับความสามารถของคุณ (Cognitive Processing of Self – Efficacy Information) ว่าเป็น ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจความสามารถของคุณ ข้อมูลดังกล่าวจะมีความหมายสำหรับแต่ละคนก็ต่อเมื่อได้ผ่านกระบวนการประเมินทางปัญญา (Cognitive Appraisal) ดังนี้

1. ข้อมูลจากการกระทำสำเร็จด้วยตนเอง (Enactive Efficacy Information) สิ่งที่มีผลต่อการให้ข้อมูลจากการกระทำสำเร็จด้วยตนเอง คือ

1.1 ความพยายามและการตัดสินใจความสามารถ ในการตัดสินใจความสามารถ การประสบความสำเร็จในงานที่ยากและท้าทายด้วยความพยายามเพียงเล็กน้อย ข้อมแสดงถึงความสามารถในระดับสูง ในขณะที่ความสำเร็จที่ได้มาจากความพยายามอย่างหนัก ข้อมบ่งบอกถึงระดับความสามารถที่ต่ำกว่าและส่งผลต่อการรับรู้ความสามารถน้อยกว่าด้วย

1.2 รูปแบบของการอนุมานสาเหตุ บุคคลจะอนุมานการรับรู้ความสามารถสูงจากความสำเร็จในงานที่ยาก โดยใช้ความพยายามน้อย คนที่มองตนเองว่ามีความสามารถต่ำ จะมองความสำเร็จของคุณว่ามาจากปัจจัยภายนอกมากกว่ามาจากความสามารถของคุณเอง

1.3 ความตั้งใจและความจำ คือ การให้ความสำคัญหรือการตั้งใจจำเหตุการณ์ที่ผ่านมาจากคนที่เลือกจำการกระทำของคนที่เป็นทางลบมาก มักจะคาดหวังความสามารถของคนต่ำกว่าที่ควรในทางกลับกัน หากบุคคลเลือกที่จะสังเกตและจดจำเหตุการณ์แห่งความสำเร็จสิ่งนี้จะมีผลต่อการเพิ่มการรับรู้ความสามารถได้

2. ข้อมูลจากการได้เห็นตัวอย่างจากคนอื่น (Vicarious Efficacy Information) โดยการเปรียบเทียบการกระทำของคนกับของผู้อื่น คนเรามีแนวโน้มที่จะสรุปว่า ความสามารถของเราเหมือนกับตัวแบบ

2.1 ความเหมือนกับตัวแบบ ผู้ที่เชื่อว่าตนมีความสามารถเหนือตัวแบบที่ประสบความล้มเหลวจะไม่ละความพยายามเลย ในขณะที่ผู้ที่เชื่อว่าตนมีความสามารถใกล้เคียงหรือต่ำกว่าตัวแบบ พวกเขาจะรับรู้ว่ามีตนมีความสามารถต่ำ และจะเลิกทำได้ง่ายเมื่อประสบอุปสรรค

2.2 ความหลากหลายของตัวแบบ หากตัวแบบที่มีคุณลักษณะต่างกัน สามารถประสบความสำเร็จได้ คนก็มีเหตุผลที่เพิ่มการรับรู้ความสามารถของคนว่าจะสามารถประสบความสำเร็จได้เช่นกัน

3. ข้อมูลจากการชักชวนด้วยวาจา (Persuasive Efficacy Information) การชักชวนจะเกิดผลในทางการเพิ่มการรับรู้ความสามารถหรือไม่ ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายประการคือ

3.1 ความน่าเชื่อถือของผู้ชักชวน สืบเนื่องมาจากความเป็นผู้เชี่ยวชาญ ความสำคัญของผู้ชักชวนที่มีต่อผู้ถูกชักชวนเป็นประการสำคัญ

3.2 การให้ผลป้อนกลับ การให้ผลป้อนกลับในทางให้กำลังใจเป็นการลดล้างความเชื่อว่าตนเองไม่มีความสามารถมากเท่าใด ก็ยังทำให้บุคคลมีความพยายามและสามารถประสบความสำเร็จได้มากขึ้น

4. ข้อมูลจากการตื่นตัวทางสรีระ (Physiological Efficacy Information) การตื่นตัวทางสรีระจะส่งผลต่อการรับรู้ความสามารถของบุคคลขึ้นอยู่กับองค์ประกอบดังนี้

4.1 ประสบการณ์เดิม สำหรับคนที่พบว่าการตื่นตัวส่งผลในทางเอื้อต่อการปฏิบัติ ก็จะรับรู้ความสามารถแตกต่างจากคนที่เห็นว่า การตื่นตัวส่งผลในทางที่ขัดขวางการปฏิบัติ

4.2 ระดับของการตื่นตัว การตื่นตัวในระดับปานกลางจะเอื้อต่อการใช้ทักษะต่าง ๆ ในขณะที่การตื่นตัวในระดับที่สูงจะทำให้ไม่สามารถใช้ทักษะต่าง ๆ ได้ดี

4.4 ลักษณะของอารมณ์ จากผลการวิจัยให้ข้อสรุปว่า ในขณะที่มีอารมณ์ในทางบวก บุคคลจะตัดสินใจความสามารถ ไม่ว่าทางสังคม ทางการศึกษา หรือทางการกีฬาสูงกว่าบุคคลที่ตัดสินใจในขณะที่มีอารมณ์กลาง ๆ หรืออารมณ์ทางลบ

วิลาสลักชัย ชั่ววลี (2542, หน้า 48) ได้กล่าวถึงอิทธิพลของการรับรู้ความสามารถของตนเอง ไว้ว่าคือ อิทธิพลของการรับรู้ความสามารถของคนที่มีต่อพฤติกรรมการรับรู้ความสามารถของตนเองจะเป็นตัวกำหนดว่าบุคคลจะมีพฤติกรรมอย่างไร ซึ่งการรับรู้ความสามารถของตนเองจะเป็นตัวกำหนดในเรื่องดังนี้

1. กระบวนการรู้คิด (Cognitive Process) คนที่เชื่อว่าตนเองมีความสามารถสูงจะมองสถานการณ์ที่เขาพบว่าเป็นโอกาส เขาจะมองภาพความสำเร็จและให้เป็นสิ่งที่เกิดจากการกระทำของเขา ส่วนคนที่ตัดสินตนเองว่ามีความสามารถต่ำจะตีความสถานการณ์ที่ไม่แน่นอนว่า เป็นความเสี่ยง และจะมองเห็นภาพความล้มเหลวอยู่ในอนาคต

2. กระบวนการจูงใจ (Motivation Process) แรงจูงใจส่วนใหญ่ของมนุษย์เกิดจากการคิดและความเชื่อในความสามารถของตน ผู้ที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเอง และตั้งเป้าหมายไว้สูง จะมีแรงจูงใจในการกระทำ และจะปฏิบัติงานได้ดีกว่าคนที่สงสัยในความสามารถของตนเอง

3. กระบวนการด้านความรู้สึก (Affective Process) การรับรู้ความสามารถของตนเองสามารถมีผลกระทบต่อสถานการณ์ทางอารมณ์ การรับรู้ความสามารถของตนจะจัดการกับสภาวะทางอารมณ์ โดยการส่งเสริมการกระทำที่มีประสิทธิผล เพื่อเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในลักษณะที่จะเกิดการเปลี่ยนแปลงอารมณ์ได้ ส่วนด้านความรู้สึก จะเกี่ยวข้องกับการรับรู้ว่าคุณสามารถทำให้สภาวะทางอารมณ์ของคุณที่ไม่ดีให้ดีขึ้นได้หรือไม่

4. กระบวนการเลือก (Selection Process) บุคคลที่มีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงกิจกรรมและสถานการณ์ที่เขาเชื่อว่าเกินความสามารถของเขาและบุคคลจะกระทำกิจกรรมและเลือกสิ่งแวดล้อมที่เขาแน่ใจว่า มีความสามารถที่จะจัดการได้ ผู้ที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงจะเลือกกิจกรรมที่ยังมีความท้าทาย

ซึ่งกระบวนการทั้ง 4 ที่กล่าวมานี้ โดยปกติจะทำงานร่วมกันมากกว่าแยกจากกันในการดำเนินการกำกับพฤติกรรมมนุษย์

แบนดูรา (Bandura, 1982, p. 367) กล่าวว่า การรับรู้ความสามารถของมนุษย์ส่งผลต่อองค์ประกอบต่าง ๆ ทางจิตวิทยาในหลายด้าน ดังนี้

1. การเลือกกระทำพฤติกรรม บุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนสูง จะเลือกทำงานที่มีลักษณะท้าทาย มีแรงจูงใจในการพัฒนาความสามารถของตนให้มีความก้าวหน้ามากยิ่งขึ้น ส่วนบุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนต่ำ มักจะหลีกเลี่ยงงาน ท้อถอย ขาดความมั่นใจในตนเอง ซึ่งเป็นการปิดโอกาสที่จะพัฒนาศักยภาพของตนเอง

2. การใช้ความพยายามและความมุ่งมั่นในการทำงาน การตัดสินความสามารถของตน (Judges of Efficacy) จะเป็นตัวกำหนดว่า คนเราจะต้องใช้ความพยายามสักเท่าใด และเขาจะยืน

ห้อยอยู่ได้นานเท่าใด ในการกระทำและในสถานการณ์ซึ่งบุคคลรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ เขาก็ยิ่งพยายามมากขึ้น เพื่อเอาชนะงานที่ท้าทายนั้น แต่ถ้าบุคคลรับรู้ว่าคุณมีความสามารถน้อย เมื่อพบอุปสรรคก็จะเลิกล้มความพยายามโดยง่าย

3. รูปแบบความคิด บุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูง มักจะเป็นคนเลือกการกระทำที่มีลักษณะท้าทาย และใช้ความพยายามอย่างมาก เพื่อให้การกระทำนั้นบรรลุเป้าหมาย ถึงแม้ว่าในบางครั้ง พฤติกรรมนั้นจะประสบกับความล้มเหลวบ้างก็ตาม เขาก็จะไม่ท้อถอย ซึ่งต่างจากบุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถของตนต่ำ มักจะเป็นคนที่ไม่ค่อยกระทำพฤติกรรม จะรอให้ความสำเร็จหรือความล้มเหลวในการกระทำเป็นไปตามความเชื่อหรือคำทำนาย

4. ปฏิกริยาทางอารมณ์ การตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถของบุคคลจะมีอิทธิพลต่อปฏิกริยาทางอารมณ์ของบุคคลในระหว่างที่กระทำพฤติกรรม และมีผลต่อการคาดคะเนเกี่ยวกับการจัดการกับสภาพแวดล้อมในภายหน้าของเขา บุคคลซึ่งรับรู้ว่าคุณมีความสามารถสูง จะมีความพยายามจะเอาใจใส่ในการกระทำพฤติกรรมต่างๆ มาก และเมื่อพบกับอุปสรรคต่างๆ บุคคลก็จะกระตุ้นตนเองให้ใช้ความพยายามมากยิ่งขึ้น ส่วนบุคคลที่รับรู้ว่าคุณมีความสามารถต่ำ มีแนวโน้มที่จะมีปฏิกริยาทางอารมณ์ต่อตนเองในทางลบ เกิดความไม่มั่นใจ และจะกระทำพฤติกรรมต่างๆ อย่างไม่เต็มความสามารถ อันจะส่งผลให้บุคคลประสบกับความล้มเหลวในการกระทำมากยิ่งขึ้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง

ซอเยอร์ (Sawyer, 1990, p. 67) ได้ศึกษาผลของการใช้การสอนตนเอง และการกำกับตนเองต่อทักษะการเขียนเรียงความของนักเรียนที่มีความบกพร่องในการเรียนรู้ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนในระดับเกรด 5 และ 6 จำนวน 56 คน โดยแบ่งเป็นนักเรียนที่มีความบกพร่องในการเรียนรู้จำนวน 43 คน และนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปกติ จำนวน 13 คน แบ่งการฝึกออกเป็น 5 กลุ่มคือ กลุ่มที่ 1 ได้รับการฝึกกลวิธีการทำที่เฉพาะเจาะจง กลุ่มที่ 2 ได้รับการสอนตนเองร่วมกับการฝึกกลวิธี กลุ่มที่ 3 ได้รับการสอนตนเองร่วมกับการกำกับตนเอง กลุ่มที่ 4 เป็นกลุ่มควบคุม และกลุ่มที่ 5 เป็นนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปกติ ผู้วิจัยทำการสอนเกี่ยวกับหลักไวยากรณ์เบื้องต้น คุณภาพของการเขียนเรียงความ การใช้ความมุ่งมั่นพยายาม การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความเชื่อในการระบุนสาเหตุ ทั้งก่อนการทดลองและหลังการทดลอง นอกจากนี้ยังมีการวัดการแผ่ขยาย และการคงทนของพฤติกรรม ผลการทดลองพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ 1, 2, 3 และ 5 มีทักษะการเขียนเรียงความการรับรู้ความสามารถของตนเอง และความมุ่งมั่น พยายาม เพิ่มขึ้น และมีความเชื่อในการระบุนสาเหตุไม่แตกต่างกัน

แมนโดลา (Mendola, 1990, p. 73) ศึกษาเปรียบเทียบผลของการฝึกการสอนตนเอง โดยเพื่อนและครูต่อความถูกต้อง ในการทำแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์ และการรับรู้ความสามารถของตนเองของนักเรียน การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทดสอบผลของปัจจัยหลัก 2 เงื่อนไข คือ 1) การสอนโดยเพื่อนเป็นผู้สอนและครูเป็นผู้สอน 2) ประเภทการฝึก ได้แก่ นักเรียนได้รับการสอนโดยตรงจากตัวแบบ และไม่ได้รับการสอนแบบใดเลย นักเรียนที่ได้รับการฝึกมีจำนวน 125 คน จะได้รับการฝึกเกี่ยวกับปัญหาในการบวกเศษส่วน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนกลุ่มที่ได้รับการสอนจากครูโดยตรงสามารถทำแบบฝึกหัดได้ถูกต้อง และมีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงกว่านักเรียนกลุ่มที่ได้รับการสอนจากเพื่อนโดยตรงและกลุ่มที่ได้รับเงื่อนไขอื่น ๆ

คอนราด (Conrad, 1991, p. 85) ได้ศึกษาทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเองเพื่อใช้ในการอธิบายความมั่นใจของมารดาของบุตรวัยหัดเดิน โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นมารดาจำนวน 50 คน ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับความมั่นใจของมารดา ความรู้เกี่ยวกับพัฒนาการของทารก ลักษณะอารมณ์ของเด็ก ภูมิหลังของครอบครัว และการตอบสนองความต้องการของสังคม มีการบันทึกวิดีโอเทปมารดาแต่ละคนขณะที่มีปฏิสัมพันธ์กับบุตรของตน และสัมภาษณ์ถึงปัจจัยที่มีผลต่อความมั่นใจของมารดาพบว่า คะแนนแบบวัดมาเทอร์นอล คอนฟิเด้นซ์ (Maternal Confidence - MC) มีความสัมพันธ์ในทางบวกกับอายุของมารดา ($r = .33, p < .01$) และคะแนนจากแบบวัดมาเทอร์นอล คอนฟิเด้นซ์ (Maternal Confidence) มีความสัมพันธ์ในทางลบกับการรายงานถึงพัฒนาการที่ล่าช้าของบุตร

เทติ และเกลเฟนด์ (Teti & Gelfand, 1991, p. 84) ได้ศึกษาผลของความเชื่อในการรับรู้ความสามารถของตนเองของมารดาที่มีต่อพฤติกรรมของมารดาที่ปฏิบัติต่อบุตร กลุ่มตัวอย่างเป็นมารดา 86 คน เป็นกลุ่มมารดาที่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีความซึมเศร้า 48 คน และกลุ่มมารดาที่ไม่มีความซึมเศร้า 38 คน มีอายุระหว่าง 18-40 ปี มีบุตรอายุระหว่าง 3-13 เดือน มีการเยี่ยมกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดที่บ้านจากผู้ช่วยวิจัย 2 คน ซึ่งไม่ทราบภาวะอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 3 ครั้ง โดยการเยี่ยมครั้งที่ 1 จะทำการสัมภาษณ์ พูดคุย และให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดความซึมเศร้าของเบ็ค ดีเพรสชัน อินเวนทอรี (Beck Depression Inventory: BDI) การเยี่ยมครั้งที่ 2 ให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัด เดอะ เซ็นส์ ออฟ คอมพิเท้นส์ สเกล ออฟ เดอะ พาร์เ็นท์ดิง สเตรส อินเด็กซ์ (The Sense of Competence Scale of the Parenting Stress Index: PSI) และแบบวัด มาเทอร์นอล เซล์ เอฟฟิเคซี (Maternal Self-Efficacy) เป็นแบบวัดการรับรู้ความสามารถของมารดาที่พัฒนาขึ้นเองเพื่อใช้ในการศึกษาครั้งนี้ โดยใช้กรอบทฤษฎีของแบนดูรา (Bandura) ซึ่งถามถึงความรู้สึกในความสามารถของมารดาในการดูแลทารก การปลอบโยน ความเข้าใจถึงความต้องการของทารก การสร้างปฏิสัมพันธ์ การทำให้ทารกมีความสุข และการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันให้ทารก เช่น การให้นม การอาบน้ำ และการพาทารกไปในที่ต่าง ๆ และในการเยี่ยมครั้งที่ 2 นี้ มีการสังเกตพฤติกรรม

การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างมารดากับบุตรของกลุ่มตัวอย่าง โดยการให้มารดาเล่นกับบุตรเรียกว่า อินเฟ้น ซอฟเพลย์ เซ็ต (Infant Soft Play Set) โดยใช้ของเล่นที่เป็นตุ๊กตาหมี รูปเปิดที่มีชื่อว่า เชลคอร์ ทอยส์ (Shelcore Toys) และในการเยี่ยมครั้งที่ 3 กลุ่มตัวอย่างจะได้รับการทำแบบวัด การปรับตัวทางสังคมของมารดา คือ เดอะ อินเทอร์วิว สเกดคูล ฟอร์ โซเชียล อินเทอร์แรคชั่น (The Interview Schedule for Social Interaction) ของ แฮนเดอร์สัน (Handerson., 1981) ผลการวิจัย พบว่า 1. มารดากลุ่มที่มีความซึมเศร้า มีคะแนนจากแบบวัดความซึมเศร้า (BDI) สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญ ($F(1,84) = 70.68, p < 0.0001$) 2. มารดากลุ่มที่มีความซึมเศร้า มีคะแนนการปรับตัว ทางสังคมของมารดา ต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ ($F(1,76) = 33.58, p < 0.0001$) 3. มารดากลุ่มที่มีความซึมเศร้า มีคะแนนการรับรู้ความสามารถของมารดา ต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ ($F(1,84) = 12.86, p < 0.001$) 4. มารดากลุ่มที่มีความซึมเศร้า มีคะแนนความสามารถของมารดา ต่ำกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ ($F(1,82) = 18.52, p < 0.001$) ผลที่ได้จากการวิจัยนี้ชี้ให้เห็นว่า การรับรู้ความสามารถของมารดา เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความสามารถของมารดา และ ตัวแปรทางจิตอื่น ๆ และมีบทบาทในการกำหนดพฤติกรรมของมารดาที่ปฏิบัติต่อบุตร และมีผล ทางจิตต่อทารกด้วย

อาร์รอน (Aaron, 1994, p.98) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของ ตนกับแรงจูงใจภายใน ในการเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายของผู้ใหญ่วัยกลางคน (อายุ 45-64 ปี) ที่ไม่ได้ออกกำลังกายมาก่อนหน้าการวิจัย เป็นระยะเวลา 6 เดือน แต่มีสุขภาพดี โดยวัดการรับรู้ ความสามารถของตนเองในการออกกำลังกายหลังจากที่กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมการออกกำลังกายแล้ว 4 เดือน ส่วนแรงจูงใจภายในวัดโดยแบบวัดแรงจูงใจภายใน (intrinsic motivation inventory) ของ ไรอัน (Ryan, 1982) ประกอบด้วย 4 มิติอย่างงานวิจัยของแมคคอลลี เรท และคันแกน ผู้วิจัยยังวัด พฤติกรรมการออกกำลังกายโดยการรวมจำนวนครั้งที่กลุ่มตัวอย่างเข้าโปรแกรมการออกกำลังกาย ในช่วง 3 เดือนแรก และวัดสุขภาพกาย ซึ่งรวมถึงสมรรถนะการออกกำลังกายแบบแอโรบิก และ ร้อยละของไขมันในร่างกาย ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบลำดับขั้น (hierarchical regression analysis) พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนก่อให้เกิดความแปรปรวนของแรงจูงใจ ภายในได้อย่างมีนัยสำคัญ

เอ็ดวาร์ดสัน (Edwardson, 1997, p.104) ได้ศึกษาเรื่องบทบาทของการรับรู้ความสามารถ ของตนเองและความคาดหวังในผลลัพธ์ ค่อบทบาทของเป้าหมาย และบทบาทของการประสบความสำเร็จของผู้อื่นในงานวิศวกรรมและงานการศึกษา เพื่อศึกษาเปรียบเทียบอิทธิพลของผลคูณ ความคาดหวังในบทบาทการรับรู้ความสามารถของตนเอง ต่อผลคูณความคาดหวังในบทบาท ผลลัพธ์ ผลคูณบทบาทเป้าหมายและผลคูณบทบาทของการประสบความสำเร็จของผู้อื่นที่ทำงาน

ในสาขาวิศวกรรมกับการศึกษา พบว่า ทั้งสองกลุ่มทุกตัวแปรไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ แต่มีความแตกต่างกันในตัวแปรที่มีการเปลี่ยนแปลง เช่น อายุ รายได้ และจำนวนบุตร นอกจากนี้ ยังพบว่า ความคาดหวังในการรับรู้ความสามารถของตนเองนั้นมีผลต่อการพัฒนาการตามช่วงอายุ หรือมีผลต่อการพัฒนาของแต่ละคน

ฟาร์เนอร์ (Farner, 1998, p. 112) ได้ศึกษาผลกระทบของการฝึกอบรมการรับรู้ความสามารถของตนเองและรางวัลที่เป็นเงินต่อผลการปฏิบัติงานของพนักงาน กลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงาน 38 คน ทำงานในสถาบันการเงินแห่งหนึ่ง โดยมีตัวแปรแทรกแซงคือ โปรแกรมสิ่งจูงใจที่เป็นเงิน พบว่า การฝึกอบรมมีผลทำให้พนักงานเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนเองอย่างมีนัยสำคัญ และเมื่อเชื่อมตัวแปรแทรกแซงด้วยการให้รางวัลที่เป็นเงินด้วยแล้ว ยิ่งส่งผลให้มีผลการปฏิบัติงานเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ยังพบว่า หลังจากที่ได้รับสิ่งจูงใจที่เป็นเงินออกแล้ว ระดับการรับรู้ความสามารถของตนเองและผลการปฏิบัติงานยังคงสูงอยู่ แม้ว่าเวลาจะผ่านไปหลายเดือนแล้วก็ตาม

วันเพ็ญ อัครศิลป์กุล (2539, หน้า ๖) ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม โดยพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ต่อการเพิ่มการรับรู้ความสามารถของตนของบุคคลที่สูญเสียแขนขาเป็นการวิจัยเชิงทดลองแบบมีกลุ่มควบคุม ทดสอบก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคคลที่สูญเสียแขน ขา ที่อยู่ในช่วงได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพ และฝึกอาชีพที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงานจำนวน 16 คน ซึ่งทำการสุ่มจากบุคคลที่สูญเสียแขน ขา ที่ได้คะแนนจากแบบวัดการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตน และแบบวัดการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตน ต่ำกว่าค่าเฉลี่ย 0.5 ของค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบวัดการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตน (The General Self-Efficacy) และแบบวัดการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตน (The Special Self-Efficacy) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ของคะแนนการรับรู้ความสามารถของตน ด้วยการทดสอบตัวที่ (t-test) ผลการวิจัยพบว่า 1) หลังการทดลองบุคคลที่สูญเสียแขน ขา ที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีคะแนนการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตน และคะแนนการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตนสูงกว่าบุคคลที่สูญเสียแขน ขา ที่ไม่ได้เข้ากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2) หลังการทดลองบุคคลที่สูญเสียแขน ขา ที่เข้ารับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม มีคะแนนการรับรู้ความสามารถโดยทั่วไปของตนและคะแนนการรับรู้ความสามารถเฉพาะของตนสูงกว่าก่อนเข้ากลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สุนทรา เลียงเชวงวงศ์ (2541, หน้า 68) ได้ศึกษาผลของการให้ความรู้ด้านสุขภาพและการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง ต่อแบบแผนการดำเนินชีวิตของผู้ป่วยโรคหลอดเลือด

หัวใจ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจทั้งเพศชายและเพศหญิงจำนวน 20 ราย แบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 7-8 คน ให้แต่ละกลุ่มได้รับความรู้ด้านสุขภาพและการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองโดยการสังเกตตัวแบบจากวิดีโอที่สนับกับการใช้คำพูดชักจูง จำนวน 3 ครั้ง ห่างกันทุกเดือน ผลการทดลอง พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีแบบแผนการดำเนินชีวิตภายหลังการทดลองสูงขึ้น และแตกต่างกับก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

วิลาศลักษณ์ ชั่ววลี (2542, หน้า 46) ได้ศึกษาผลของรางวัลภายนอกและการรับรู้ความสามารถของคนที่มีความตั้งใจภายในของนักเรียน เพื่อศึกษาผลของรางวัลภายนอกที่เป็นเงินและข้อมูลป้อนกลับทางบวกที่บอกถึงความสำเร็จ พร้อมการแนะนำแนวทางการทำกิจกรรมต่อ โดยไม่ควบคุมสิ่งที่มีผลต่อแรงจูงใจภายในในการเล่นเกมส์ของนักเรียน และศึกษาว่านักเรียนที่มีระดับการรับรู้ความสามารถของตนสูง เมื่อได้รับรางวัลภายนอกแล้วจะมีความตั้งใจภายในแตกต่างจากนักเรียนที่มีระดับการรับรู้ความสามารถของตนต่ำเมื่อได้รับรางวัลหรือไม่ ซึ่งใช้ทดลองกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 96 คน โดยใช้เกมวิศกรน้อยเป็นเครื่องมือ และใช้แบบแผนการทดลองแบบสุ่มภายในบล็อก โดยวิธีการให้รางวัลภายนอกเป็นตัวแทนกระตุ้นและการรับรู้ความสามารถของตนในการเล่นเป็นตัวแทนจำแนก ผู้วิจัยวัดแรงจูงใจภายในในการเล่นเกมส์ของนักเรียนโดยใช้แบบสอบถามที่สร้างขึ้น และสังเกตพฤติกรรมความสนใจในการเล่นเกมส์ของนักเรียนในช่วงอิสระหลังการทดลองด้วย ผลการวิจัยพบว่า รางวัลภายนอกที่ให้ ไม่ได้ทำลายแรงจูงใจภายในและพบว่าแรงจูงใจภายในระหว่างกลุ่มที่ได้รับเงิน กลุ่มที่ได้รับข้อมูลป้อนกลับ และกลุ่มควบคุมหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน แต่พบว่านักเรียนที่รับรู้ความสามารถของตนในการเล่นเกมส์มีความสนุกในการเล่นมากกว่านักเรียนที่รับรู้ความสามารถของตนต่ำ และพบว่า นักเรียนที่ได้รับข้อมูลป้อนกลับ มีพฤติกรรม เอาใจใส่ในเกมส์ที่ตนเองเล่นมากกว่ากลุ่มอื่น ๆ

ปราณี นัยประยูร (2544, หน้า 9) ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และการใช้โปรแกรมการพัฒนาความคาดหวังในความสามารถของตน ต่อพฤติกรรมความรับผิดชอบในการเข้าชั้นเรียนของนักเรียนระดับประกาศนียบัตร ชั้นที่ 2 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 ที่มีจำนวนคาบเรียนที่ไม่เข้าชั้นเรียนสูงสุดในแต่ละห้อง และสอบถามความสมัครใจ แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม และกลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ 6 คน กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับโปรแกรมการพัฒนาความคาดหวังในความสามารถของตนเอง 6 คน และกลุ่มควบคุม 6 คน ผลการศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีพิจารณาเหตุผลและอารมณ์ และการใช้โปรแกรมการพัฒนาความคาดหวังในความสามารถของตน สามารถเพิ่มพฤติกรรมความรับผิดชอบในการเข้าชั้นเรียนของนักเรียนได้ทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลและทั้งสองวิธีนี้มีผล

ไม่แตกต่างกัน

ขวัญใจ สวคเฮง (2546, หน้า 78) ได้ทำการศึกษาผลของการรับรู้ความสามารถเพื่อเพิ่มความเข้มแข็งในการมองโลกของพนักงานที่สูญเสียอวัยวะจากอุบัติเหตุในโรงงาน กลุ่มตัวอย่างคือพนักงานของบริษัท ไมย์เออร์ อินดัสตรีส์ จำกัดที่มีคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำกว่าหรือเท่ากับเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 75 โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 6 คนในระหว่างการทดลองกลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกโปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเอง 10 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึก หลังจากนั้นทดสอบความเข้มแข็งในการมองโลกกับกลุ่มตัวอย่างทุกคนทั้งในระยะก่อนและหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมการรับรู้ความสามารถของตนเอง มีคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่าพนักงานกลุ่มควบคุม มีคะแนนความเข้มแข็งเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง ภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ

มณฑา อนุรัตน์สร (2546, หน้า 69) ได้ทำการศึกษา ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง ที่มีต่อแรงงูใจภายในการเรียนรู้ด้วยตนเอง กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาริตพิบูลบำเพ็ญ มหาวิทยาลัยบูรพา ที่มีแรงงูใจภายในตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 37 คน สุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 6 คน ในระหว่างการทดลองกลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง 10 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับ โปรแกรม หลังจากนั้นทดสอบแรงงูใจภายในกับกลุ่มตัวอย่างทุกคน ทั้งในระยะก่อนและหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองมีแรงงูใจภายในสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม ทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญ

จะเห็นได้ว่า ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง ให้ความสำคัญกับการรับรู้ความสามารถของบุคคล และการคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองที่มีต่อการทำงานของบุคคล เน้นเรื่องการพิจารณาความเข้าใจ การตระหนักรู้ในความสามารถของตนและศักยภาพภายในตนเอง สามารถดึงมาใช้ประโยชน์ในรูปของความคิดและแสดงออกมาทางพฤติกรรม การรับรู้ความสามารถของตนเองนี้ จะมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การเลือกกระทำในกิจกรรมต่าง ๆ และความพยายามที่จะกระทำในกิจกรรมนั้นอย่างต่อเนื่อง บุคคลจะเลือกประพฤติดิปฏิบัติหรือกระทำกิจกรรมใด ๆ ก็ขึ้นอยู่กับระดับการรับรู้ความสามารถของตนเองที่มีในบุคคลนั้น

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค

แนวคิดที่เกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค สตอลซ์

(Stoltz, 1997, pp. 10 - 12) เสนอแนวคิดว่า คนที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคที่ดีนั้น จะต้องมีความคิดและทัศนคติต่ออุปสรรคดังนี้ คือ

ต้องคิดว่า...อุปสรรค เป็นความท้าทาย และความท้าทาย ทำให้เกิดโอกาส เมื่อมีโอกาส ก็จะเป็นหนทางสู่ความสำเร็จ ฉะนั้น เมื่อมีอุปสรรคมากเท่าใด ก็จะทำให้คนมีโอกาสประสบความสำเร็จมากขึ้น ซึ่งเป็นวิธีคิดแบบมองโลกในแง่ดี คิดแบบผู้ชนะ คิดแบบผู้มีแรงจูงใจ และคิดแบบผู้ที่ไม่ล้มเหลว

เพื่อให้มีการเข้าใจรูปแบบของบุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคต่างกันมากขึ้น สตอลซ์จึงได้อธิบายลักษณะของบุคคลโดยการแทนผู้เผชิญกับปัญหาเหมือนกับผู้ที่กำลังจะขึ้นภูเขา ส่วนภูเขาสูงก็แทนด้วยเป้าหมายหรือความสำเร็จที่บุคคลตั้งไว้ ซึ่งแบ่งกลุ่มคนเป็น 3 กลุ่ม และในแต่ละกลุ่มคนเหล่านี้ ความคิดและความสำเร็จของแต่ละคนในการปีนเขา ก็จะแตกต่างกัน ซึ่งลักษณะแตกต่างกันของทั้งสามกลุ่มนี้ พบเห็นได้ทั่วไปในทุกสาขาอาชีพ ทุกหมู่ ทุกเหล่า ทุกสถานที่ทำงาน ได้แก่

กลุ่มที่ 1 ผู้ถอนตัว (The Quitter) เป็นพวกที่ชอบแพ้ง่ายๆ พวกนี้พอเริ่มปีนขึ้นไปก็บ่นว่าเหนื่อย ขอมแพ้แล้ว แหงนมองยอดเขายังหือหนึ่กขึ้นไปอีก บุคคลพวกนี้ในชีวิตจริงจะไม่กระตือรือร้น ไม่ขวนขวาย ชอบชีวิตที่เรียบง่าย ชอบบ่นถึงความยากลำบาก เกียจคร้าน อยู่เสมอ ไม่ค่อยสร้างมนุษยสัมพันธ์ มักขาดเพื่อน เวลาเมื่อมีอุปสรรคจะยอมแพ้อย่างง่ายดาย เพราะใจไม่สู้ มักมีข้ออ้างเสมอ เช่น เหนื่อย งานยากเกินไป

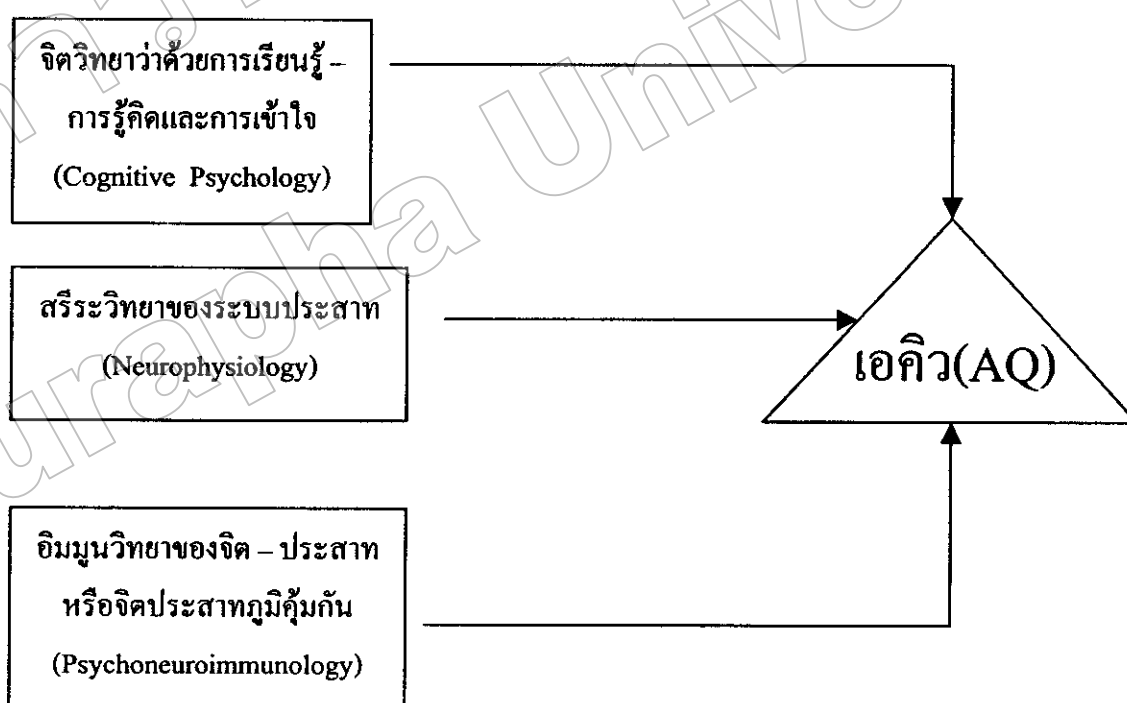
กลุ่มที่ 2 ผู้พักแรม (The Camper) เปรียบเหมือนบุคคลที่พอเริ่มปีนเขาได้ นิดหน่อยก็เริ่มท้อ เหนื่อย อยากตั้งค่ายพัก (Camp) แล้ว พวกนี้จะมีแรงบันดาลใจอยู่บ้าง แต่ไม่นานนักก็หมดไป เวลาจะทำอะไรก็มักลังเล ทำ ๆ หยุด ๆ มีเงื่อนไขและมีข้อจำกัดมาก สุดท้ายก็ไม่ได้ฝ่าฟันอุปสรรคเช่นกัน มักหยุดหรือถอยกลางคัน มักหาเหตุผลต่าง ๆ มาลบเลือนความพ่ายแพ้ มีชีวิตอยู่ไปเพื่อให้ได้ความต้องการพื้นฐานและให้สังคมยอมรับบ้าง แต่ไม่ลุยหรือสู้สุด ๆ

กลุ่มที่ 3 นักปีนเขา (The Climber) เปรียบเสมือนคนที่ปีนเขาที่ยังปีนขึ้นสูงเท่าไร มีความเสี่ยงเท่าไร ลำบากเท่าไร เขายังรู้สึกตื่นเต้น ท้าทายความสามารถ ยิ่งอยากปีนให้ถึงจุดสุดยอดของภูเขานั้น บุคคลพวกนี้จะมีวิถีชีวิตที่กระตือรือร้น พร้อมทั้งจะเผชิญกับอุปสรรคทุกอย่าง มีความเป็นผู้นำ มีวิสัยทัศน์ที่กว้างไกล มีแรงบันดาลใจสูง สามารถที่จะสร้างความสัมพันธ์กับมนุษย์ทุกระดับ เวลาพบอุปสรรคมักจะมีความกล้าในการเผชิญและไม่ยอมแพ้ มีพลังงานในตัวสูง มีกำลังใจมั่นคงเสมอ ชีวิตจึงมีผลงานมาก ประสบความสำเร็จสูง เป้าหมายสูงสุดของชีวิต

มักจะอยากช่วยเหลือสังคมและประเทศชาติ นอกเหนือจากการช่วยเหลือตนเองและครอบครัว

ทฤษฎีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค สตอลทซ์ (Stoltz, 1997, pp. 83-84) อธิบายความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคว่า เป็นการอาศัยแนวคิดพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ 3 สาขา ในการประกอบกันเป็นผนังแต่ละด้าน ที่ประกอบกันขึ้นเป็นพีระมิดแห่งความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ซึ่งองค์ประกอบของ 3 หลักการดังกล่าว คือ จิตวิทยาว่าด้วยการเรียนรู้ – การรู้คิดและการเข้าใจ (Cognitive Psychology) สรีระวิทยาของระบบประสาท (Neurophysiology) และอิมมูโนวิทยาของจิตประสาทหรือจิตประสาทภูมิคุ้มกัน (Psychoneuroimmunology) ซึ่งเป็นทฤษฎีที่จะอธิบายว่าทำไมบางคน บางกลุ่ม หรือบางหน่วยงาน จึงมีคนเพิกเฉยละทิ้งงาน แต่ก็มีบางกลุ่มที่ยืนหยัดทำงานต่อไป นอกจากนี้ยังอธิบายได้ว่าทำอะไรจึงจะพัฒนาความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคได้ และทำอะไรจึงจะสามารถเปลี่ยนแปลงทัศนคติความเคยชิน เพื่อก้าวไปสู่ความสำเร็จ

ความสัมพันธ์ของสาขาวิชาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งเป็นแนวคิดทางวิทยาศาสตร์อันเป็นองค์ประกอบของ เอคิว (AQ) ทั้ง 3 สาขา สามารถแสดงได้ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างวิทยาศาสตร์ 3 สาขาที่เป็นทฤษฎีพื้นฐานสำคัญของเอคิว(AQ)

แนวคิดทางวิทยาศาสตร์ที่เป็นองค์ประกอบของ เอคิว (AQ) ทั้ง 3 สาขา คือ

1. จิตวิทยาว่าด้วยการเรียนรู้ – การรู้คิดและการเข้าใจ (Cognitive Psychology)

นักวิชาการพบว่า คนจำนวนมากเข้าใจว่าอุปสรรค ความคับข้องใจที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของตน ทำให้เกิดความท้อแท้สิ้นหวังและไม่รู้จักจะจัดการปัญหาอย่างไรดี นานเข้าคนเหล่านี้ก็จะทุกข์ทรมาน ล้มเหลวจมอยู่กับความทุกข์จากอุปสรรค ตรงกันข้ามบางคนคิดว่าความคับข้องใจเป็นสิ่งชั่วคราว เป็นสิ่งที่ต้องเผชิญเพื่อที่จะเติบโตต่อไป คนกลุ่มนี้ยังคงมีความหวัง มีกำลังใจที่จะฟันฝ่าอุปสรรคไปสู่ความสำเร็จ

2. สรีระวิทยาของระบบประสาท (Neurophysiology)

นักวิชาการมีความเห็นว่าสมองของคนเราประกอบด้วยโครงสร้างที่สมบูรณ์ สามารถสร้างความเคยชินขึ้นมาได้ หากเปลี่ยนจิตได้สำนึกเสียใหม่ สร้างทัศนคติทางบวก ก็จะสามารถสร้างความเคยชินใหม่และพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคได้

3. อิมมูโนวิทยาของจิตประสาทหรือจิตประสาทภูมิคุ้มกัน (Psychoneuroimmunology)

นักวิชาการพบว่า ความสามารถในการจัดอุปสรรคและความยากลำบากของคนเรา เกี่ยวข้องกับสุขภาพกายและสุขภาพจิตของตนโดยตรง ความเข้มแข็งในจิตใจและการควบคุมตนเอง จะส่งผลต่อภูมิคุ้มกันโรคภัยไข้เจ็บของผู้สูงอายุ หากได้รับการกระตุ้น ให้กำลังใจ เข้าร่วมกิจกรรมรวมหมู่ เช่น เดินรำ ร้องเพลง เล่นหมากรุก เล่นบิงปอง ก็จะทำให้เกิดการกระตุ้นระบบภูมิต้านทานโรคภัยไข้เจ็บของผู้สูงอายุ

สตอลทซ์ (Stoltz, 1997, pp. 95 - 97) ได้เสนอ หลักการสำคัญของความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค หลักการสำคัญ ๆ ของความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคมียู่ 4 ประการ โดยใช้คำย่อ คือ รหัส คอร์ (CORE) ซึ่งมาจากคำว่า ซี มาจาก คอนโทรล (C = Control) โอ มาจาก ออนเนอร์ชิพ (O = Ownership) อาร์ มาจาก รีช (R = Reach) และ อี มาจาก เอ็นดูแรนซ์ (E = Endurance) ซึ่ง 4 ปัจจัยเหล่านี้ คือ หลักการที่จะทำให้บุคคลมีความสามารถที่จะมีความอดทน ทนทานต่อปัญหาต่าง ๆ ได้ ซึ่งสามารถขยายความได้ดังนี้

หลักการที่ 1 คือ คอนโทรล (Control) หมายถึง การควบคุมสถานการณ์ เช่น ท่านตั้งใจทำงานอย่างเต็มที่แต่ถูกตำหนิจากผู้บังคับบัญชา ปฏิกริยาที่จะตอบได้ แสดงถึงความสามารถในการพยายามที่จะควบคุมสถานการณ์ให้ได้ มีอยู่ 2 รูปแบบ คือ

รูปแบบที่ 1 ก็คือ การควบคุมสถานการณ์หลังจากที่ได้สติแล้ว เช่น เมื่อได้ฟังคำตำหนิจากผู้บังคับบัญชา กลับรู้สึกไม่พอใจจึงใช้ถ้อยคำตอบโต้กลับที่รุนแรง มีการโต้แย้ง ถกเถียง ใช้อารมณ์กับผู้บังคับบัญชาหรือกระแทกประตู แต่หลังจากที่คิดและได้สติแล้ว ก็จะกลับไปตอบโต้สถานการณ์นั้นในอีกรูปแบบหนึ่ง เช่น อาจจะกลับไปขอโทษ ซึ่งพบได้มาก

รูปแบบที่ 2 คือ การควบคุมสถานการณ์ทันที บางครั้งความรู้สึกภายในอาจรู้สึกโกรธ รู้สึกผิดหวัง รู้สึกหมดหวัง แต่ความรู้สึกเหล่านี้จะถูกปลดปล่อยโดยความรู้สึกในทางบวกและมีปฏิกิริยาที่ออกมาทางบวกโดยทันที นั่นคือการควบคุมสถานการณ์ต้องใช้เวลาในการฝึกฝน

หลักการที่ 2 คือ ออเนอร์ชิพ (Ownership) หมายถึง การถือว่าปัญหาขององค์กรเป็นปัญหาของตน ทุก ๆ คนในทีมจะต้องคิดว่าสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นปัญหาของพวกเขาเอง พยายามที่จะช่วยคิดแก้ปัญหาเหมือนกับเป็นปัญหาของตนเอง ซึ่งจะเป็นอีกสิ่งหนึ่งที่ทำให้คน ๆ นั้นเป็นคนที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคสูง

หลักการที่ 3 คือ รีช (Reach) หมายถึง การคิดว่าปัญหานั้นถึงจุดจบแล้วต้องมีที่สิ้นสุด คือ ไม่คิดปัญหาเล็กให้เป็นปัญหาใหญ่ เพราะการคิดอย่างนี้จะทำให้มีพลังที่จะแก้ไขปัญหา คนที่คิดในทางลบคิดว่ามีปัญหารุมเร้ามากมาย ร่างกายก็จะอ่อนเปลี้ยไม่มีพลังที่จะเกิดความคิด ๆ ได้ ทำให้ไม่สามารถที่จะแก้ปัญหาอะไรได้

หลักการที่ 4 คือ เอ็นดูแรนซ์ (Endurance) หมายถึง ความทนทาน ความอดทนต่อปัญหาต่างๆ พยายามเห็นปัญหาให้เป็นปัญหาที่เล็ก ก็จะทำให้เขาสามารถฝ่าฟันอุปสรรคไปได้ในที่สุด

หลักการทั้ง 4 ข้อ คออร์ (CORE) ของความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคต่างก็มีปฏิสัมพันธ์กันและทำงานร่วมกันอย่างชัดเจน คนที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงจะเป็นคนที่มองเห็น โอกาสในทุก ๆ ครั้งที่มีปัญหา และรู้จักใช้โอกาสนั้นอย่างมีประสิทธิภาพในการสร้างความสำเร็จให้เกิดขึ้น

ความหมายของความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค มาจากคำว่า แอดเวอร์ซิตี ควอเทีย้น (Adversity Quotient) หรือ เอคิว (AQ) ซึ่งเป็นแนวคิดและทฤษฎีใหม่ที่นักจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญในสาขาต่าง ๆ ให้ความสนใจถึงปัจจัยที่ทำให้บุคคลประสบความสำเร็จ โดยมีนักจิตวิทยาที่สำคัญในกลุ่มนี้คือ พอล จี สตอลซ์ (Paul G. Stoltz)

สตอลซ์ (Stoltz, 1997, p. 6) ได้ให้ความหมายของความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคไว้ว่า หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการตอบสนองต่อเหตุการณ์ในยามที่ต้องเผชิญกับความทุกข์ยากหรือความลำบาก โดยผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคสูง จะมีจิตใจที่เข้มแข็ง ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคใด ๆ แม้จะพ่ายแพ้หรือล้มเหลวไปก็สามารถลุกขึ้นสู้ใหม่ได้ ส่วนผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคต่ำ เวลาที่ต้องเผชิญกับความผิดหวังหรือความทุกข์ยากก็จะพ่ายแพ้ บางคนอาจละทิ้งงานไปกลางคันหรือบางคนอาจท้อแท้กับชีวิตถึงขั้นลาออกจากงานก่อนเกษียณ เป็นต้น

คันสนีย์ ฉัตรอุปต์ (2544, หน้า 103) กล่าวว่าความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคนั้น เป็นรูปแบบปฏิบัติการตอบสนองหรือพฤติกรรมของคน ๆ นั้น ต่อปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น หรือเป็นรูปแบบพฤติกรรมการตอบสนองต่อปัญหาต่าง ๆ ในชีวิต ซึ่งเป็นกลไกของสมองเกิดจากไขประสาทต่าง ๆ ถูกสร้างขึ้นและได้รับการฝึกฝนมา

มันทรา ธรรมบุศย์ (2544, หน้า 14) ให้ความหมายของความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคว่า เป็นความสามารถของบุคคลในการตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ในยามที่ต้องเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคเป็นวัฏจักรซ้ำ ทำให้คนเราไม่สามารถก้าวขึ้นไปสู่ความสำเร็จที่ปรารถนาไว้

วิทยา นาควัชร (2544, หน้า 91) ให้ความหมายของความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคว่าเป็นความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคของบุคคล มีความอดทนเมื่อมีอุปสรรค และสามารถฝ่าฟันอุปสรรคได้อย่างคนที่มีความตั้งใจและความหวังอยู่เสมอ โดยมนุษย์ทุกคนเกิดมามีทั้งข้อดีและข้อบกพร่องในตนเองที่ทำให้สูงหรือทุกข์ ประสบความสำเร็จมากขึ้นหรือน้อยลงกันทุกคน ขึ้นอยู่กับพันธุกรรม การอบรมเลี้ยงดูตั้งแต่วัยเด็ก และสิ่งแวดล้อม ซึ่งปัจจัยทั้ง 3 นี้ ได้หล่อหลอมให้เกิดเป็นบุคลิกภาพที่ดีหรือไม่ดี เกิดเป็นนิสัยที่ทำให้ชีวิตเจริญหรือนิสัยที่ทำให้ชีวิตเสื่อมถอยลง

จันทร์ชลิ มาพุทธ (2546, หน้า 9) ให้ความหมายของความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคว่า คือความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น การมีความเชื่อมั่นในตนเองและสามารถที่จะดึงคนที่มีความสามารถเข้ามาร่วมงาน และมอบหมายงานให้ตรงกับความรู้ความสามารถ ความถนัด จะต้องเป็นผู้ที่กล้าตัดสินใจ สามารถเข้าใจและรู้จักคน รู้ประสิทธิภาพความสามารถของคนในองค์กร และสามารถดึงความสามารถของบุคคลมาใช้ประโยชน์กับองค์กรให้มากที่สุด

สรุปได้ว่า ความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคหรือเอคิว หมายถึง การที่บุคคลตอบสนองต่อเหตุการณ์ หรือวิธีการในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคซึ่งเป็นวัฏจักรซ้ำให้สามารถก้าวไปสู่ความสำเร็จตามที่ปรารถนาไว้

ข้อแตกต่างของผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคสูง กับผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคต่ำ กล่าวคือ ผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคสูง จะมีโอกาสหรือลักษณะดังนี้ คือ

1. มีโอกาสได้รับการคัดเลือก (Selected) และได้รับการเลือกตั้ง (Elected) ให้เป็นผู้นำมากกว่า
2. เป็นนักกีฬาที่มีความสามารถสูง

3. มีอัตราในการละทิ้งงานหรือลาออกจากงานกลางคันน้อยกว่า คนที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคต่ำ ถึง 3 เท่า
4. เป็นผู้บริหารที่มีความสามารถในการปฏิบัติงานสูง
5. สามารถเรียนรู้งานได้เร็วกว่า และสามารถประยุกต์สิ่งที่เรียนรู้ไปใช้ในการทำงานได้อย่างชำนาญ
6. เป็นนักแก้ไขปัญหามีความสามารถสูง
7. เป็นที่พึงพอใจหรือถูกใจของผู้ปฏิบัติงานที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคสูงเหมือนกัน

จะเห็นได้ว่า ผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคที่ดีนั้น จะช่วยส่งเสริมให้บุคคลนั้น มีศักยภาพในการทำงานสูง เนื่องจากความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคนี้จะเป็นสิ่งที่กระตุ้นให้บุคคลมีความพยายาม ไม่ท้อแท้ต่อปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามา และสามารถฝ่าฟันจนบรรลุเป้าหมายที่ต้องการได้

คุณลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคสูง (มีฉันทนาธรรมบุคช, 2544, หน้า 41) คือ ผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคที่ดีนั้นควรมีคุณลักษณะ ดังต่อไปนี้

1. การตั้งเป้าหมายหรือความปรารถนาอย่างแรงกล้าในสิ่งที่ต้องการไว้ล่วงหน้า (Aim) แล้วพยายามมุ่งไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้นั้นให้ได้
2. การมีหัวใจเด็ดเดี่ยว เข้มแข็ง (Strong - Minded) คือ ไม่หวั่นกลัวต่อภัยอันตราย และไม่คิดว่าตนเกิดมาโชคร้าย ผู้ที่มีลักษณะเข้มแข็ง จะมีลักษณะอ่อนโยนแต่ไม่อ่อนแอ ทำการเด็ดขาด เคารพบนอบแก่ผู้ที่เป็นใหญ่กว่า มีเมตตากรุณาแก่ผู้น้อย ไม่ฉุนเฉียวโกรธง่าย มีอารมณ์มั่นคง และสามารถสร้างตนให้ดีขึ้นอย่างรวดเร็ว
3. มีความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - Confidence) คือ เชื่อว่าตนเองจะสามารถกระทำในสิ่งที่มุ่งหวังได้สำเร็จ ไม่กลัวจะทำอะไรผิดพลาด แต่จะถือเอาบทเรียนที่ผิดพลาดมาสอนตนเองให้ทำสิ่งที่ถูกต้องต่อไป
4. มีพลังอำนาจของความคิดและพลังจิตที่แรงกล้า (Will - Power) คือ เป็นเครื่องนำให้บรรลุผลที่ต้องการ ผู้ที่จะก้าวขึ้นสู่อำนาจที่ใหญ่หลวงได้นั้น จะต้องเป็นคนที่มีกระแสแห่งดวงจิตที่แรงพอที่จะข่มหัวใจผู้อื่นลงได้

จะเห็นได้ว่า ลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคสูงนั้น มักจะเป็นผู้ที่พร้อมจะก้าวไปข้างหน้าตลอด ไม่ยอมหยุดอยู่กับที่ มีความมุ่งมั่นปรารถนาที่จะบากบั่น แสวงหา พัฒนา บุกเบิกอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อตนเอง เพื่อการทำงาน และความก้าวหน้าต่อไป ให้ประสบผลสำเร็จสูงสุด

ตันสนีย์ ฉัตรคุปต์ (2544, หน้า 91) ได้กล่าวไว้ว่า คุณลักษณะของบุคคลที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตจะต้องมีคุณสมบัติดังนี้

1. มีวิสัยทัศน์ หรือที่เรียกว่า วิชั่น (Vision) ซึ่งหมายถึง ความฝันและการลงมือกระทำตามความฝัน หรือมาจาก คริม + แอคชั่น = วิชั่น (Dream + Action = Vision) คือ การมองการณ์ไกลไปข้างหน้า และต้องมีมุมมองที่กว้างไม่ใช่มองที่มุมแคบแค่มุมใดมุมหนึ่ง ต้องเป็นคนใจกว้างมองได้หลายมุมหลากหลาย จะมองไกลและต้องใฝ่รู้

2. การที่มีพลัง (Energetic) หรือเหมือนกับคนที่มิไฟในตัว เป็นคนกระตือรือร้น กระฉับกระเฉง มีความคล่องตัวสูง มีพลังอย่างแรงกล้าในตัวที่จะคิดจะทำ เหมือนมีพลังพิเศษ นอกจากนี้ยังต้องเป็นคนที่สามารถผลักดัน สามารถจูงใจคนอื่น ลูกน้อง เจ้าหน้าที่ทุกคนในองค์กรให้เกิดพลังขึ้น สามารถกระตุ้นให้มีพลังขึ้นและทำงานอย่างเต็มความสามารถ

3. มีความเชื่อมั่นในตนเอง (Self Confidence) คือ มีความเชื่อมั่นในความคิดของตนเอง และขณะเดียวกันก็เชื่อมั่นผู้อื่นด้วย สามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ถ้าที่จะดึงคนเก่งมาทำงาน ไม่กลัวที่จะทำงานกับคนเก่ง ต้องเข้าใจคนและเข้าใจจิตวิทยามนุษย์ สามารถมอบหมายงานให้ตรงกับความรู้ความสามารถและความถนัดของพนักงาน ซึ่งจะมีส่วนทำให้งานก้าวหน้าและเจริญพัฒนาต่อไปได้

4. จะต้องเป็นคนกล้าตัดสินใจ กล้าที่จะเสี่ยง แต่จะต้องเสี่ยงอยู่บนเหตุผลและข้อมูล ต้องกล้ารับผิดชอบสิ่งที่ทำ (calculated risk) จะต้องเป็นคนที่กล้าตัดสินใจ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องที่ยากๆ (difficult decision) ซึ่งหากตัดสินใจได้ถูกต้องเหมาะสม งานที่มีประสิทธิภาพก็จะเกิดขึ้น

มัทธรา ธรรมบุศย์ (2544, หน้า 44) ได้กล่าวไว้ว่าผู้ที่มี เอคิว (AQ) จะสามารถเรียนรู้ในสิ่งต่อไปนี้

1. รู้จักสร้างกรอบความคิดใหม่ ด้วยการเปลี่ยนแปลงตนเองจากผู้ที่เคยยอมแพ้ หรือเคยต่อสู้กับชีวิตในทางที่ไม่ถูกต้องให้กลายเป็นผู้ที่ทำวิกฤติให้เป็นโอกาส

2. สามารถบริหารจัดการกับชีวิตของตนเองได้ดีขึ้น เช่น ไม่ตำหนิตนเองและผู้อื่น และลดการทำร้ายอารมณ์ของตนเอง ไม่โกรธง่าย หงุดหงิดง่าย

3. เมื่อประสบกับความทุกข์ยากหรือความผิดหวังก็สามารถรักษาสภาพจิตใจของตนเองให้เข้มแข็งขึ้นได้ ภายในเวลาอันรวดเร็ว

4. เมื่อเผชิญปัญหาที่ร้ายแรง ก็มีสติสัมปชัญญะที่มั่นคง สามารถแก้ไขปัญหาคืออุปสรรคที่เข้ามาขัดขวางความสำเร็จของตนได้

5. ทำให้มีสุขภาพที่แข็งแรงขึ้น มีความสุขมากขึ้นและมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

6. สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยความเข้าใจอันดีต่อกัน และสามารถติดต่อสื่อสาร

กับสมาชิกทีมงานหรือกับเพื่อนร่วมงานในองค์กรได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

7. ทำให้มีความสามารถในการแข่งขันสูงขึ้นไม่เฉื่อยชา มีความคิดสร้างสรรค์ และมีความสามารถในการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้มากขึ้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค การศึกษาเรื่องความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคยังไม่เป็นที่แพร่หลายนัก ผลงานที่พบมักเป็นบทความ ยังไม่พบงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคเท่าใดนัก มีงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

เกษร ภูมิดี (2546) ศึกษาความสามารถในการเผชิญปัญหา และฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนที่มีบุคลิกภาพและรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสามัญศึกษา จังหวัดหนองบัวลำภู ปีการศึกษา 2545 โดยใช้เกณฑ์ร้อยละ 15 ของจำนวนประชากรทั้งหมด จากนั้นสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi - Stage Sampling) จำนวน 370 คน จำแนกกลุ่มตัวอย่างตามลักษณะบุคลิกภาพ 6 ด้าน จากนั้นจำแนกกลุ่มตามรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู 3 แบบ จากนั้นได้แจกแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค แบบวัดบุคลิกภาพ และแบบสอบถามรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู จากนั้นผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลที่ได้มาตรวจคัดแบบสอบถาม แบบวัดที่ขาดคุณภาพและไม่สมบูรณ์ออก นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรค แบบวัดบุคลิกภาพและแบบสอบถามรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า นักเรียนที่มีบุคลิกภาพในแต่ละด้านต่าง ๆ กัน จะมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคต่างกัน และนักเรียนที่มีรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน จะมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคต่างกัน