

การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต
ตามแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน*

DEVELOPMENT OF A PROGRAM FOR ENHANCING OPENNESS TO EXPERIENCE OF
UNDERGRADUATE STUDENTS BASED ON MENTAL TOUGHNESS AND THEORY OF
PLANNED BEHAVIOR

นิลุบล เกตุแก้ว, ภาววรรณ วงษ์สุวรรณ คงเป้า*, ชุตินา สุรเศรษฐ
Nilubon Katkaew, Wipawan Wongsuwan Kongpao*, Chutima Suraseth
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย
Faculty of Education, Chulalongkorn University, Bangkok, Thailand
*Corresponding author E-mail: wipawan.w@chula.ac.th

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตตามแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน และประเมินคุณภาพของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ ดังนี้ 1) ศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาโปรแกรม และกำหนดองค์ประกอบของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ และ 2) พัฒนาและประเมินคุณภาพของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ โดยผู้ทรงคุณวุฒิด้านการพัฒนาหลักสูตร จิตวิทยา และการวิจัยและประเมินผลการศึกษา จำนวน 5 ท่าน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบประเมินความถูกต้องและเหมาะสมของโปรแกรม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แบบประเมินความสอดคล้องขององค์ประกอบในโปรแกรม วิเคราะห์โดยหาค่าความสอดคล้อง (IOC) ผลการวิจัย พบว่า โปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ที่พัฒนาขึ้น ประกอบด้วย 7 องค์ประกอบ คือ 1) หลักการ 2) วัตถุประสงค์เฉพาะ 3) เนื้อหา 4) ขั้นตอนของโปรแกรมคือ ชั้นประเมินความเชื่อเดิม ปรับเสริมความเชื่อใหม่ ชั้นมุ่งตรงเตรียมพร้อมตามเป้าหมาย ชั้นขยายประสบการณ์ที่หลากหลายของชีวิต ชั้นพิชิตผลสำเร็จ 5) โครงสร้างและกิจกรรมการเรียนรู้ในโปรแกรม 6) แนวทางการจัดการเรียนรู้ของโปรแกรม และ 7) แนวทางการวัดและประเมินผล ผลการประเมินคุณภาพโปรแกรมจากผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่า โปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์มีความเหมาะสมระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.86$, $SD. = 0.19$) ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากผู้ทรงคุณวุฒิและการทดลองนำร่อง พบว่า โปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์สามารถทดลองใช้ให้นักศึกษาพัฒนาตนเองให้เปิดรับประสบการณ์ได้ โดยเพิ่มความยืดหยุ่นเรื่องระยะเวลาในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในโปรแกรม และการมีผู้ฝึกที่คุ้นสมบัติเฉพาะเหมาะสมในการช่วยจัดกิจกรรมของโปรแกรม

คำสำคัญ: การเปิดรับประสบการณ์, แนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจ, ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน, การพัฒนาโปรแกรม

Abstract

The purpose of this research article was to develop a program to promote the employability of graduate students based on the concept of psychological strength and behavioral theory principles, and evaluate the quality of the program as follows: 1) Studying and analyzing basic data for program development and determining the components of the program to promote employability, and 2) Developing and evaluating the quality of the program to promote employability. The qualified individuals involved in the research include 5 qualified professionals in curriculum development, psychology, research, and educational evaluation. The research tools used include an assessment questionnaire to measure the accuracy and appropriateness of the program, data analysis using mean and standard deviation, and assessment of program component congruence (IOC) analysis. The research found that the program to promote employability consisted of 7 components: 1) Principles, 2) Specific objectives, 3) Content, and 4) Program steps, which included assessing existing beliefs, reinforcing new beliefs, preparing for goals, expanding diverse life experiences, and achieving success, 5) Structure and learning activities in the program, 6) Program learning management approach, and 7) Measurement and evaluation methods. The quality assessment results from the qualified individuals found that the program to promote employability was highly suitable ($\bar{X} = 4.86$, $SD. = 0.19$). The data analysis from the qualified individuals and the experimental implementation found that the program was effective in helping students develop themselves for employability by increasing flexibility in the duration of learning activities and providing appropriate trainers to facilitate the program's activities.

Keywords: Openness to Experience, Mental Toughness, Theory of Planned Behavior, Development of A Program

บทนำ

การเตรียมความพร้อมให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะที่สามารถเผชิญกับสภาพความเปลี่ยนแปลง รับมือกับโลกปัจจุบันและอนาคตได้เป็นสิ่งจำเป็นที่องค์การเพื่อความร่วมมือและการพัฒนาทางเศรษฐกิจ (Organisation for Economic Co-operation and Development: OECD) ได้เล็งเห็นผลกระทบจากสภาวะที่เกิดขึ้นจึงศึกษา องค์ความรู้ในการพัฒนาทักษะเกี่ยวกับสังคม อารมณ์ของบุคคล และพบว่า ลักษณะของบุคคลที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์กัน คือ การเปิดรับประสบการณ์ (Openness to Experience) เป็นหนึ่งในทักษะสำคัญที่ช่วยเตรียมความพร้อมให้บุคคลในสภาวะการณดังกล่าวได้

แต่อย่างไรก็ตาม ผลจากการศึกษาข้อมูลแสดงถึงคุณภาพบัณฑิตจากผลการรายงานความพึงพอใจ คุณลักษณะของบัณฑิตที่พึงประสงค์ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษา พบข้อมูลสำคัญว่า บัณฑิตมีคุณลักษณะด้านทักษะทางปัญญาโดยเฉลี่ยต่ำ ส่วนด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบโดยเฉลี่ยนั้นอยู่ในระดับปานกลาง สะท้อนให้เห็นถึงปัญหาที่เกิดจากการเรียนรู้และการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมที่ควรต้องพัฒนาให้อยู่ในระดับที่สูงขึ้น (กองแผนงาน มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, 2561); (วิดาพร ทับทิมศรี และคณะ, 2562) ผู้วิจัยจึงวิเคราะห์พฤติกรรมที่แสดงถึงการไม่เปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาจากงานวิจัยที่ได้มีการนำเสนอปัญหาพบว่า นักศึกษาแต่ละคนต่างมีความรู้ ความคิด ประสบการณ์ที่แตกต่างกันจึงทำให้มีความคิดเห็น

ไม่ตรงกัน ไม่ยอมฟังใคร จึงทำให้เกิดความขัดแย้งกันในการทำงานร่วมกัน โดยสถานการณ์ลักษณะดังกล่าวเกิดขึ้นบ่อยครั้งจนทำให้บรรยากาศในการเรียนและการทำงานต่าง ๆ ร่วมกันไม่ดีส่งผลด้านสัมพันธ์ระหว่างกัน (กิตติศักดิ์ กอรั้อย, 2550); (นฤนาท จันทกล้า, 2558) ซึ่งลักษณะดังกล่าวแสดงถึงสภาพปัญหาของนักศึกษาทั้งในอดีต ปัจจุบันที่ยังไม่ได้รับการแก้ไขมาโดยตลอดและอาจส่งผลกระทบต่อการทำงานและการใช้ชีวิตในอนาคตหากไม่รับดำเนินการปรับปรุงแก้ไข

การเปิดรับประสบการณ์ (Openness to Experience) เป็นทักษะหนึ่งจากกลุ่มทฤษฎีลักษณะนิสัย เป็นมิติทางทักษะที่มีความสำคัญมากกว่ามิติอื่น ๆ ในการช่วยพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนในระดับการศึกษาต่าง ๆ การทำงานและการพัฒนาความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น (Chernyshenko, O. S., et al., 2018) เนื่องจากการเปิดรับประสบการณ์ หมายถึง การเปิดรับความรู้ มุมมองและความคิดของบุคคลให้เพิ่มขึ้น จึงเป็นการแสดงออกของบุคคลที่สนใจเรียนรู้ข้อมูล ความรู้ต่าง ๆ เพื่อให้เข้าใจสิ่งเหล่านั้นได้อย่างถูกต้องและชัดเจน เต็มใจที่จะเปลี่ยนแปลงหรือยอมรับความแตกต่างอย่างมีเหตุผล และคิดหาแนวทาง หาวิธีการอื่นที่แปลกใหม่หรือหลากหลายในการทำงานหรือสร้างสิ่งต่าง ๆ ขึ้น มีการหาข้อปรับปรุง เพื่อนำไปสู่การพัฒนาสิ่งที่ดียิ่งขึ้น (Kankaraš, M. & Suarez-Alvarez, J., 2019) จากการศึกษาองค์ประกอบของการเปิดรับประสบการณ์ ผู้วิจัยนำมากำหนดเป็นองค์ประกอบของการเปิดรับประสบการณ์ได้ 3 องค์ประกอบสำหรับงานวิจัยฉบับนี้คือ 1) ความอยากรู้ (Curiosity) เป็นการแสดงออกถึงความสนใจเรียนรู้ข้อมูลและความรู้ต่าง ๆ ที่ช่วยพัฒนาความรู้ทางการเรียนของตน 2) การยอมรับความคิดเห็น (Tolerance) เป็นการแสดงออกถึงความสนใจในการเรียนรู้มุมมองต่าง ๆ ของผู้อื่น และ 3) ความคิดสร้างสรรค์ (Creativity) เป็นการแสดงออกถึงการมีความคิดริเริ่มหาแนวทางหาวิธีการที่มีความแปลกใหม่ในการทำงานหรือการสร้างผลงานขึ้นมา (OECD, 2017) โดยองค์ประกอบข้างต้นเกิดจากการศึกษาขององค์การคณะผู้วิจัยต่าง ๆ ที่ได้ข้อสรุปว่า การพัฒนาให้ผู้เรียนในวัยเรียนเกิดการเปิดรับประสบการณ์ ต้องมีองค์ประกอบทั้งสามครบถ้วนจึงจะทำให้ผู้เรียนเป็นบุคคลที่เปิดรับประสบการณ์ทางการเรียนรู้และการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ (Chernyshenko, O. S., et al., 2018); (Kankaraš, M. & Suarez-Alvarez, J., 2019)

ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวทางการพัฒนาพฤติกรรมการเปิดรับประสบการณ์พบว่า พฤติกรรมการเปิดรับประสบการณ์ควรพัฒนาควบคู่กันทั้งมิติภายในและภายนอก โดยมีมิติภายในนั้นควรพัฒนาเกี่ยวกับทัศนคติแรงจูงใจภายในของบุคคลเป็นสิ่งผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรม มิติภายนอกเน้นความสำคัญของบริบทแวดล้อมเกี่ยวกับแบบอย่าง การสนับสนุน การเอื้ออำนวย การฝึกฝนรวมถึงกิจกรรมต่าง ๆ ภายใต้สถานการณ์ที่จัดขึ้น (Stevenson, H. et al., 2014) รวมถึงใช้การเสริมกลยุทธ์เป็นแนวทางต่าง ๆ ในการพยายามเอาชนะความเชื่อ ความคิด ความรู้สึกเดิมของตน เพิ่มโอกาสที่ดีที่หลากหลายในการพัฒนาให้กับชีวิตของตนเอง (Cherry, K., 2020) ดังนั้นผู้วิจัยจึงศึกษาแนวทางการจัดการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะสังคม อารมณ์ พบว่า แนวคิด ความเข้มแข็งทางจิตใจมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเปิดรับประสบการณ์ แสดงให้เห็นว่าถ้าบุคคลมีความเข้มแข็งทางจิตใจที่เพิ่มสูงขึ้นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงการเปิดรับประสบการณ์ของบุคคลนั้นจะเพิ่มสูงขึ้นด้วย

แนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจ (Mental Toughness) เป็นสภาวะที่สำคัญของบุคคล มีโครงสร้างในการนำไปใช้จัดการกับสภาวะการณ์การเปลี่ยนแปลงที่ทำนายหรือความยากลำบากที่บุคคลต้องประสบ ช่วยให้คุณสามารถนำไปใช้รับมือและจัดการกับสภาวะการณ์ของความรู้สึกนึกคิดหรือสภาพการณ์ที่สร้างความอึดอัดให้กับบุคคล เป็นสภาวะที่ใช้สร้างความสำเร็จให้เกิดขึ้นกับชีวิตได้เป็นอย่างดีอันเนื่องมาจากได้เปิดกว้างในการเรียนรู้ มีผลทางวิชาการที่สูงขึ้น มีพฤติกรรมเชิงบวกที่ดีขึ้น เสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Clough, P. & Strycharczyk, D., 2018) โดยมีองค์ประกอบหลักของโครงสร้างคือ ความมั่นใจ (Confidence) ความมุ่งมั่น (Commitment) การควบคุม (Control) และความท้าทาย (Challenge) นำไปประยุกต์ใช้ให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสมตามที่ต้องการพัฒนาจะทำให้บุคคลมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้นได้

ผู้วิจัยจึงศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยเพิ่มเติม พบว่า ปัจจัยอีกประการที่ช่วยพัฒนาการเปิดรับประสบการณ์ที่ไม่เป็นไปตามมาตรฐานของสังคม คือ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติ การคล้อยตามการรับรู้ของผู้อื่น บรรทัดฐานต่าง ๆ ของสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงจะส่งผลต่อการตั้งใจและการแสดงพฤติกรรมของบุคคล (Wu, A. M. & Tang, C. S. K., 2012); (Sutter, N. & Paulson, S., 2017) ดังนั้นการที่บุคคลจะตัดสินใจแสดงพฤติกรรมดังกล่าวหรือไม่ขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคลและสังคม ผู้วิจัยจึงศึกษาทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (Theory of Planned Behavior) ที่ระบุว่า อิทธิพลสำคัญที่ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมนั้นอย่างตั้งใจและเข้มข้นต้องเกิดจากทัศนคติที่มีต่อพฤติกรรมนั้น อิทธิพลของค่านิยมและการรับรู้ตนในการควบคุมพฤติกรรม ซึ่งอิทธิพลหลักทั้งภายในและภายนอกดังกล่าวจะทำให้เกิดการแสดงพฤติกรรมนั้นได้ในทิศทางที่เหมาะสม (Ajzen, I., 2015) ผู้วิจัยจึงนำหลักการของทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนมาใช้พัฒนาพฤติกรรมในการเปิดรับประสบการณ์ของบุคคลให้มีผลเชิงบวกมากยิ่งขึ้น

ด้วยเหตุผลเชิงทฤษฎีข้างต้นจึงมีความเป็นไปได้ว่า การใช้แนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนจะช่วยส่งเสริมให้บุคคลเปิดรับประสบการณ์ได้ โดยใช้กิจกรรมทางสังคมที่มีความแปลกใหม่ในการเปิดโลกทัศน์ของการเรียนรู้ ให้มีแรงจูงใจและมุมมองในด้านอื่นที่กว้างขวางขึ้น รวมถึงมีสภาพแวดล้อมอื่นที่ส่งเสริมประกอบเข้าด้วยกันทำให้บุคคลสามารถพัฒนาตนเองไปในทิศทางที่ดีจากการใช้โปรแกรมเฉพาะที่สร้างขึ้น ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตตามแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตตามแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน
2. เพื่อประเมินคุณภาพโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตตามแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพัฒนา (Research and Development) แบ่งออกเป็น 2 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 (R1) การศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตตามแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรม ตามแผน มีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาข้อมูลจากบทความ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์จากมาตรฐานการศึกษาของชาติ มาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2552 และสภาพการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาในปัจจุบัน โดยกำหนดขอบเขตข้อมูลของนักศึกษาเป็นนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต

ขั้นที่ 2 ศึกษาข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศเกี่ยวกับแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน โดยใช้วิธีการสังเคราะห์ข้อมูล เพื่อนำมาเป็น กรอบแนวคิดในการพัฒนาโปรแกรม

ระยะที่ 2 (D1) การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตตามแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

ขั้นที่ 1 ยกร่างโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ โดยนำข้อมูลจากการศึกษาเอกสารและ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในระยะที่ 1 มาใช้เป็นแนวทางในการร่างโปรแกรม และจัดทำเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบประเมินคุณภาพโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ในการตรวจสอบความเหมาะสม และความถูกต้องของโปรแกรม

ขั้นที่ 2 ประเมินโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์โดยผู้ทรงคุณวุฒิ และปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ จากนั้นนำโปรแกรมฉบับร่างที่ผ่านการปรับปรุงแก้ไขแล้วไปใช้ทดลองนำร่องในการจัดกิจกรรม

กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ใช้การเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection) คือ ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการพัฒนาหลักสูตร จำนวน 2 ท่าน ผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยา จำนวน 2 ท่าน และผู้ทรงคุณวุฒิด้านการวิจัยและประเมินผลการศึกษา จำนวน 1 ท่าน เพื่อพิจารณาความถูกต้องและความเหมาะสมของ 1) โปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ 2) คู่มือของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ และ 3) แผนการจัดกิจกรรม และกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองนำร่องโปรแกรม ได้แก่ นักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในสถาบันอุดมศึกษาแห่งหนึ่ง จำนวน 20 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบประเมินคุณภาพโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตตามแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แบ่งเป็น 2 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 แบบประเมินความถูกต้องและความเหมาะสมของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ เป็นแบบตรวจสอบรายการ 5 ระดับ คือ 1 คะแนน (หัวข้อดังกล่าวมีความถูกต้องและเหมาะสมในระดับน้อยที่สุด) จนถึง 5 คะแนน (หัวข้อดังกล่าวมีความถูกต้องและเหมาะสมในระดับมากที่สุด) ประเมินเป็นรายข้อ แล้วนำผลคะแนนที่ได้มาหาค่าเฉลี่ยแล้วเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนด ทั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดให้คะแนนเฉลี่ยของผลการประเมินรายข้อต้องมีค่า 3.50 ขึ้นไป ถือว่า ใช้ได้ ไม่ต้องปรับปรุง แต่ถ้าคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่า 3.50 ต้องปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความสอดคล้องขององค์ประกอบในโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า 3 ระดับ คือ ถูกต้องเหมาะสม ไม่น่าใจ ไม่ถูกต้อง/ไม่เหมาะสม รวมทั้งการให้ข้อคิดเห็น/ข้อเสนอแนะปลายเปิด วิเคราะห์ผลโดยหาค่าความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC) เมื่อค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ ระหว่าง 0.50 – 1.00 แสดงว่า รายการประเมินนั้นมีความสอดคล้อง

การเก็บรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. นำร่างโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ที่ได้สังเคราะห์และบูรณาการแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนมาใช้พัฒนาเป็นหลักการของโปรแกรม กำหนดองค์ประกอบและรายละเอียดของโปรแกรม สร้างแผนการจัดกิจกรรมตามโปรแกรม จากนั้นตรวจสอบโปรแกรมโดยผู้ทรงคุณวุฒิ
2. รวบรวมผลการประเมินของผู้ทรงคุณวุฒิแล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย และเทียบระดับคะแนน ความถูกต้องและความเหมาะสม โดยนำคะแนนเฉลี่ยมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐาน
3. เสนอขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคนเพื่อปกป้องบุคคลจากความเสียหายที่อาจเกิดขึ้นจากการเข้าร่วมการวิจัย โดยได้รับอนุมัติให้ดำเนินการศึกษาวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมวิจัยในคน

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยนำเสนอผลการศึกษิตตามวัตถุประสงค์การวิจัย 2 ข้อ มีรายละเอียดดังนี้

1. ผลการพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต ตามแนวความคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

ผู้วิจัยศึกษาแนวความคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน พบว่า **แนวความคิดความเข้มแข็งทางจิตใจ** เป็นคุณลักษณะทางจิตใจของบุคคลที่มีอิทธิพลต่อวิธีการที่บุคคลประเมินเหตุการณ์และวิธีการตอบสนองต่อเหตุการณ์ ซึ่งสามารถปรับเปลี่ยนไปตามการเรียนรู้ประสบการณ์ และการเผชิญกับเป้าหมายต่าง ๆ ในชีวิต และ**ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน** เป็นทฤษฎีที่เกิดขึ้นจากความเชื่อของบุคคลว่า ทักษะ การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิง และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมของบุคคลนั้นทำให้บุคคลเกิดความตั้งใจในการแสดงพฤติกรรม ซึ่งความตั้งใจที่เกิดขึ้นทำให้บุคคลสามารถแสดงพฤติกรรมเป็นรูปธรรมได้อย่างสำเร็จ ซึ่งทั้งแนวความคิดและทฤษฎีดังกล่าวสามารถนำไปใช้ส่งเสริมให้นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตมีการเปิดรับประสบการณ์ได้ โดยการสังเคราะห์หลักการและบูรณาการแนวคิดและทฤษฎีมาใช้พัฒนาเป็นหลักการของโปรแกรม 3 ประการ คือ

1.1 หลักการของโปรแกรม คือ

1.1.1 การรู้ผลลัพธ์ของพฤติกรรม คล้อยตามกลุ่มคนที่มีความสำคัญต่อตนเอง รู้ความสามารถเดิมของตนเองที่มี และรู้ว่ามีความท้าทายที่เอื้อต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนจะทำให้บุคคลนำมาใช้ประเมิน ตัดสินใจที่ส่งผลต่อความตั้งใจแสดงพฤติกรรมได้

1.1.2 การตั้งเป้าหมาย เรียนรู้วิธีการบรรลุเป้าหมาย รู้วิธีการจัดการกับชีวิต จัดลำดับวางแผน จัดระเบียบสิ่งที่ปฏิบัติต่าง ๆ ประเมินตนเองอยู่เสมอ ร่วมกับมีแรงจูงใจและแผนการปฏิบัติ มีแนวทางที่เป็นระบบชัดเจนส่งผลให้บุคคลสามารถสร้างความแตกต่างตามสถานการณ์ได้สำเร็จตามทัศนคติและเป้าหมาย

1.1.3 การปฏิบัติตามเป้าหมาย แสวงหาโอกาสในการได้เรียนรู้ เรียนรู้ที่จะทำให้ดีขึ้น กระทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จได้เอง แสดงมุมมองและจุดยืน ใช้วิธีการจัดการกับอารมณ์ ทำความเข้าใจผู้อื่นจัดการกับคำวิจารณ์และความคิดเห็นของผู้อื่น มีส่วนร่วมในการเรียนรู้กับผู้อื่นด้วยความรู้สึกเชิงบวก และแสดงพฤติกรรมและอารมณ์ต่อสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม จะทำให้บุคคลทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความรู้สึกเชิงบวกและทำงานด้วยความคิด ใหม่ ๆ ส่งผลให้ทำงานได้สำเร็จตามกำหนดมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นจึงสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองได้สำเร็จจริงตามที่ตั้งใจได้

1.2 วัตถุประสงค์เฉพาะของโปรแกรม โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นมีวัตถุประสงค์เฉพาะที่ส่งเสริมให้นักศึกษาเปิดรับประสบการณ์ในบริบทของการทำงานร่วมกับผู้อื่นและการเรียน

1.3 เนื้อหาของโปรแกรม คัดเลือกเนื้อหาจากแนวความคิดความเข้มแข็งทางจิตใจ คือ ความมุ่งมั่น เป็นการตั้งเป้าหมาย และลงมือกระทำเพื่อพิสูจน์ความสามารถของตน ความท้าทาย เป็นการมีและใช้มุมมองที่หลากหลายของบุคคล ความมั่นใจ เป็นการเชื่อว่าตนเองมีความสามารถที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จได้ และ การควบคุม เป็นการรับรู้ว่าคุณสามารถกำหนดชีวิตของตนเองได้ และเนื้อหาจากทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน คือ ความเชื่อของบุคคลที่มีต่อพฤติกรรม การคล้อยตามกลุ่มอ้างอิงที่มีความสำคัญต่อตนเอง การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมเกี่ยวกับปัจจัยที่สนับสนุนและขัดขวางพฤติกรรมของตนเอง และการตั้งใจแสดงพฤติกรรม

1.4 ขั้นตอนของโปรแกรม ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ประเมินความเชื่อเดิม ปรับเสริมความเชื่อใหม่ เป็นการจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้ตรวจสอบความเชื่อที่มีต่อพฤติกรรมของตนเองพร้อมทั้งโน้มน้าว แนะนำให้ผู้เรียนเล็งเห็นความสำเร็จของพฤติกรรมที่เปิดรับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง

ขั้นที่ 2 มุ่งตรงเตรียมพร้อมตามเป้าหมาย เป็นการจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากบุคคลต้นแบบที่หลากหลาย จัดให้ประเมินความสามารถของตนเอง ให้ผู้เรียนร่วมกันกำหนดเป้าหมายและวิธีการเปลี่ยนแปลงตนเองให้เปิดรับประสบการณ์



ขั้นที่ 3 ขยายประสบการณ์ที่หลากหลายของชีวิต เป็นการจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้ร่วมกันฝึกปฏิบัติในสถานการณ์ต่าง ๆ ให้บรรลุผลตามกิจกรรมที่กำหนด เปิดโอกาสให้ผู้เรียนนำเสนอผลงาน ให้ข้อเสนอแนะจากผลการทำภารกิจ ร่วมกันตรวจสอบ ทบทวนข้อเสนอแนะที่ได้จากการทำกิจกรรม

ขั้นที่ 4 พิชิตผลความสำเร็จ เป็นการจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนประเมินพฤติกรรมการเปิดรับประสบการณ์ของตนเอง สรุปผลดีจากการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเปิดรับประสบการณ์ของตนเอง รวมทั้งการนำเสนอแนวทางที่หลากหลายในพัฒนาตนเอง

1.5 โครงสร้างและกิจกรรมการเรียนรู้ในโปรแกรม ประกอบด้วย 2 หน่วยการเรียนรู้ คือ หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 เปิดใจทีละหน่วยจะค่อย ๆ สร้างสัมพันธ์ และ หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เปิดใจทีละนิดจะพิชิตการเรียนรู้ มีกิจกรรมในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ 10 ชุดกิจกรรม ดำเนินการจัดกิจกรรมทั้งหมด 4 ครั้งต่อสัปดาห์ จัดกิจกรรมวันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 2-3 ชุด ใช้เวลาจัดกิจกรรม ชุดละประมาณ 60-150 นาที ซึ่งรวมใช้เวลาในการจัดโปรแกรมต่อหนึ่งหน่วยการเรียนรู้เป็น 17 ชั่วโมง เมื่อจัดโปรแกรมเสร็จสิ้นครบทั้ง 2 หน่วยการเรียนรู้ ใช้ระยะเวลารวม 2 สัปดาห์ จำนวน 34 ชั่วโมง

1.6 แนวทางการจัดการเรียนรู้ของโปรแกรม นำเสนอบทบาทของผู้ฝึก ผู้เรียน และเทคนิคและวิธีการต่าง ๆ ในการจัดกิจกรรม โดยบทบาทของผู้ฝึกก่อนการใช้โปรแกรมมีการวัดพฤติกรรมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาด้วยแบบวัดการเปิดรับประสบการณ์ เตรียมสื่อวัสดุ อุปกรณ์ต่าง ๆ และซักซ้อมทำความเข้าใจในการจัดโปรแกรมกับผู้ช่วยฝึก ระหว่างดำเนินการใช้โปรแกรม จัดกิจกรรมการเรียนการสอนตามขั้นตอนของโปรแกรม โดยใช้เทคนิคและวิธีการต่าง ๆ เช่น การคิดเชิงบวก การนึกภาพ การให้ข้อมูลป้อนกลับ การฝึกปฏิบัติ การสื่อสารเชิงโน้มน้าว ซักชวน การอภิปรายกลุ่ม และให้นักศึกษาทุกคนทำแบบสะท้อนคิด การเปิดรับประสบการณ์หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมของโปรแกรมเสร็จสิ้นทุกขั้นตอน ส่วนบทบาทของผู้เรียนในระหว่างการเข้าร่วมโปรแกรมใช้การเรียนรู้ ประเมินตนเอง ร่วมแลกเปลี่ยน ปฏิบัติกิจกรรม นำเสนอและเขียนบันทึกการร่วมกิจกรรม

1.7 แนวทางการวัดและประเมินผลของโปรแกรม มีการประเมินผลก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้แบบวัดและแบบสัมภาษณ์การเปิดรับประสบการณ์ และประเมินผลระหว่างการเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้ข้อมูล คำตอบที่ได้จากเครื่องมือประเมินผลต่าง ๆ ทั้งใบงาน กระดาษฟลิปชาร์ต แบบสะท้อนคิดการเปิดรับประสบการณ์

2. ผลการประเมินคุณภาพโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตตามแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทักษะชีวิตพฤติกรรมตามแผน

2.1 ผลการประเมินความถูกต้องและเหมาะสมของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ที่ประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิ แสดงดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความถูกต้อง เหมาะสมของโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น

รายการประเมิน	\bar{X}	SD.	ระดับ
1. หลักการของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์	5	0.00	มากที่สุด
2. วัตถุประสงค์เฉพาะของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์	4.4	0.89	มากที่สุด
3. เนื้อหาของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์	5	0.00	มากที่สุด
4. ขั้นตอนของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์			
ขั้นที่ 1 ประเมินความเชื่อเดิม ปรับเสริมความเชื่อใหม่	4.8	0.45	มากที่สุด
ขั้นที่ 2 มุ่งตรงเตรียมพร้อมตามเป้าหมาย	4.8	0.45	มากที่สุด
ขั้นที่ 3 ขยายประสบการณ์ที่หลากหลายของชีวิต	4.8	0.45	มากที่สุด
ขั้นที่ 4 พิชิตผลความสำเร็จ	4.8	0.45	มากที่สุด
รวม	4.8	0.45	มากที่สุด



ตารางที่ 1 คะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความถูกต้อง เหมาะสมของโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น (ต่อ)

รายการประเมิน	\bar{X}	SD.	ระดับ
5. โครงสร้างและแผนการจัดกิจกรรมของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์	5	0.00	มากที่สุด
6. แนวทางการจัดการเรียนรู้ของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์	4.8	0.00	มากที่สุด
7. การวัดและประเมินผลโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์	5	0.00	มากที่สุด
รวม	4.86	0.19	มากที่สุด

จากตารางที่ 1 ผลการประเมินความถูกต้องและเหมาะสมของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ที่ประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่า โปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ที่พัฒนาขึ้นมีความถูกต้องและเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.86$, $SD. = 0.19$) เมื่อจำแนกรายองค์ประกอบ พบว่าทุกองค์ประกอบมีคะแนนเฉลี่ยความถูกต้องและเหมาะสม ระหว่าง 4.4 – 5 โดยองค์ประกอบที่คะแนนเฉลี่ยมีความถูกต้องเหมาะสมมากที่สุด ได้แก่ หลักการของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ เนื้อหาที่ใช้ในโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ โครงสร้างและแผนการจัดกิจกรรมของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ และการวัดและประเมินผลโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ ($\bar{X} = 5$, $SD. = 0.00$)

2.2 ดัชนีความสอดคล้องของคุณภาพของโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นที่ประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิ แสดงดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ค่าดัชนีความสอดคล้องของโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น

รายการประเมิน	ความตรง	
	IOC	แปลผล
วัตถุประสงค์ของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์		
กำหนดวัตถุประสงค์ของโปรแกรมได้ครอบคลุม มีความเฉพาะกับพฤติกรรมการเปิดรับประสบการณ์ที่ต้องการพัฒนา	0.8	สอดคล้อง
หลักการของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์		
1. หลักการของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์มีการบูรณาการแนวคิดและทฤษฎีได้ครอบคลุม ครบถ้วน สมบูรณ์	1	สอดคล้อง
2. หลักการของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์มีความสอดคล้องกับจุดประสงค์ของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์	1	สอดคล้อง
ขั้นตอนของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์		
1. ขั้นตอนของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์สอดคล้องกับหลักการของแนวคิดและทฤษฎีพื้นฐาน	1	สอดคล้อง
2. ขั้นตอนของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์สอดคล้องกับจุดประสงค์ของโปรแกรม	0.8	สอดคล้อง
3. ขั้นตอนของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์มีลำดับขั้นที่เหมาะสม	1	สอดคล้อง
การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์		
1. เครื่องมือวัดและประเมินผลสอดคล้องกับโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์	1	สอดคล้อง
2. รูปแบบเครื่องมือวัดและประเมินผลก่อน ระหว่าง และหลังการจัดโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ มีความเหมาะสม	0.8	สอดคล้อง
3. เครื่องมือวัดและประเมินผลให้ข้อมูลป้อนกลับที่เป็นประโยชน์ต่อการวิเคราะห์ข้อมูลวิจัย	1	สอดคล้อง

จากตารางที่ 2 ค่าดัชนีความสอดคล้องของโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นที่ประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่า ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) มีค่ามากกว่า 0.5 โดยมีช่วงเท่ากับ 0.8-1.00 แสดงว่า ทุกองค์ประกอบของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์มีความสอดคล้องกัน สามารถนำไปทดลองใช้ได้



เมื่อนำโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพไปทดลองนำร่องกับ นักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ในสถาบันอุดมศึกษาแห่งหนึ่ง จำนวน 20 คน เพื่อตรวจสอบความเป็นไปได้ในสภาพ ของการจัดกิจกรรมจริง พบว่า ชุดกิจกรรมทุกชุดสามารถช่วงส่งเสริมให้นักศึกษาเปิดรับประสบการณ์ได้ ซึ่ง กิจกรรมในหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ตั้งแต่ชุดกิจกรรมที่ 1-10 เน้นส่งเสริมองค์ประกอบการยอมรับความคิดเห็นและ ความคิดสร้างสรรค์เป็นหลัก โดยเฉพาะกิจกรรมชุดที่ 1-6 ชั้นที่ 1-2 เป็นกิจกรรมให้มีการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ส่วนกิจกรรมชุดที่ 7-10 เน้นส่งเสริมองค์ประกอบความอยากรู้ การยอมรับความคิดเห็น และความคิดสร้างสรรค์ เป็นสำคัญ โดยเฉพาะกิจกรรมชุดที่ 7-10 ชั้นที่ 3-4 ที่จัดสถานการณ์ไว้ให้ร่วมกันจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น ซึ่งทุก ชุดกิจกรรมจำเป็นต้องนำไปใช้โดยคำนึงถึงผู้ใช้ที่เป็นผู้ฝึกหลายคนมาช่วยในการจัดกิจกรรม ดังนั้นจึงควรมีการ นำเสนอคุณสมบัติเฉพาะของผู้ฝึก หรือวิธีการคัดเลือกการพัฒนาผู้ฝึกอื่น ๆ ให้สามารถมาจัดกิจกรรมของโปรแกรม นี้ได้

อภิปรายผล

จากผลการวิจัย สามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

1. การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ เป็นโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นโดยใช้การสังเคราะห์ และบูรณาการหลักการของแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนมาใช้พัฒนาเป็นหลักการ ของโปรแกรมที่ทำให้บุคคลสามารถนำไปใช้ปรับเปลี่ยนตนเองในเหตุการณ์ต่าง ๆ เป็นผลให้เกิดความสำเร็จในการ เรียนรู้ และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้ เมื่อนำไปประยุกต์ใช้ร่วมกับทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนที่เกี่ยวข้องกับ ทศนคติ การคล้อยตามการรับรู้ของผู้อื่น บรรทัดฐานต่าง ๆ ของสังคมที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตาม ความตั้งใจของบุคคล (Ajzen, I., 2015); (Wu, A. M. & Tang, C. S. K., 2012); (Sutter, N. & Paulson, S., 2017) จึงส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาได้ โดยการจัดให้มีสถานการณ์ ที่หลากหลายช่วยกระตุ้นให้ผู้เรียนร่วมกันคิดหาสิ่งที่ดีที่สุดในการจัดการกับสถานการณ์นั้น ๆ ร่วมกับได้รับการ ชี้แนะจากผู้ฝึกที่ช่วยขยายความรู้ กำจัดความเชื่อที่ผิดของผู้เรียน และการใช้จิตวิทยาเชิงบวกต่าง ๆ มาสนับสนุน ให้เกิดพฤติกรรมจะทำให้ศึกษามีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเปิดรับประสบการณ์การยอมรับความคิดเห็น ความคิดสร้างสรรค์ และความอยากรู้ไปในทางที่ดีขึ้นได้ (Stamp, E. et al., 2015); (Sutter, N. & Paulson, S., 2017) เสริมสร้างการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น (Cowden, R. G., et al., 2017) ของแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและ ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน

อีกทั้ง ขั้นตอนของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น สามารถนำมาใช้ส่งเสริม การเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาได้ โดยแต่ละขั้นตอนของโปรแกรมมีการสังเคราะห์มาจากหลักการของ โปรแกรมเพื่อเสนอเป็นขั้นตอนของโปรแกรมที่นำไปสู่การส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับ ปริญญาบัณฑิต ดังนี้

ขั้นที่ 1 ประเมินความเชื่อเดิม ปรับเสริมความเชื่อใหม่ จัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้ตรวจสอบความ เชื่อและเล็งเห็นความสำคัญของพฤติกรรมการเปิดรับประสบการณ์ โดยการทำให้บุคคลนั้นเห็นความสำคัญของ พฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนแปลง (Ajzen, I., 2015) ชุดกิจกรรมในขั้นนี้จึงเป็นการค่อย ๆ ทำให้ผู้เรียนเริ่ม เปลี่ยนแปลงความเชื่อของตนเองต่อความอยากรู้ การยอมรับความคิดเห็นและความคิดสร้างสรรค์

ขั้นที่ 2 มุ่งตรงเตรียมพร้อมตามเป้าหมาย จัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้ร่วมกันกำหนดเป้าหมาย และ วางแผนเปลี่ยนแปลงตนเองให้เปิดรับประสบการณ์ เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนวิธีการเปลี่ยนแปลงตนเอง นำเสนอเป้าหมายและแผนการปฏิบัติของตน สอดคล้องกับการนำเสนอเกี่ยวกับความเชื่อเกี่ยวกับปัจจัยในการ ควบคุมที่ทำให้บุคคลรู้ความสามารถของตนเองในการทำพฤติกรรม (Ajzen, I., 2015) รวมถึงการที่บุคคลที่เชื่อใน ตนเอง มีเป้าหมายชัดเจน และใช้วิธีการต่าง ๆ ในการทำอย่างเป็นระบบจะส่งผลให้ทำตามเป้าหมายได้สำเร็จ

(Clough, P. & Strycharczyk, D., 2015); (Strycharczyk, D. & Clough, P., 2018) ชุดกิจกรรมในขั้นนี้จึงเป็นการให้ผู้เรียนได้ฝึกการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันในรูปแบบของการวางแผนพัฒนาตนเอง ทำให้ผู้เรียนได้พัฒนาความอยากรู้วิธีการทำให้ตนเองเปลี่ยนแปลง

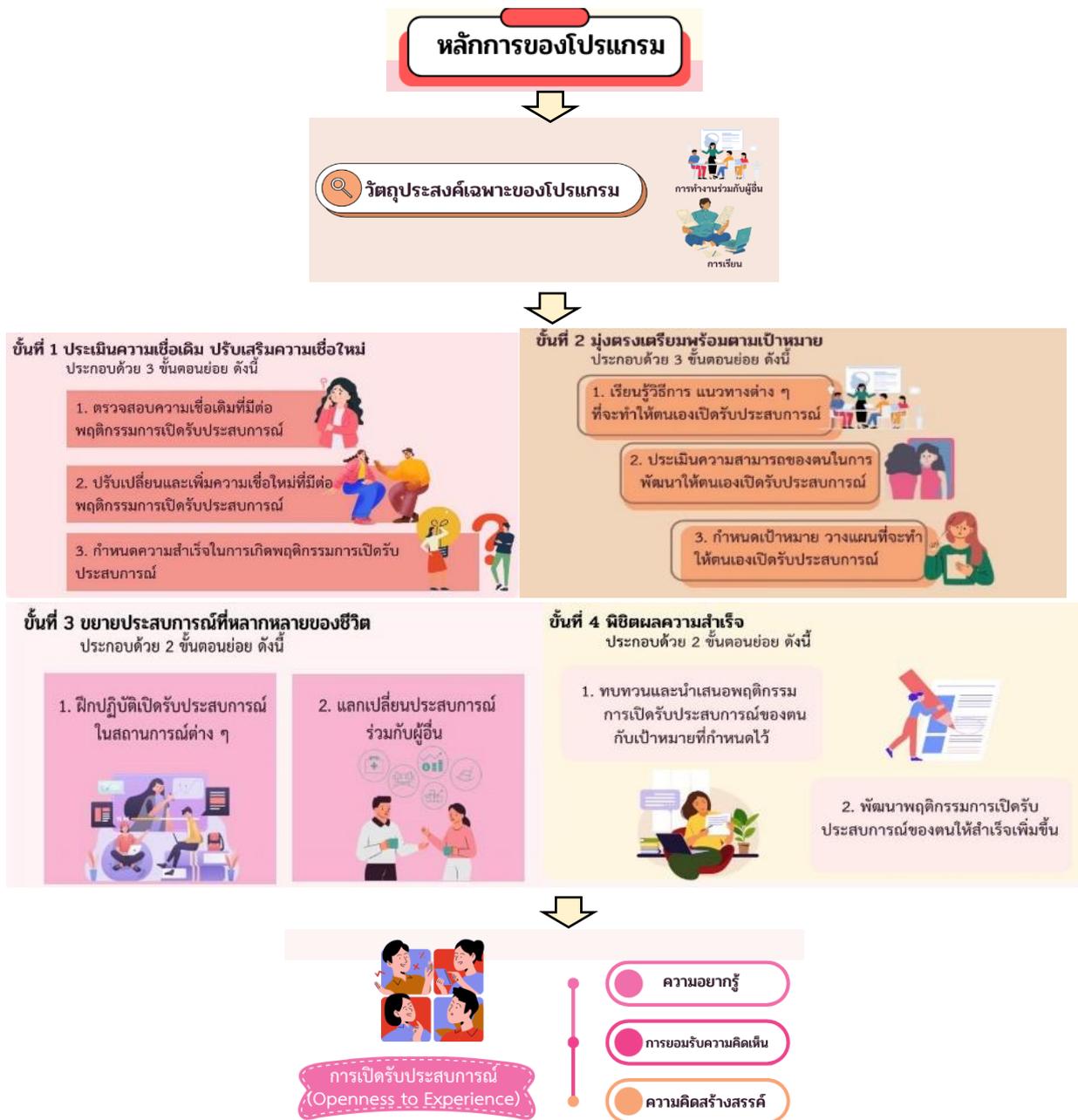
ขั้นที่ 3 ขยายประสบการณ์ที่หลากหลายของชีวิต จัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้ทำภารกิจที่หลากหลาย สอดคล้องกับข้อมูลว่า การที่บุคคลมีความสามารถและมุมมองในการรับมือกับประสบการณ์ใหม่ ได้เรียนรู้จากการกระทำนั้น จะทำให้บุคคลรู้สึกเกิดความรู้สึกร่วมกับการทำสิ่งต่าง ๆ รวมถึงวิธีที่จะทำให้ดีขึ้นในครั้งต่อไป (Clough, P. & Strycharczyk, D., 2015); (Strycharczyk, D. & Clough, P., 2018) ชุดกิจกรรมในขั้นนี้จึงเป็นการให้ผู้เรียนได้ฝึกการยอมรับความคิดเห็น ความอยากรู้ และความคิดสร้างสรรค์ผ่านการทำภารกิจร่วมกัน

ขั้นที่ 4 พิสูจน์ผลสำเร็จ จัดกิจกรรมให้ผู้เรียนประเมินพฤติกรรม的开รับประสบการณ์ของตนเอง เปิดโอกาสให้ผู้เรียนนำเสนอการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม的开รับประสบการณ์ของตนเอง สอดคล้องกับความเชื่อว่า บุคคลมีความตั้งใจจะสามารถแสดงพฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนแปลงได้สำเร็จจริง (Ajzen, I., 2015) ซึ่งพฤติกรรมที่เกิดขึ้นเป็นการกระทำของบุคคลที่มีแสดงออกที่เหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ เกิดผลจากการปฏิบัติได้สำเร็จ และได้รับผลตอบแทนที่ดีจากการกระทำ (Clough, P. & Strycharczyk, D., 2015); (Strycharczyk, D. & Clough, P., 2018) ชุดกิจกรรมในขั้นนี้จึงเป็นการให้ผู้เรียนได้ถอดบทเรียนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมความอยากรู้ การยอมรับความคิดเห็นและความคิดสร้างสรรค์ของตนเอง

2. การประเมินคุณภาพของโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์มีความถูกต้องและเหมาะสมของโปรแกรมอยู่ในระดับมากที่สุด เนื่องจากโปรแกรมมีการพัฒนาขึ้นอย่างมีระบบ ใช้ระเบียบวิธีการวิจัย และเป็นการวิจัยเชิงพัฒนาที่มีการศึกษาสภาพปัญหาพื้นฐานจากบริบทจริง รวมถึงเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นสามารถนำไปใช้พัฒนาให้นักศึกษามีพฤติกรรม的开รับประสบการณ์มากที่สุด อีกทั้งโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นได้รับการตรวจสอบและรับรองผลจากผู้ทรงคุณวุฒิด้านหลักสูตรและการสอน และจิตวิทยาการศึกษาที่แสดงว่าสามารถนำไปทดลองใช้ได้ โดยผลการทดลองนําร่องแสดงให้เห็นถึงลักษณะพิเศษเฉพาะของโปรแกรมที่ใช้พัฒนาการเปิดรับประสบการณ์ ซึ่งเป็นหนึ่งในทักษะทางสังคมและอารมณ์ที่ต้องพัฒนาเป็นโปรแกรมโดยจำเป็นต้องมีลำดับ โครงสร้าง วิธีการ ดำเนินการในรูปแบบของประสบการณ์การเรียนรู้ที่เน้นปฏิสัมพันธ์ทางสังคม มีเป้าหมายและผลลัพธ์ที่เฉพาะ ตรงกับความต้องการของสถาบันการศึกษาและมีการพัฒนาครูผู้สอนที่มีความรู้ความเข้าใจเฉพาะ (Cefai, C., et al., 2018) เพื่อให้สามารถนำโปรแกรมไปพัฒนาให้ผู้เรียนให้มีทักษะทางสังคมและอารมณ์ที่จำเป็นในสังคมปัจจุบัน นั่นคือ การเปิดรับประสบการณ์

องค์ความรู้ใหม่

องค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากงานวิจัยนี้ คือ โปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตตามแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน มีดังนี้



ภาพที่ 2 โปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตตามแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (ต่อ)

สรุปและข้อเสนอแนะ

การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตตามแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน ประกอบด้วยหลักการสำคัญที่ว่า รู้ผลลัพธ์ ตั้งเป้าหมาย และปฏิบัติ จัดการให้ได้ มีวัตถุประสงค์เฉพาะที่ส่งเสริมให้นักศึกษาเปิดรับประสบการณ์ในบริบทของการทำงานร่วมกับผู้อื่นและการเรียน กำหนดเนื้อหาจากแนวคิดความเข้มแข็งทางจิตใจและทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน มีขั้นตอนในการจัดโปรแกรม 4 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นที่ 1 ประเมินความเชื่อเดิม ปรับเสริมความเชื่อใหม่ ขั้นที่ 2 มุ่งตรงเตรียมพร้อมตามเป้าหมาย ขั้นที่ 3 ขยายประสบการณ์ที่หลากหลายของชีวิต ขั้นที่ 4 พิชิตผลสำเร็จ โปรแกรมที่

พัฒนาขึ้นสามารถนำไปใช้เพื่อส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาได้โดยการให้ผู้ฝึกใช้ชุดกิจกรรมทุกชุดครบทั้ง 2 หน่วยการเรียนรู้ตามขั้นตอน โดยผู้สนใจควรศึกษาคู่่มือการใช้โปรแกรมส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์อย่างละเอียด และนำไปใช้พัฒนาพฤติกรรมกรรมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาโดยอิงตามระดับการเปิดรับประสบการณ์ ระยะเวลา บริบทของนักศึกษา และความพร้อมในการจัดโปรแกรมเป็นสำคัญ และในการทำวิจัยครั้งต่อไป ควรนำโปรแกรมไปใช้ส่งเสริมการเปิดรับประสบการณ์ของนักศึกษาในระดับชั้นปีอื่น ๆ และศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมที่พัฒนาขึ้นที่มีผลต่อตัวแปรขององค์ประกอบย่อยของการเปิดรับประสบการณ์ โดยเฉพาะ เช่น ความอยากรู้ การยอมรับความคิดเห็น ความคิดสร้างสรรค์ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ทางด้านวิชาการต่อไป

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณการสนับสนุนทุนวิจัยจาก “ทุนอุดหนุนวิทยานิพนธ์สำหรับนิสิต” บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เอกสารอ้างอิง

- กองแผนงาน มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. (2561). ความพึงพอใจของนายจ้าง/ผู้ใช้บัณฑิต ปีการศึกษา 2562. เรียกใช้เมื่อ 11 กุมภาพันธ์ 2563 จาก https://natres.psu.ac.th/office/plan/doc/2564/TQF_JOB62.pdf.
- กิตติศักดิ์ กอรั้อย. (2550). พฤติกรรมการทำงานเป็นทีมของนิสิตปริญญาตรีภาคปกติมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ใน วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการอุดมศึกษา. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นฤนาท จั่นกล้า. (2558). การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม เรื่องคอนกรีตเอนซ์สำหรับนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยาที่เรียนโดยใช้การเรียนแบบร่วมมือ. วารสารวิจัยราชภัฏพระนคร สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 10(1), 76-88.
- วิดาพร ทับทิมศรี และคณะ. (2562). คุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษา แห่งชาติ และอัตลักษณ์ของผู้สำเร็จการศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพ ตามความคิดเห็นของผู้ใช้บัณฑิต. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพมหานคร, 35(1), 252-263.
- Ajzen, I. (2015). The theory of planned behaviour is alive and well, and not ready to retire: a commentary on Sniehotta, Pesseau, and Araújo-Soares. *Health psychology review*, 9(2), 131-137.
- Cefai, C., et al. (2018). Strengthening social and emotional education as a core curricular area across the European Union. European Union: A review of the international evidence.
- Chernyshenko, O. S., et al. (2018). Social and emotional skills for student success and well-being, OECD Publishing, Paris. Retrieved Jan 4, 2022, from dx.doi.org/10.1787/db1d8e59-en.
- Cherry, K. (2020). The Benefits of Being Open-Minded. *HOLISTIC HEALTH*. Retrieved Jan 4, 2022, from <https://www.verywellmind.com/be-more-open-minded-4690673>
- Clough, P. & Strycharczyk, D. (2015). *Developing mental toughness: Coaching strategies to improve performance, resilience and wellbeing*. London: Kogan Page Publishers.

- _____. (2018). Mental toughness and its role in the development of young people In Coaching in Education. Oxfordshire: Routledge.
- Cowden, R. G., et al. (2017). Mental toughness in South African youth: Relationships with forgivingness and attitudes towards risk. *Psychological reports*, 120(2), 271-289.
- Kankaraš, M. & Suarez-Alvarez, J. (2019). Assessment framework of the OECD Study on Social and Emotional Skills. Paris: OECD Publishing.
- OECD. (2017). Social and Emotional Skills: Well-being, Connectedness and Success OECD Publishing, Paris. Retrieved Jan 4, 2022, from https://www.cfchildren.org/wp-content/uploads/research/oecd-social-and-emotional-skills-well-being-connectedness-and-success_compressed.pdf
- Stamp, E. et al. (2015). Relationships between mental toughness and psychological wellbeing in undergraduate students. *Personality and Individual Differences*, 75(2015), 170-174.
- Stevenson, H. et al. (2014). IB Middle Years Programme in the UK: Implementation and practices and student outcomes associated with the learner profile attribute 'open minded'. Retrieved Jan 4, 2022, from <https://ibo.org/globalassets/new-structure/research/pdfs/openminded-report-en.pdf>
- Strycharczyk, D. & Clough, P. (2018). Developing mental toughness in young people: Approaches to achievement, well-being, employability, and positive behaviour. Oxfordshire: Routledge.
- Sutter, N. & Paulson, S. (2017). Predicting college students' intention to graduate: a test of the theory of planned behavior. *College Student Journal*, 50(3), 409-421.
- Wu, A. M. & Tang, C. S. K. (2012). Problem gambling of Chinese college students: Application of the theory of planned behavior. *Journal of Gambling Studies*, 28(2), 315-324.