

แนวทางการส่งเสริมและพัฒนาการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร

Guidelines for promoting and developing the positive thinking of Undergraduate Students of Silpakorn University International College

วิริน เคนดี¹ มนัสนันท์ หัตถศักดิ์²

Wirin Kendee¹ Manasanan Hatthasak²

¹ นิสิตปริญญาโท ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

¹ Master Student at Kasertsart University. Master of Arts (Educational Psychology and Guidance), Department of Educational Psychology and Guidance, Kasertsart University.

Corresponding author, E-mail: wirin.k@ku.th

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

² Lecturer, Ph.D, Assistant Professor, Department of Educational Psychology and Guidance, Kasertsart University. E-mail: hatthasak@gmail.com

Received: July 18, 2020; Revised: June 25, 2021; Accepted: July 19, 2021

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาสาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร 2) เพื่อศึกษาแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาตรีของวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2562 งานวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ ได้ดำเนินการเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจง โดยใช้เกณฑ์ในการพิจารณาและคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล จำนวน 22 คน ประกอบด้วย ผู้บริหารวิทยาลัยนานาชาติ จำนวน 3 ท่าน อาจารย์ประจำวิทยาลัยนานาชาติ 5 ท่าน และนักศึกษาวิทยาลัยนานาชาติ จำนวน 14 คน เก็บข้อมูลจากผู้บริหารและอาจารย์ประจำด้วยแบบสัมภาษณ์กึ่งมีโครงสร้าง และเก็บข้อมูลจากนักศึกษาจากการสนทนากลุ่ม โดยแบ่งนักศึกษาเป็น 2 กลุ่ม

ผลการวิจัยพบว่า สาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกของนักศึกษา จากความเห็นผู้บริหาร ได้แก่ 1) การอบรมเลี้ยงดู 2) ประสบการณ์ชีวิต 3) การรับรู้ความสามารถของตนเอง 4) สังคมและสิ่งแวดล้อม และ 5) กำลังใจจากคนรอบข้าง ครอบครัว ครูอาจารย์และกลุ่มเพื่อน จากความเห็นของอาจารย์ประจำ ได้แก่ 1) การอบรมเลี้ยงดู 2) ประสบการณ์ชีวิต 3) การรับรู้ความสามารถของตนเอง 4) สื่อในเชิงบวก 5) สิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวของนักศึกษา 6) ครอบครัว 7) อาจารย์ผู้สอน 8) อิทธิพลจากเพื่อน และ 9) ความเข้าใจตนเองและสถานการณ์ต่าง ๆ และจากความเห็นของนักศึกษา ได้แก่ 1) การอบรมเลี้ยงดู 2) ประสบการณ์ชีวิต 3) การรับรู้ความสามารถของตนเอง 4) สังคมและสิ่งแวดล้อม 5) ครอบครัว ครูอาจารย์และกลุ่มเพื่อน และ 6) ความเข้าใจในตนเอง ผู้อื่นและสถานการณ์ต่าง ๆ ส่วนแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาการคิดเชิงบวกของนักศึกษา จากความเห็นของผู้บริหาร อาจารย์ประจำและกลุ่มนักศึกษาของวิทยาลัยนานาชาติ

ได้แก่ 1) การนำนักศึกษาออกศึกษานอกสถานที่ในรายวิชาที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้นักศึกษาได้เปิดรับและเห็นมุมมองใหม่ ๆ 2) การจัดกิจกรรมนอกชั้นเรียน เพื่อพัฒนาให้นักศึกษาของคณะวิชาเกิดความเข้าใจในตนเอง 3) การสนับสนุนให้นักศึกษาของคณะวิชาได้พัฒนาตนเองทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ และ 4) การสอดแทรกเรื่องของการคิดเชิงบวกในเนื้อหาวิชาของคณะวิชาที่เปิดทำการสอน

คำสำคัญ : การคิดเชิงบวก การอบรมเลี้ยงดู ประสบการณ์ชีวิต การรับรู้ความสามารถของตนเอง

Abstract

The purposes of this research were: 1) to study causes that affect positive thinking of undergraduate students of Silpakorn University International College 2) to study guidelines for promoting and developing the positive thinking of Undergraduate Students of Silpakorn University International College, Semester 2, Academic Year 2019. This research was done by qualitative method. The informants were selected through purposive sampling with selection criteria, which resulted with the total of 22 informants, consisted of 3 management staffs, 5 full-time lecturers and 14 students. The data were collected from management staffs and full-time lecturers by semi-structured interview, and students by focus group in which they were divided into 2 groups.

The results indicated that the causes that affect positive thinking of undergraduate students of Silpakorn University International College were: 1) oriented child rearing, 2) life experience, 3) self-efficacy, 4) society and environment, and 5) encouragement from peers, families, teachers and friends which were derived from the opinions of management staffs; and from the opinions of full-time lecturers were consist of 1) oriented child rearing, 2) life experience, 3) self-efficacy, 4) positive media, 5) the surrounding environment, 6) Family, 7) Lecturers, 8) friends' influences, and 9) self-understanding and the situations; and from the students' opinions consist of 1) oriented child rearing, 2) life experience, 3) self-efficacy, 4) society and environment, 5) family, lecturers and friends, and 6) Self-understanding, others people and the situations. As for the guidelines for promoting and developing positive thinking among students from the opinions of the management, full-time lecturers and students at the Silpakorn University International College include: 1) Arrange the field trips for those related subjects to encourage students to open their minds and perspective. 2) Organise activities outside the classroom to improve student self-understanding. 3) Support students to improve their personal development both in a physical and mental way. 4) Adding positive thinking in the faculty's course syllabus.

Keyword: Positive Thinking, Oriented Child rearing, Life experience, Self-efficacy

บทนำ

จากสภาพทางเศรษฐกิจ สังคม และเทคโนโลยีการสื่อสารที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว สังคมไทยในปัจจุบันจึงเต็มไปด้วยความเร่งรีบ รวมถึงการที่ต้องเจอกับอุปสรรคในชีวิตมากมายอันเป็นปัญหาที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวลและความเครียด ทำให้เกิดภาวะซึมเศร้า ซึ่งในปัจจุบันมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งวัยรุ่นที่เป็นช่วงของการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกายและจิตใจ การเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปตามพัฒนาการแห่งวัยมีผลต่อกระบวนการคิดและจิตใจของวัยรุ่น อาจทำให้เกิดความตึงเครียดอันมาจากอารมณ์ที่ค่อนข้างรุนแรงและเปลี่ยนแปลงง่าย (สุรางค์ โค้วตระกูล, 2559) จากผลการสำรวจในปี 2559 สถานการณ์ปัญหาวัยรุ่นไทยในปัจจุบันมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น การแก้ไขปัญหาทางสุขภาพจิตของวัยรุ่น จำเป็นต้องเริ่มจากครอบครัว ต่อเนื่องไปถึงสถาบันการศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง (กรมสุขภาพจิต, 2562) ทั้งนี้วัยรุ่นควรมีทักษะอื่น ที่ช่วยเป็นพลังใจให้ตนเองผ่านพ้นจากปัญหาอุปสรรคไปได้ พลังใจเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เกิดความหวังและกำลังใจในการต่อสู้ทางออกจากอุปสรรค เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง จนกระทั่งประสบผลสำเร็จเกิดเป็นความสุขในชีวิต ซึ่งหนึ่งในทักษะที่ทำให้เกิดพลังใจนั้นคือการคิดเชิงบวก (พิทักษ์ สุพรรณภาพ, 2561)

ดังที่ได้กล่าวไว้ข้างต้นว่าการคิดเชิงบวกเป็นทักษะหนึ่งที่ทำให้เกิดพลังใจ ซึ่งการคิดเชิงบวกนั้นสามารถเรียนรู้และฝึกฝนให้เกิดขึ้นได้ด้วยตนเอง โดยการฝึกกระบวนการคิดไปในทิศทางบวก คิดในแง่ที่ดีและอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริง (อลิชา โรเบิร์ตส์, 2555) ซึ่งถ้าวัยรุ่นได้หมั่นฝึกฝนตนเองให้เกิดการคิดเชิงบวกเป็นประจำ นำไปปฏิบัติอยู่เสมอจะทำให้มีสภาวะอารมณ์ที่มั่นคง สามารถเผชิญ กับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ส่งผลให้วัยรุ่นสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้ดี (ดวงกมล ปิ่นเฉลียว, 2559) รวมถึงการมองโลกในแง่ดีและคิดในแง่ดี ซึ่งจะช่วยให้มีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิต (ภัทรพรรณ บุญยะปานะสาร, 2559) อีกทั้งสามารถฟื้นฟูตนเองได้ดีหลังจากที่ต้องผ่านเหตุการณ์อันเลวร้ายหรือวิกฤต มีความสร้างสรรค์ เห็นคุณค่าในตนเอง ประสบผลสำเร็จในชีวิต (วิทยากร เชียงกูล, 2562)

นอกจากการคิดเชิงบวกจะเกิดขึ้นได้โดยการเรียนรู้และฝึกฝนด้วยตนเองแล้ว ยังมีปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลทำให้เกิดการคิดเชิงบวกของแต่ละบุคคล ดังผลการวิจัยที่พบว่ากรอบมโนคติอย่างส่งผลให้เกิดจิตสำนึกเห็นความสำคัญของส่วนรวม มีพฤติกรรมที่เอื้อต่อสังคม ซึ่งส่งผลทางบวกต่อการคิดเชิงบวก (นวรินทร์ ตาก้อนทอง, 2557) นอกจากนี้ปัจจัยที่เกิดจากตัวบุคคลอย่างการรับรู้ความสามารถของตนเองก็ส่งผลให้เกิดการคิดเชิงบวกได้ ดังผลวิจัยของชัตติยา น้ำทอง (2551, อ้างใน วันปิยะ เลิศปิยะวรรณ, 2560) พบว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองเป็นตัวแปรที่สำคัญในการส่งอิทธิพลสูงสุดต่อความสามารถในการฝ่าฟันอุปสรรคอันเป็นผลจากการคิดเชิงบวก และเมื่อบุคคลนั้นสามารถเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค จะเกิดความภาคภูมิใจไม่ย่อท้อ เชื่อมมั่นในตนเอง ทำให้ประสบผลสำเร็จดังเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ เกิดประสบการณ์ที่ดีต่อตนเอง ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกได้ในที่สุด (จรัญญา ประสิทธิ์สุนทร และมนัสนันท์ หัตถศักดิ์, 2561)

ข้อดีที่เกิดขึ้นจากการคิดเชิงบวกที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะทำการศึกษาสาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกของนักศึกษา รวมถึงการหาแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาการคิดเชิงบวกของนักศึกษาวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร เพื่อนำผลจากการวิจัยครั้งนี้ไปประยุกต์ใช้สำหรับจัดกิจกรรมหรือการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เกิดการคิดเชิงบวกมากยิ่งขึ้น เนื่องมาจากการที่ได้สำรวจข้อมูลเกี่ยวกับจำนวนนักศึกษาทุกปี พบว่าจำนวนคงอยู่ของนักศึกษาเริ่มลดลงในช่วงสามปีที่ผ่านมา ปัญหาส่วนใหญ่เริ่มจากภาวะความเครียดและความวิตกกังวลของนักศึกษาจากการเรียน ปัญหาด้านสัมพันธภาพและเศรษฐกิจของครอบครัว ทำให้นักศึกษาไม่มีพลังใจในการต่อสู้กับปัญหา จนทำให้เกิดปัญหาทั้งด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตตามมา ส่งผลกระทบต่อนักศึกษาทั้งด้านการใช้ชีวิตประจำวันและด้านการเรียน ซึ่งปัญหาเหล่านี้ถือเป็นปัญหาสำคัญที่ทางสถาบันต้องวางแนวทางในการป้องกันและแก้ไข ที่สำคัญที่สุดคือให้การช่วยเหลือนักศึกษาให้เกิดพลังใจที่จะสามารถก้าวข้ามปัญหาและอุปสรรคไปได้ด้วยตนเอง อันนำไปสู่สุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี รวมถึงการนำวิธีการคิดเชิงบวกไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันต่อไป

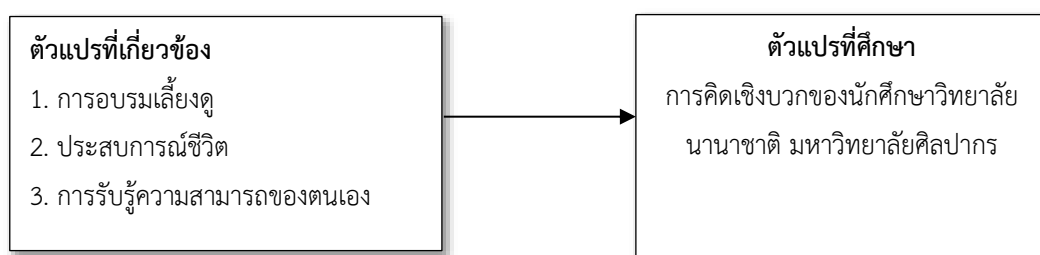
วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาสาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร

2. เพื่อศึกษาแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาตรีของวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยทำการศึกษสาเหตุและแนวทางการส่งเสริมพัฒนานักศึกษาของวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร ให้เกิดการคิดเชิงบวก โดยกำหนดตัวแปรที่เกี่ยวข้องเพื่อทำการศึกษา ประกอบไปด้วย การอบรมเลี้ยงดู ประสบการณ์ชีวิต และการรับรู้ความสามารถของตนเอง ทั้งนี้ ผู้วิจัยยังได้ศึกษาทฤษฎีและแนวคิดต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่เกี่ยวข้องทั้ง 3 ตัวแปร เพื่อใช้เป็นฐานข้อมูลเบื้องต้นในการศึกษา ได้แก่ แนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบของการอบรมเลี้ยงดูของ Baumrind ที่กล่าวถึงรูปแบบการเลี้ยงดู 4 แบบ ทฤษฎีของบรูเนอร์ซึ่งเป็นทฤษฎีการเรียนรู้โดยการค้นพบ เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ชีวิต และทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมของ Bandura เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง จากนั้นได้กำหนดกรอบแนวคิดดังรายละเอียดในภาพ 1



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ข้อตกลงเบื้องต้น

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมุ่งศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาตรีของวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร เนื่องจากการศึกษาเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยจึงเก็บข้อมูลจากกลุ่มเป้าหมายจากสถาบันเดียว ไม่สามารถใช้เป็นตัวแทนของสถาบันอื่น ๆ ได้

วิธีการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ทำการเลือกพื้นที่สำหรับการวิจัยในครั้งนี้แบบเจาะจง คือ วิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร เนื่องจากเป็นสถานศึกษาที่ผู้วิจัยปฏิบัติงานอยู่ในสายสนับสนุน ตำแหน่งนักวิชาการศึกษาปฏิบัติการ จากการสังเกตและการสำรวจข้อมูลของนักศึกษาพบว่าจำนวนคงอยู่ของนักศึกษาในช่วงสามปีที่ผ่านมาเริ่มลดลง อันเนื่องมาจากสาเหตุความวิตกกังวลและความเครียดที่นักศึกษาต้องเผชิญ จนเกิดภาวะซึมเศร้าและบางส่วนไม่สามารถศึกษาต่อไปได้ ผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญในการให้ความช่วยเหลือแก่นักศึกษาให้เกิดพลังใจในการต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรค โดยการเสริมสร้างและพัฒนาการคิดเชิงบวก ดังนั้น จึงต้องการหาสาเหตุที่ทำให้นักศึกษาเกิดการคิดเชิงบวก เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในรูปแบบของการจัดกิจกรรมส่งเสริมและพัฒนานักศึกษาให้เกิดการคิดเชิงบวกมากขึ้น

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจง ประกอบไปด้วย ผู้บริหาร อาจารย์ประจำ และนักศึกษา วิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร รวมทั้งหมด 22 คน โดยเหตุผลในการเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูล เนื่องจากในส่วน

ของผู้บริหารและอาจารย์ประจำเป็นผู้ที่มีประสบการณ์เกี่ยวข้องกับนักศึกษาโดยตรงจากทั้งการเรียนการสอน การเป็นอาจารย์ที่ปรึกษา และการกำหนดนโยบายในการพัฒนานักศึกษาในแต่ละปี ซึ่งจะทำได้ข้อมูลที่มีประโยชน์โดยตรงเกี่ยวกับสาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกของนักศึกษา รวมทั้งข้อคิดเห็นในเรื่องแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาการคิดเชิงบวกให้กับนักศึกษาจากมุมมองของผู้บริหารและอาจารย์ประจำ และในส่วนของนักศึกษา ข้อมูลจากตัวแทนของนักศึกษามีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากเป็นกลุ่มเป้าหมายที่ต้องการส่งเสริมและพัฒนาการคิดเชิงบวก ข้อมูลที่ได้จากนักศึกษาจึงเป็นข้อมูลตรงที่สามารถนำมาใช้วิเคราะห์สาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกของนักศึกษาได้ รวมทั้งทำให้เห็นถึงแนวทางและวิธีการที่จะสามารถส่งเสริมและพัฒนาให้นักศึกษาเกิดการคิดเชิงบวกอย่างได้ผล เพราะเป็นการสะท้อนจากความคิดเห็นและความต้องการของนักศึกษาโดยตรง ดังนั้น เพื่อให้ได้ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ในการวิจัยครั้งนี้ จึงได้กำหนดเกณฑ์การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล ดังต่อไปนี้

ผู้บริหารวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร ดำรงตำแหน่งรองคณบดีวิทยาลัยนานาชาติ เป็นผู้ที่มีประสบการณ์ในการกำกับดูแลและทำงานเกี่ยวข้องกับนักศึกษา ทั้งด้านวิชาการ ด้านกิจการนักศึกษา และด้านปฏิบัติการต่าง ๆ ระยะเวลาไม่ต่ำกว่า 5 ปี จำนวน 3 ท่าน

อาจารย์ประจำวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร เป็นผู้ที่มีประสบการณ์การสอนนักศึกษาในมหาวิทยาลัยศิลปากร และเป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ระยะเวลาไม่ต่ำกว่า 5 ปี จำนวน 5 ท่าน

นักศึกษามหาวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร คัดเลือกตัวแทนนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 จากทั้ง 4 สาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชาการจัดการโรงแรม สาขาวิชาการออกแบบสื่อสารดิจิทัล สาขาวิชาการตลาด การจัดงานและกิจกรรมสันทนาการ และสาขาวิชาการจัดการตราสินค้าหรูหรา โดยพิจารณาจากนักศึกษาที่ช่วยเหลือกิจกรรมของคณะวิชา ได้นักศึกษาผู้ให้ข้อมูลรวมทั้ง 14 คน ประกอบด้วย

- 1) นักศึกษาสาขาวิชาการจัดการโรงแรม ชั้นปีที่ 1-4 ชั้นปีละ 1 คน รวม 4 คน
- 2) นักศึกษาสาขาวิชาการออกแบบสื่อสารดิจิทัล ชั้นปีที่ 1-4 ชั้นปีละ 1 คน รวม 4 คน
- 3) นักศึกษาสาขาวิชาการตลาด การจัดงานและกิจกรรมสันทนาการ ชั้นปีที่ 1-4 ชั้นปีละ 1 คน รวม 4 คน
- 4) นักศึกษาสาขาวิชาการจัดการตราสินค้าหรูหรา ชั้นปีที่ 1-2 ชั้นปีละ 1 คน รวม 2 คน เนื่องจากสาขาวิชาดังกล่าวเริ่มจัดการเรียนการสอนในปีการศึกษา 2560

เครื่องมือในการเก็บข้อมูล

แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง เพื่อใช้เก็บข้อมูลจากผู้บริหารและอาจารย์ประจำวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร โดยแบบสัมภาษณ์แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ และแนวประเด็นคำถามเกี่ยวกับการคิดเชิงบวกของนักศึกษา ประกอบด้วยคำถามทั้งหมด 9 ข้อ และได้รับการตรวจสอบคุณภาพจากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน จากนั้นได้ทำการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) พบว่าผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของคำถามทั้ง 9 ข้อ มีค่าอยู่ที่ 1.00 แปลผลได้ว่ามีความเที่ยงตรงผ่าน สามารถนำไปใช้ได้ แต่อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยได้ปรับแก้คำถามตามข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน เพื่อให้ข้อคำถามมีความสมบูรณ์มากขึ้น ก่อนนำไปใช้ในการสัมภาษณ์

แบบสนทนากลุ่ม เพื่อใช้เก็บข้อมูลจากกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร ประกอบไปด้วย คำชี้แจงการดำเนินการสนทนากลุ่ม และประเด็นคำถามทั้งหมด 10 ข้อ โดยได้รับการตรวจสอบคุณภาพจากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน จากนั้นได้ทำการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) พบว่าผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของคำถามทั้ง 9 ข้อ มีค่าอยู่ที่ 1.00 แปลผลได้ว่ามีความเที่ยงตรงผ่าน สามารถนำไปใช้ได้ จากนั้นได้ทำการปรับแก้และเพิ่มเติมข้อคำถามให้มีความสมบูรณ์มากขึ้นตามข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (Semi-structured Interview) ยึดตามแนวทางการแบ่งประเภทการสัมภาษณ์โดย Berg (รัตนะ บัวสนธ์, 2558 อ้างถึง Berg, 1995) สำหรับผู้บริหารและอาจารย์ประจำวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร เป็นการสัมภาษณ์รายบุคคล จำนวนทั้งหมด 8 ท่าน โดยใช้ข้อคำถามปลายเปิดที่ได้กำหนดเป็นประเด็นหลักไว้ในการสัมภาษณ์ ซึ่งผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการสัมภาษณ์เอง

การสนทนากลุ่ม (Focus Group) วิธีการสนทนากลุ่มนี้ใช้กับกลุ่มนักศึกษาวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร ที่ได้เลือกแบบเจาะจงไว้ทั้งหมด 14 คน โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มย่อย กลุ่มละ 7 คน ซึ่งนักศึกษาผู้ให้ข้อมูลในแต่ละกลุ่มจะคณะสาขาวิชาและเพศ เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนข้อมูลและความคิดพร้อมทั้งหาข้อสรุปเกี่ยวกับสาเหตุที่ทำให้เกิดการคิดเชิงบวกของนักศึกษาวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร โดยใช้เวลาในการดำเนินการสนทนากลุ่มครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที ถึง 2 ชั่วโมง ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการการสนทนากลุ่มเอง

การตรวจสอบข้อมูล

การศึกษาค้นคว้าอิสระในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการตรวจสอบข้อมูลด้วยการตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล (Data Triangulation) จากแหล่งบุคคลซึ่งอยู่ในสถานที่เดียวกันและมีความเกี่ยวข้องกันด้านการศึกษา ซึ่งแหล่งบุคคลประกอบไปด้วยบุคคล 3 กลุ่ม ได้แก่ ผู้บริหาร อาจารย์ประจำและนักศึกษามหาวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร โดยการนำข้อมูลที่ได้มาจากการสัมภาษณ์ผู้บริหารและอาจารย์ประจำ จำนวน 8 ท่าน ซึ่งเป็นการสัมภาษณ์รายบุคคลโดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง และข้อมูลจากนักศึกษาโดยการดำเนินการสนทนากลุ่ม แบ่งเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 7 คน รวมทั้งหมด 14 คน มาเปรียบเทียบกัน เพื่อพิจารณาว่าข้อมูลที่ได้มามีความสอดคล้องและตรงกันหรือไม่ ถ้าบุคคลผู้ให้ข้อมูลเปลี่ยนไป (สุภางค์ จันทวานิช, 2561)

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลแบบสร้างข้อสรุป โดยมีรายละเอียดดังนี้

การวิเคราะห์แบบอุปนัย (Analytic Induction) เพื่อใช้ตีความและสร้างข้อมูลสรุป ซึ่งผู้วิจัยต้องทำการสรุปข้อมูลโดยทำการจดบันทึกเหตุการณ์ โดยมีขั้นตอนคือ 1) ใครทำอะไร 2) เมื่อไร 3) อย่างไร และ 4) กับใคร

การวิเคราะห์โดยการจำแนกชนิดข้อมูล (Typological Analysis) เพื่อให้เห็นถึงขั้นตอนของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องกันไปและชนิดข้อมูลที่คล้ายกัน โดยใช้การจำแนกแบบไม่ใช่ทฤษฎี ซึ่งจะแบ่งเป็นชนิดของเหตุการณ์บุคคลที่เกี่ยวข้อง สภาพแวดล้อม และระยะเวลา เป็นต้น ทำให้เห็นถึงความสัมพันธ์ของข้อมูลที่ได้จำแนกเป็นแต่ละชนิด รวมทั้งความสม่ำเสมอของข้อมูล เพื่อใช้ในการบรรยายสร้างข้อสรุปต่อไป

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังใช้วิธีการอื่น ๆ ในการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อให้เกิดความชัดเจนและความเชื่อมโยงมากยิ่งขึ้น คือ การตีความข้อมูล (Interpretation) เพื่อมุ่งหาความหมายของข้อมูลว่าพฤติกรรมที่แสดงออกหรือการให้ข้อมูลของผู้ให้สัมภาษณ์นั้น สื่อถึงอะไรบ้างที่เป็นข้อเท็จจริงที่สามารถนำไปใช้สร้างข้อสรุป

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่องแนวทางการส่งเสริมและพัฒนาการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาตรี วิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร แบ่งการนำเสนอผลเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ จากผู้บริหาร อาจารย์ประจำ และนักศึกษามหาวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ผลการศึกษาเกี่ยวกับสาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวก

ผลจากผู้บริหารวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร ได้แก่ 1) การอบรมเลี้ยงดู ด้วยวิธีการให้ลองทำสิ่งต่าง ๆ ลองผิดลองถูกด้วยตนเอง ให้เหตุผล และการใช้คำพูดที่ดีในการสื่อสาร ดังตัวอย่างบทสัมภาษณ์ “คิดว่าส่งผลแน่นอน เราให้การส่งเสริมแทนที่จะบอกว่าไม่ แต่บอกให้ลองดู เราต้องไป support อยู่ใกล้ ๆ คือเด็กรุ่นใหม่เท่าที่สังเกต ถ้าไม่ปล่อยให้ทำเอง พลาดเอง เขาจะยังไม่ค่อยเชื่อ จนกระทั่งเขาโดนด้วยตัวเองและเขาก็บอกว่าจริงด้วยทำไมคราวนั้นไม่เชื่อ แต่เขามาด้วยความ positive นะ” 2) ประสบการณ์ชีวิต จากการที่นักศึกษาได้พบเจอกับสิ่งที่ยากลำบากและสามารถผ่านพ้นมาได้สำเร็จ ประสบการณ์ใหม่ ๆ ประสบการณ์ที่ดี รวมไปถึงการได้รับคำปรึกษาที่ดี ดังตัวอย่างบทสัมภาษณ์ “เรื่องของประสบการณ์ อันนี้ก็ค่อนข้างเห็นด้วย เช่น ถ้าเกิดมีเขาทำอะไรประสบความสำเร็จมาก่อน เขาก็จะเกิดความภูมิใจมั่นใจ พองานต่อไปเขาก็จะคิดแล้วแหละว่าเขาจะก้าวผ่านไปได้” 3) การรับรู้ความสามารถของตนเอง จากการที่นักศึกษารู้ว่าตนเองความสามารถทางด้านใด ดังตัวอย่างบทสัมภาษณ์ “เด็กสมัยนี้อาจจะว่าเขามั่นใจ เพราะฉะนั้นสมมุติว่าถ้าเขาคิดว่าเขาทำได้ เขาคิดว่าเขาเก่งแล้วมันก็จะมียผล แต่ว่าผลเนี่ยมันก็จะทำให้เกิดทั้งบวกและลบ แต่อาจารย์กำลังคิดว่า ถ้าเขาคิดว่ามันดีแล้ว ผลในเชิงบวกก็จะมีมากกว่า”

ผลจากความเห็นของอาจารย์ประจำ ได้แก่ 1) การอบรมเลี้ยงดู ด้วยวิธีการปลูกฝังการคิดเชิงบวกแต่เด็ก ให้มองโลกตามความเป็นจริง ลองผิดลองถูก ทำความเข้าใจกับปัญหาที่เกิดขึ้น คติวิเคราะหฺ์และสังเคราะห์ตนเองและคนรอบข้าง ดังตัวอย่างบทสัมภาษณ์ “อาจารย์คิดว่ามันมีผลมากเลย โดยเฉพาะสถาบันครอบครัว ครูอาจารย์ต่าง ๆ การเกิดการคิดเชิงบวกได้ การเลี้ยงดูต้องเริ่มจากที่บ้าน เวลาเราจะให้เด็กทำอะไร เราจะต้องมีการบอกเหตุผลประกอบ อาจารย์คิดว่าเด็กจะมีการคิดเชิงบวกในการทำหน้าที่ในมุมมองต่าง ๆ เป็นส่วนหนึ่งของสังคมมากขึ้น ทำให้เกิดเชิงบวกมากขึ้น” 2) ประสบการณ์ชีวิต จากอายุ การสังเกต การหล่อหลอมโดยครอบครัวและสังคม การใช้เหตุผลและความยุติธรรม การให้การสนับสนุนและช่วยเหลือ และการรับรู้ของแต่ละบุคคล ดังตัวอย่างบทสัมภาษณ์ “เรื่องของประสบการณ์ชีวิต มีผลมากนะคะ โดยเฉพาะเรื่องของสังคมตั้งแต่ตอนเด็ก ถ้าอยู่ในครอบครัวที่ดี มีการให้เหตุผลความเป็นธรรมกับคนในครอบครัว อย่างนี้เด็กส่วนใหญ่ก็มีความคิดเชิงบวก ก็จะมองโลกในแง่ดีเพราะประสบการณ์เขาได้รับความเป็นธรรม” 3) การรับรู้ความสามารถของตนเอง โดยที่นักศึกษาสามารถวิเคราะห์จุดแข็งจุดอ่อนของตนเอง ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวและผู้ใกล้ชิด มีความเข้าใจต่อตนเองและสถานการณ์ต่าง ๆ ดังตัวอย่างบทสัมภาษณ์ “นักศึกษาต้องสามารถวิเคราะห์ตนเอง คือต้องรู้ว่าจุดแข็งจุดอ่อนอย่างไร เพราะฉะนั้นถ้าเขารู้จุดแข็งของตนเอง เข้าใจความสามารถของตนเองว่าเขาเก่งเรื่องอะไร ถ้าเขาประสบความสำเร็จในสิ่งที่เขาชอบทำ เขาก็จะมีความเชื่อมั่นในความคิดทางด้านบวก”

ผลจากนักศึกษาวិทยาลัยนานาชาติ ได้แก่ 1) การอบรมเลี้ยงดู ด้วยวิธีการปลูกฝังการคิดเชิงบวกแต่เด็ก เฝอชิดสถานการณ์และลองผิดลองถูกด้วยตนเอง มองโลกตามความเป็นจริง การสนับสนุนและช่วยเหลือจากบิดามารดา การใช้เหตุผลในการแก้ปัญหา และการให้อิสระทางความคิด ดังตัวอย่างจากการสนทนากลุ่ม “คุณพ่อคุณแม่จะเลี้ยงดูให้รับรู้ความเป็นจริงมากกว่า เพื่อวันหนึ่งเมื่อเราโตไปเจอเราที่จะรู้สึกว่าเขา เราเคยโดนหนักมาก่อน คือให้เรารับรู้โลกภายนอก ให้ based On ความเป็นจริง” 2) ประสบการณ์ชีวิต จากอายุ การผ่านประสบการณ์ที่ยากลำบาก การได้รับประสบการณ์ใหม่ ๆ การรับรู้ การสังเกตและการได้รับการปรึกษาที่ดี ดังตัวอย่างจากการสนทนากลุ่ม “สำหรับหนูอาจจะเป็ผลในเชิงบวกที่เราผ่านประสบการณ์มาเยอะ ทำให้เรามองโลกหรือเรื่องต่าง ๆ ในมุมมองใหม่ ๆ ที่เราเข้าใจมันมากขึ้น หนูก็คิดว่ามันน่าจะส่งผลในทางที่ดี เพียงแค่เราใช้ประสบการณ์นั้นให้เป็นประโยชน์สำหรับเรา ให้เรามองลึกซึ้งมีเหตุมีผล” 3) การรับรู้ความสามารถของตนเอง จากการได้ใช้ความสามารถของตนเองในการช่วยเหลือผู้อื่น การตั้งเป้าหมายและลงมือทำจนสำเร็จ การรับรู้ว่าคุณชอบในสิ่งใดก็จะมุ่งมั่นในการทำสิ่งนั้น ดังข้อมูลดังตัวอย่างจากการสนทนากลุ่ม “พอเรารู้ว่าเราทำอะไรได้สักอย่าง เราก็จะรู้สึกว่ามันมั่นใจว่าเราทำได้ เราก็จะคิดเชิงบวกว่ายังงี้เราก็ทำได้ ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น...ก็ส่งผลให้เราก่อนข้างมั่นใจในความสามารถของเราในระดับหนึ่ง”

ผลจากการตรวจสอบความสอดคล้องและตรงกันของข้อมูล

ผลจากการตรวจสอบข้อมูลจากผู้บริหาร อาจารย์ประจำและกลุ่มนักศึกษา พบว่ามีการให้ข้อมูลบางอย่างที่มีความสอดคล้องและตรงกัน ดังข้อมูลตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลจากการตรวจสอบความสอดคล้องและตรงกันของข้อมูลจากผู้บริหาร อาจารย์ประจำและกลุ่มนักศึกษา วิทยาลัยนานาชาติ

สาเหตุที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกของนักศึกษา	กลุ่มผู้ให้ข้อมูล		
	ผู้บริหาร	อาจารย์ประจำ	กลุ่มนักศึกษา
วิธีการอบรมเลี้ยงดู			
- การให้ลองผิดลองถูกด้วยตนเอง	✓	✓	✓
- ให้มองโลกตามความเป็นจริง		✓	✓
- ปลุกฝังการคิดเชิงบวกให้กับนักศึกษาตั้งแต่วัยเด็ก		✓	✓
รูปแบบประสบการณ์ชีวิต			
- อายุและการรับรู้ส่วนบุคคล		✓	✓
- การสังเกตสิ่งที่อยู่รอบ ๆ ตนเอง		✓	✓
- นักศึกษาได้ลองทำสิ่งต่าง ๆ ที่ยากลำบากมาแล้ว	✓		✓
และประสบความสำเร็จ			
- การได้รับคำชมเชยและคำปรึกษาที่ดีจากคนรอบข้าง	✓	✓	✓
วิธีการรับรู้ความสามารถของตนเอง			
- การที่นักศึกษารู้จักจุดแข็งและจุดอ่อน		✓	✓
รวมถึงความชอบและความถนัดของตนเอง			
- บิดา มารดา และผู้ปกครองควรให้การสนับสนุน	✓	✓	
ในการให้นักศึกษาได้ลองค้นหาความสามารถที่แท้จริงของตนเอง			

ตัวอย่างบทสัมภาษณ์ที่เกี่ยวข้องกับการตรวจสอบความสอดคล้องและตรงกันของข้อมูล ดังผลสรุปจากตารางข้างต้น ดังนี้ 1) บทสัมภาษณ์จากอาจารย์ประจำและกลุ่มนักศึกษาตามลำดับ เรื่องวิธีการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ลองผิดลองถูก “คิดว่าส่งผลแน่นอน เราให้การส่งเสริมแทนที่จะบอกว่าไม่ แต่บอกให้ลองดู เราต้องไป support อยู่ใกล้ ๆ คือเด็กรุ่นใหม่เท่าที่สังเกตถ้าไม่ปล่อยให้ทำเอง พลาดเอง เขาจะยังไม่ค่อยเชื่อ จนกระทั่งเขาโดนด้วยตัวเองและเขาก็บอกว่าจริงด้วยทำไมคราวนั้นไม่เชื่อ แต่เขามาด้วยความ positive นะ” “ไม่ได้เลี้ยงแบบสอนให้คิดเชิงบวกตรง ๆ แต่ให้ไปเผชิญเหตุการณ์ต่าง ๆ เอง ส่วนผู้ปกครองก็จะเตือนไว้ก่อนว่ามันเป็นแบบนี้ให้เราค่อย ๆ ปรับค่อย ๆ เจอ โดยมีผู้ปกครองเป็นที่ปรึกษาให้” 2) บทสัมภาษณ์จากผู้บริหารและกลุ่มนักศึกษาตามลำดับ เรื่องรูปแบบประสบการณ์ชีวิต จากการศึกษาได้ลองทำสิ่งต่าง ๆ ที่ยากลำบากมาแล้วและประสบความสำเร็จ “เรื่องของประสบการณ์ อันนี้ก็ค่อนข้างเห็นด้วย เช่น ถ้าเกิดมีเขาทำอะไรประสบความสำเร็จมาก่อน เขาก็จะเกิดความภูมิใจมั่นใจ พองานต่อไปเขาก็คิดแล้วแหละว่าเขาจะก้าวผ่านไปได้” “สำหรับหนูอาจจะเห็นผลในเชิงบวกที่เราผ่านประสบการณ์มาเยอะ ทำให้เรามองโลกหรือเรื่องต่าง ๆ ในมุมมองใหม่ ๆ ที่เราเข้าใจมันมากขึ้น หนูก็คิดว่ามันน่าจะส่งผลในทางที่ดี เพียงแค่เราใช้ประสบการณ์นั้นให้เป็นประโยชน์สำหรับเรา ให้เรามองลึกซึ้งขึ้นมีเหตุผล” 3) บทสัมภาษณ์จากผู้บริหารและอาจารย์ประจำตามลำดับ เรื่องวิธีการรับรู้ความสามารถของตนเองจากการที่นักศึกษารู้จักจุดแข็งและจุดอ่อน รวมถึงความชอบและความถนัดของ

ตนเอง “เด็กสมัยนี้อาจจะว่าเขามั่นใจ เพราะฉะนั้นสมมุติว่าถ้าเขาคิดว่าเขาทำได้ เขาคิดว่าเขาเก่งแล้วมันก็จะมียผล แต่ว่าผลเนี่ยมันก็จะทำให้เกิดทั้งบวกและลบ แต่อาจารย์กำลังคิดว่า ถ้าเขาคิดว่ามันดีแล้ว ผลในเชิงบวกก็จะมีมากกว่า” “นักศึกษาต้องสามารถวิเคราะห์ตนเอง คือต้องรู้ว่ามียจุดแข็งจุดอ่อนอย่างไร เพราะฉะนั้นถ้าเขารู้จุดแข็งของตนเอง เข้าใจความสามารถของตนเองว่าเขาเก่งเรื่องอะไร ถ้าเขาประสบความสำเร็จในสิ่งที่เขาชอบทำ เขาก็จะมีความเชื่อมั่นในความคิดทางด้านบวก”

ในส่วนของลักษณะพฤติกรรมและผลที่สะท้อนให้เห็นถึงการคิดเชิงบวกของนักศึกษา คือ สามารถพึ่งพาตนเองได้ รู้จักผ่อนหนักให้เป็นเบา มีความมั่นใจ ภาคภูมิใจในตนเอง มีทัศนคติที่ดี มองโลกในแง่ดี มีความเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น มีเหตุผล อารมณ์ดี ใจเย็น มีความสุข เกิดความคิดสร้างสรรค์ เกิดความมุ่งมั่นและมีพลังใจในการทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จ ไม่ท้อถอย สามารถต่อสู้จนผ่านพ้นปัญหาและอุปสรรคไปได้ สอดคล้องกับผลการวิจัยของ พัทธกิจ สุพรรณโณภาพ (2561) ที่กล่าวถึงความสำคัญของการคิดเชิงบวกไว้ว่า การคิดเชิงบวกเป็นการช่วยให้บุคคลเกิดความเข้าใจและมองเห็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงอย่างมีสติ มีกำลังใจที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ จนประสบผลสำเร็จและจะเป็นคนที่มีความสุขในชีวิตได้

แนวทางการส่งเสริมและพัฒนาการคิดเชิงบวกของนักศึกษา

แนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาการคิดเชิงบวกของนักศึกษา ทางผู้บริหารวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร มีความเห็นว่า 1) จัดกิจกรรมและการฝึกอบรมเกี่ยวกับการคิดเชิงบวกให้นักศึกษา เช่น การ Coaching 2) สอดแทรกเรื่องการคิดเชิงบวกลงในเนื้อหาวิชาที่ทำการเรียนการสอน 3) การสนับสนุนจากทางครอบครัวและสถาบันการศึกษา และ 4) พัฒนาความคิดของนักศึกษาให้เกิดการช่วยเหลือและสนับสนุนซึ่งกันและกัน ในส่วนของอาจารย์ประจำวิทยาลัยนานาชาติ มีความเห็นว่า 1) ควรจัดกิจกรรมการออกศึกษานอกสถานที่เพื่อให้นักศึกษาได้เรียนรู้และเปิดรับสิ่งใหม่ ๆ 2) ทำงานด้านกิจการนักศึกษาและด้านวิชาการ ควรออกแบบกิจกรรมให้กับนักศึกษาเพื่อพัฒนาการคิดเชิงบวกเป็นประจำทุกปี และ 3) การพูดคุยกับนักศึกษาและแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เพื่อช่วยให้คำแนะนำและปรับทัศนคติ ส่วนกลุ่มนักศึกษาวิทยาลัยนานาชาติมีความคิดเห็นว่า 1) การได้พบเจอกับผู้คนเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในมุมมองที่ต่างกัน และการได้รับประสบการณ์ใหม่ ๆ 2) การอยู่ในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่คนรอบข้างมีการคิดเชิงบวก 3) การได้พัฒนาตนเองทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ และ 4) การได้ฝึกวิธีการแก้ไขปัญหาด้วยตัวเองผ่านการเรียนรู้จากเนื้อหาในรายวิชาที่ทำการเรียนการสอน

อภิปรายผล

1. จากผลสรุปเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูที่มีผลต่อการเกิดการคิดเชิงบวกของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร จะเห็นได้ว่าผู้บริหาร อาจารย์ประจำ และนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร ได้กล่าวถึงลักษณะพฤติกรรมที่สะท้อนให้เห็นถึงการคิดเชิงบวกจากการอบรมเลี้ยงดู ได้แก่ นักศึกษาจะมีอารมณ์ดี มีความมั่นใจในตนเอง สามารถผ่อนหนักให้เป็นเบา มีความพยายามในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้สำเร็จ สามารถแก้ปัญหาได้ด้วยตนเองและดำเนินชีวิตต่อไปได้ นำข้อผิดพลาดของตนเองมาใช้เป็นบทเรียนในการแก้ไขปัญหาครั้งต่อไปได้ด้วยตนเอง สามารถต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ได้ ใจเย็น มีเหตุผล มีความคิดรอบคอบและไม่กลัวการเริ่มต้นในการทำสิ่งใหม่ ๆ และพึ่งพาตนเองได้ ซึ่งลักษณะพฤติกรรมที่สะท้อนให้เห็นถึงการคิดเชิงบวกดังกล่าว ได้มีความสอดคล้องและตรงกับคุณลักษณะบางประการจากงานวิจัยของพัทธกิจ สุพรรณโณภาพ (2561) ที่ได้ทำการวิจัยเรื่องการคิดเชิงบวก: ตัวแปรในการพัฒนาชีวิต และพบว่าความคิดเชิงบวกเป็นตัวแปรที่ได้บ่งบอกถึงคุณลักษณะของบุคคลไว้หลายประการ เช่น มีสุขภาพกายและจิตที่ดี การมีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต การมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น และมีความคิดสร้างสรรค์ อีกทั้งยัง

ช่วยให้บุคคลเกิดความเข้าใจและมองสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างมีสติ มีกำลังใจที่จะต่อสู้กับอุปสรรค สามารถเปลี่ยนวิกฤตในชีวิตให้เป็นโอกาส พยายามหาหนทางแก้ปัญหาต่าง ๆ จนประสบผลสำเร็จ และจะเป็นคนที่มีความสุขในชีวิตได้ ซึ่งพบคุณลักษณะที่มีความตรงกัน ได้แก่ สามารถต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ และสามารถแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง นอกจากนี้ยังเห็นถึงคุณลักษณะที่เพิ่มเติมขึ้นมา ทำให้ผลการศึกษาวิจัยครั้งนี้แตกต่างจากผลการวิจัยของพิทักษ์ สุพรรณโณภาพ ได้แก่ ใจเย็น มีเหตุผล มีความคิดรอบคอบและไม่กลัวการเริ่มต้นในการทำสิ่งใหม่ ๆ สามารถผ่อนหนักให้เป็นเบา และพึ่งพาตนเองได้ เป็นต้น

2. จากผลสรุปเกี่ยวกับพฤติกรรมที่สะท้อนให้เห็นถึงการคิดเชิงบวกจากประสบการณ์ชีวิต ของนักศึกษาวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร ทำให้เห็นความแตกต่างจากผลการวิจัยของ ฉัฐวิณั สิริศิริอรธร, ไพรัช จันทเกตุ, นิษฐ์สินี กู้ประเสริฐ และ วิษณุ แพทย์คดี (2562) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ผลการใช้กิจกรรมส่งเสริมความคิดเชิงบวกในนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพครู โดยโปรแกรมส่งเสริมการคิดเชิงบวกที่ใช้การทดลอง จะให้นักศึกษาได้ใช้ประสบการณ์ของตนเองมาเป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินกิจกรรม พบว่าผลจากโปรแกรมช่วยให้นักศึกษามีการคิดเชิงบวกมากขึ้น ช่วยสร้างความสุขความสบายใจให้กับนักศึกษา ส่งผลต่อการทำงานและการดำเนินชีวิต มีประโยชน์มากในสถานการณ์ที่บุคคลพบกับเหตุการณ์ที่ไม่ดีหรือเศร้าหมองหดหู่ เมื่อได้เทียบผลจากพฤติกรรมที่สะท้อนให้เห็นถึงการคิดเชิงบวกจากประสบการณ์ชีวิตของนักศึกษาวิทยาลัยนานาชาติ พบว่ามีข้อแตกต่าง โดยในส่วนของนักศึกษาวิทยาลัยนานาชาติ จะมีผลทำให้เกิดความภาคภูมิใจและความมั่นใจในตนเอง มีทัศนคติที่ดี มีการนำประสบการณ์ที่ได้มาใช้แก้ไขปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์ มีความคิดสร้างสรรค์ รวมถึงมีพลังใจในการทำสิ่งต่าง ๆ ให้ดียิ่งขึ้นและสามารถผ่านพ้นสิ่งที่ท้าทายความสามารถไปได้ด้วยดี ไม่ย่อท้อที่จะต่อสู้กับปัญหา สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ เข้าใจสิ่งต่าง ๆ มากขึ้น มีเหตุผลและมีความเห็นใจผู้อื่น แต่สอดคล้องกับงานวิจัยของของพิทักษ์ สุพรรณโณภาพ (2561) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่อง การคิดเชิงบวก: ตัวแปรในการพัฒนาชีวิต ซึ่งพบคุณลักษณะที่ตรงกัน ได้แก่ มีความคิดสร้างสรรค์ เกิดความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ มากขึ้น พยายามหาหนทางแก้ปัญหาและเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ จนประสบผลสำเร็จ

3. จากความคิดเห็นของผู้บริหาร อาจารย์ประจำและนักศึกษาวิทยาลัยนานาชาติ มหาวิทยาลัยศิลปากร ที่เห็นตรงกันว่าความรู้ความสามารถของตนเองมีผลทำให้นักศึกษาเกิดการคิดเชิงบวก นักศึกษาจะเกิดความมุ่งมั่นทำในสิ่งที่ตนเองชอบหรือสนใจจนประสบผลสำเร็จ และทำให้นักศึกษาเกิดความสุข ผลดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยของ Su-Oi Kim (2017) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่องผลของการรับรู้ความสามารถของตนเองและการคิดเชิงบวกที่มีต่อความสุขในตนเองของนักศึกษาพยาบาล ผลการวิจัยจากการพยากรณ์ความสุขในตนเองสำหรับนักศึกษาพยาบาล พบว่าการรับรู้ความสามารถของตนเอง และการคิดเชิงบวกมีนัยสำคัญทางสถิติต่อความสุขในตนเองของนักศึกษาพยาบาล โดยเฉพาะการคิดเชิงบวกพบว่าสำคัญที่สุด และความมุ่งมั่นเป็นผลจากพฤติกรรมที่สะท้อนการคิดเชิงบวกที่มาจากการรับรู้ความสามารถของนักศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ พิทักษ์ สุพรรณโณภาพ (2560) ที่ได้ทำการศึกษาเรื่อง การวิเคราะห์องค์ประกอบคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร ผลการวิจัยพบว่าองค์ประกอบคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร มีทั้งหมด 6 องค์ประกอบ ได้แก่ ความเชื่อมั่นในตนเอง การมองโลกในแง่ดี ความมั่นคงทางอารมณ์ การมองโลกตามความจริง การมีจิตสาธารณะ และความมุ่งมั่น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. นำผลจากแนวทางการส่งเสริมและพัฒนาการคิดเชิงบวก ไปดำเนินการวางแผนจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้แก่นักศึกษาของคณะวิชา ทั้งทางด้านวิชาการและกิจกรรมนักศึกษา เช่น การอบรมเชิงปฏิบัติการ เพื่อส่งเสริมและพัฒนาทักษะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาวิทยาลัยนานาชาติ
2. นำผลการวิจัยไปจัดทำเป็นข้อมูลเพื่อเผยแพร่หรือจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างบุคลากรของคณะวิชา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดูแลสนับสนุนนักศึกษาให้เกิดการคิดเชิงบวกได้
3. นำผลการวิจัยที่ได้ค้นพบเผยแพร่ให้กับบิดา มารดา และผู้ปกครองของนักศึกษา โดยการจัดทำเป็นสื่อออนไลน์เผยแพร่ทางเว็บไซต์ หรือจัดเป็นเอกสารประกอบการปฐมนิเทศนักศึกษาใหม่ในแต่ละปีการศึกษา เพื่อสามารถใช้เป็นข้อมูลในการพัฒนาและส่งเสริมทักษะที่สามารถทำให้นักศึกษาเกิดการคิดเชิงบวกได้

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. นำผลจากการศึกษาที่ได้ไปใช้เป็นปัจจัยในเชิงปริมาณ
2. ควรมีการศึกษาสาเหตุแต่ละสาเหตุให้ลงลึกในรายละเอียดมากขึ้น เช่น การอบรมเลี้ยงดู ประสบการณ์ชีวิต และการรับรู้ความสามารถของตนเอง มีรูปแบบหรือวิธีการเฉพาะอย่างไรบ้าง จากนั้นทำการศึกษา เพื่อทำให้เกิดความเข้าใจที่ชัดเจนยิ่งขึ้น และนำมาเป็นตัวแปรในการจัดทำโปรแกรมทดลองต่อไป
3. ควรมีการศึกษาแบบผสมวิธีโดยใช้งานวิจัยเชิงคุณภาพและผสมวิธีกับงานวิจัยเชิงทดลอง ในการส่งเสริมให้เกิดการคิดเชิงบวกกับนักศึกษา
4. นำผลจากแนวทางการส่งเสริมและพัฒนาการคิดเชิงบวกของนักศึกษา ไปใช้ในการสร้างโปรแกรมสำหรับการทดลอง

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต. (2562). คู่มือการสร้างสรรค์พลังใจวัยทีน. กรุงเทพมหานคร: ปิยอนด์พับลิชชิง.
- จรัญญา ประสิทธิ์สุนทร และ มนัสนันท์ หัตถศักดิ์. (2561). “ผลของโปรแกรมความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย.” *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี*. 29 (1). 44-54.
- ฉัฐวิมล สิทธิศิริอรธ, ไพรัช จุ่นเกตุ, นิษฐ์สินี กู้ประเสริฐ และ วิษณุ แพทย์คดี. (2562). ผลการใช้กิจกรรมส่งเสริมความคิดเชิงบวกในนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพครู. *Journal of Humanities Thonburi University*. 13 (1). 158-164.
- ดวงกมล ปิ่นเฉลียว. (2559). “การสร้างเสริมสุขภาพจิตด้วยการคิดเชิงบวก.” *วารสารพยาบาลตำรวจ*. 8 (2). 223-230.
- นวรินทร์ ตาก้อนทอง. (2557). จิตสาธารณะ: คุณลักษณะของเด็กไทยที่พึงประสงค์. *วารสารวัดผลทางการศึกษา*. 31 (89). 33-45.
- พิทักษ์ สุพรรณธนาภ. (2560). การวิเคราะห์องค์ประกอบคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตมหาวิทยาลัยศิลปากร. *Veridian E-Journal, Silpakorn University ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ*. 11 (3). 605-619.
- พิทักษ์ สุพรรณธนาภ. (2561). การคิดเชิงบวก : ตัวแปรในการพัฒนาชีวิต. *Veridian E-Journal, Silpakorn University ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ*. 11 (3). 1958-1978.

- ภัทรพรรณ บุญยะปานะสาร. (2559). แนวทางวัดประเมินมองโลกในแง่ดี. *วารสารวัดผลทางการศึกษา*. 33 (93). 1-10.
- รัตน์ บัวสนธ์. (2558). วิธีเชิงคุณภาพทางการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: คำสมัย.
- วันปิยะ เลิศปิยะวรรณ. (2560). ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค: แนวทางการพัฒนาเครื่องมือวัดประเมิน. *วารสารวัดผลทางการศึกษา*. 34 (95). 15-27.
- วิทยากร เชียงกุล. (2562). พลังแห่งการคิดบวก. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: วิชั่น พรีเมรส.
- สุภางค์ จันทวานิช. (2559). การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2559). จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อลิชา โรเบิร์ตส์. (2555). คิดบวก เพื่อเปลี่ยนแปลงชีวิตสู่ความสำเร็จ. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: เพชรประกาย.
- Su-Ol Kim. (2017). The Effect of Self-Efficacy and Positive Thinking on Subjective Happiness of Nursing Students. *Journal of Digital Convergence*. 15 (12). 435-443.