

บทความวิจัย (Research Article)

การพัฒนาแบบแผนการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้าง ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค (AQ) สำหรับนักศึกษาครู

A DEVELOPMENT OF INSTRUCTIONAL MODEL BASED ON CONTEMPLATIVE EDUCATION TO ENHANCE ADVERSITY QUOTIENT FOR STUDENT TEACHERS

Received: October 2, 2018

Revised: October 19, 2018

Accepted: October 22, 2018

อังคณา อ่อนธานี^{1*}

Angkana Onthanee^{1*}

¹คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

¹Faculty of Education, Naresuan University, Phitsanulok 65000, Thailand

*Corresponding Author, E-mail: angkanao@nu.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแบบแผนการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู มีการดำเนินการวิจัย 3 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่ 1 สร้างและตรวจสอบคุณภาพของแบบแผนการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาผลการใช้แบบแผนการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู และขั้นตอนที่ 3 ศึกษาความพึงพอใจที่มีต่อการเรียนโดยแบบแผนการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญา แหล่งข้อมูล คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 2 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร กำลังศึกษาในปีการศึกษา 2559 จำนวน 30 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบแผนการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา แบบวัดความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค และแบบประเมินความพึงพอใจ

ผลการวิจัย พบว่า 1) แบบแผนการเรียนการสอนที่พัฒนาขึ้น ประกอบด้วย หลักการ วัตถุประสงค์ กระบวนการเรียนการสอนซึ่งดำเนินกิจกรรมตามแนวคิดของจิตตปัญญาศึกษา การวัดการประเมินผล ผู้เชี่ยวชาญประเมินแบบแผนการเรียนการสอนมีความเหมาะสมในระดับมาก 2) ผู้เรียนที่เรียนโดยแบบแผนการเรียนการสอนที่พัฒนาขึ้นมีความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมี

ความสามารถในการฝ่าอุปสรรคโดยรวมอยู่ในระดับมาก 3) ผู้เรียนมีความพึงพอใจต่อการเรียนโดยรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครูอยู่ในระดับมาก

คำสำคัญ: รูปแบบการเรียนการสอน จิตตปัญญาศึกษา ความสามารถในการฝ่าอุปสรรค นักศึกษาครู

Abstract

The purpose of this research was to develop an instructional model based on contemplative education to enhance Adversity Quotient for student teachers. The research procedure comprised of 3 steps; 1) To construct of an instructional model and then inspected its quality. 2) To implement the developed model. 3) To evaluate the satisfaction of student teachers towards an instructional model. The samples used for the experimentation were 30 second year student teachers in academic year 2016 of the faculty of Education, Naresuan University by purposive sampling. The research instruments were an instructional model based on contemplative education, Adversity Quotient evaluating form and satisfaction evaluating form.

The research finding were as follows: 1) The developed model consisted of: principles, objectives, instructional processes and evaluation. The experts agreed to the quality of the developed model at high level. 2) The post-test of Adversity Quotient of student teachers through the developed model were higher than those of their Pre-test at the .01 level of significance. 3) The student teachers had a high level of satisfaction towards an instructional model based on contemplative education to enhance Adversity Quotient for student teachers.

Keywords: Instructional Model, Contemplative Education, Adversity Quotient, Student Teachers

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

อาชีพทุกอาชีพย่อมมีความสำคัญต่อบุคคลและสังคมด้วยกันทั้งนั้น เป็นการยากที่จะบ่งบอกว่า อาชีพใดสำคัญกว่าอาชีพใด และวิชาชีพครูก็ล้วนเป็นวิชาชีพที่มีความสำคัญต่อสังคมและประเทศชาติอย่างมาก จึงขออัญเชิญพระพระราชดำรัส ของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช พระราชทานแก่ครูอาวุโส 28 ตุลาคม 2523 ความตอนหนึ่งว่า

“...ครูที่แท้จริงนั้นต้องเป็นผู้ทำแต่ความดี คือ ต้องหมั่นขยันและอดสาหะพากเพียร ต้องเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และเสียสละ ต้องหนักแน่นอดทน และอดกลั้น สำรวม ระวังความประพฤติปฏิบัติของตน ให้อยู่ในระเบียบ แบบแผนที่ดีงาม รวมทั้งต้องซื่อสัตย์ รักษาความจริงใจ วางใจเป็นกลาง ไม่ปล่อยไปตามอำนาจอคติ...”

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษาประกอบไปด้วยหลายส่วน โดยครูเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุด เนื่องจากความสามารถของครูเป็นตัวแปรสำคัญที่สามารถทำนายหรือคาดหมายคุณภาพของนักเรียนโดยตรง (Onnuam, et al., 2016, p. 294) ครูที่มีความสามารถสูงย่อมชำนาญในการจัดกิจกรรมให้นักเรียนลงมือปฏิบัติ อันนำไปสู่ผลการเรียนอย่างแท้จริง แต่ถ้าครูมีความสามารถต่ำก็เป็นเพียงผู้บอกความรู้นักเรียน ก็ไม่สามารถพัฒนาคุณภาพผู้เรียนให้เป็นไปตามที่ต้องการได้ เพราะระบบการศึกษาจะดำเนินไปได้ด้วยดีต้องมีครูที่มีคุณภาพ มีลักษณะความเป็นครูที่ดี มีความสามารถสูง และได้รับการศึกษาอบรมมาเป็นอย่างดี และในการที่จะพัฒนาวิชาชีพครูให้ได้ผลอย่างมีประสิทธิภาพ ควรเริ่มพัฒนาตั้งแต่กระบวนการผลิตบัณฑิตครูมิใช่เข้าไปพัฒนาเมื่อเข้าสู่วิชาชีพแล้ว

ในปัจจุบันวิชาชีพครู เป็นวิชาชีพที่ต้องทำงานหนัก ต้องมีความเสียสละ อดทน เพราะขอบข่ายของสมรรถนะทางอาชีพจะต้องทำหน้าที่ในการจัดการเรียนการสอน พัฒนาผู้เรียนให้มีศักยภาพสูงสุด นอกจากนั้นยังต้องทำหน้าที่ในการดูแล ให้คำปรึกษา นำเสนอข้อมูลที่เป็นประโยชน์ให้กับผู้เรียนตลอดเวลา ดังนั้นคนที่จะเข้าสู่วิชาชีพครู นอกเหนือจากจะมีความรู้ความสามารถในการประกอบอาชีพ เชี่ยวชาญในวิชาที่สอนแล้ว ยังต้องเรียนรู้และพัฒนาทักษะที่สามารถนำไปใช้ในโลกรปัจจุบันและอนาคต นอกเหนือจากเชาว์ปัญญา (I.Q.) ที่เป็นปัจจัยความสำเร็จในชีวิตและความฉลาดทางอารมณ์ (E.Q. : Emotional Quotient) ที่ เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเองในสถานการณ์ต่างๆ แล้ว ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค (A.Q. : Adversity Quotient) หรือความสามารถในการเปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาสก็เป็นสิ่งสำคัญยิ่ง ซึ่งความสามารถดังกล่าวนี้มีความจำเป็นในการเพิ่มประสิทธิภาพในการจัดการ การทำงาน และการอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (Office of the education council, 2009, p. 2) ผู้ที่มีศักยภาพทางความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค จะมีพลังในการต่อสู้แข่งขันสูง สามารถทำงานทุกอย่างโดยไม่เกรงกลัวต่ออุปสรรคหรือความยากลำบาก ซึ่งนักศึกษาครูและผู้ที่เข้าสู่วิชาชีพครูในปัจจุบันต้องเผชิญกับปัญหาการปรับตัวในหลายๆ ด้าน โดยเฉพาะการปรับตัวด้านการจัดการเรียนการสอน และการปรับตัวเมื่ออยู่ในวิชาชีพ เมื่อต้องเผชิญปัญหาที่ไม่สามารถแก้ไขปัญหาคิดได้ ตัดสินใจไม่ถูกว่าจะต้องทำอะไรดี อาจทำให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวลได้ง่าย ถ้าไม่สามารถจัดการปัญหาเหล่านั้นได้จะส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน จะเห็นได้ว่าความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคนั้นมีประโยชน์ต่อบุคคลและสังคมเป็นอย่างมาก (Chatkhup, 2002) หากผู้ที่เข้าสู่วิชาชีพครูได้รับการพัฒนาความสามารถนี้ จะทำให้เขาแตกต่างจากบุคคลอื่น บุคคลที่มีความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสูงจะมองวิกฤตให้เป็นโอกาส มีการรับรู้ว่าตนเองสามารถควบคุมหรือจัดการกับปัญหา อุปสรรค หรือทุกสถานการณ์ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้ จะเชื่อในความสามารถของตน มีความอดทนที่จะต่อสู้กับปัญหา และสามารถฟันฝ่าฟันฝ่าได้อย่างรวดเร็วเมื่อตกอยู่ในสภาวะที่ยากลำบาก ทำให้ปรับตัวได้ดีและมีชีวิตที่มีความสุข พัฒนางานในวิชาชีพอย่างประสบความสำเร็จ

ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคนั้น เป็นสิ่งที่ไม่ได้มีมาแต่กำเนิด หากแต่เป็นสิ่งที่สามารถเพาะบ่มและเสริมสร้างให้เกิดขึ้นได้ การจะเสริมสร้างนั้นต้องทำให้บุคคลเข้าใจตนเอง เข้าใจสถานการณ์ที่เข้ามาในชีวิต สามารถควบคุมจัดการปัญหาที่เกิดขึ้น มีวิธีคิดหรือวิธีมองปัญหาที่จะเข้าไปแก้สถานการณ์นั้นว่า ทุกปัญหามีจุดจบและมีทางออกเสมอ (Robert, 1996) การที่จะเสริมสร้างให้บุคคลมีภูมิคุ้มกันด้านตนในตนเองและมีความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคนั้น จะต้องสร้างความเข้มแข็งจากภายใน ทำให้บุคคลเข้าใจภาวะแห่งตน โดยให้ค่อยๆเรียนรู้พินิจในสิ่งต่างๆ ของตนเองและบริบทแวดล้อมอย่างชัดเจนจะมีเหตุผล

จิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) คือการคิดพินิจพิจารณา ใคร่ครวญ ไตร่ตรองอย่างรอบคอบ โดยให้ความสำคัญกับการตระหนักรู้ และการเรียนรู้โลกด้านอารมณ์ ความรู้สึก ทศณะและมุมมองของชีวิตตนและโลก ให้คุณค่าในการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ ซึ่งหมายถึงการสังเกตอย่างมีสติต่อการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองที่เกิดจากการเผชิญกับผู้อื่นและโลกภายนอก ซึ่งจะมีเป้าหมายก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานอย่างลึกซึ้งทางความคิดและจิตสำนึกใหม่ต่อตนเอง ส่งผลต่อการปฏิบัติและการดำเนินชีวิตอย่างมีสติและปัญญา (Panich, 2007, p. 18) ดังนั้น จิตตปัญญาจึงสามารถทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ที่จะอยู่ในสังคม สามารถเปลี่ยนแปลงตนให้สามารถเผชิญกับปัญหาและพยายามหาหนทางแก้ไขอย่างไม่หยุดหย่อนตามศักยภาพแห่งตน ซึ่งความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคนั้นจะเป็นตัวทำนายความสำเร็จของบุคคลได้ดีในระดับหนึ่ง ใครที่มีความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสูงจะประสบความสำเร็จได้มากกว่า มีผลปฏิบัติงานที่สูงกว่า สร้างแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน มีพฤติกรรมเชิงสร้างสรรค์และมีการพัฒนาดตนเองอยู่ตลอดเวลา

จากที่กล่าวมาแล้วผู้วิจัยจึงได้นำหลักการและแนวคิดของจิตตปัญญาศึกษามาสร้างเป็นรูปแบบการเรียนการสอน และนำไปสู่การปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม เพื่อจะเสริมสร้างให้ผู้ที่จะเข้าสู่วิชาชีพครูได้มีเกราะคุ้มกันทางอาชีพ มีความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อที่จะนำไปพัฒนาดตนพัฒนาอาชีพอย่างยั่งยืนต่อไป

จุดมุ่งหมายของการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู โดยมีจุดมุ่งหมายของการวิจัย ดังนี้

1. เพื่อสร้างและตรวจสอบคุณภาพรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู

2. เพื่อศึกษาผลการใช้รูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู โดย

- 2.1 เปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคระหว่างก่อนเรียนกับหลังเรียนโดยรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู

- 2.2 ศึกษาความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษาครูที่เรียนโดยรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

3. เพื่อศึกษาความพึงพอใจที่มีต่อการเรียนโดยรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู

สมมุติฐานของการวิจัย

นักศึกษาครูมีความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยกำหนดขอบเขตของการวิจัยไว้ 3 ด้าน ประกอบด้วย ขอบเขตด้านแหล่งข้อมูล ขอบเขตด้านเนื้อหา และขอบเขตด้านตัวแปร โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ขอบเขตด้านแหล่งข้อมูล ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรีการศึกษาบัณฑิต คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาจิตวิทยาสำหรับครู ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 30 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

ขอบเขตด้านเนื้อหา การจัดกิจกรรมตามรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู ในรายวิชา จิตวิทยาสำหรับครู ในเนื้อหาเรื่ององค์ประกอบเกี่ยวกับครู บทบาทครูในด้านการเอื้ออำนวยให้เกิดการเรียนรู้ และ คุณลักษณะของครูในศตวรรษที่ 21

ขอบเขตด้านตัวแปร

1. ตัวแปรต้น ได้แก่ การเรียนโดยรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ 1) ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค และ 2) ความพึงพอใจที่มีต่อการเรียนโดยรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการโดยให้กระบวนการวิจัยและพัฒนา ได้แบ่งวิธีดำเนินการวิจัยออกเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู มีการดำเนินการ ดังนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัย ในเรื่องแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน ในประเด็นเกี่ยวกับความหมาย ความสำคัญและแนวทางการจัดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ศึกษาเรื่องความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค ในประเด็นเกี่ยวกับ ความหมาย ความสำคัญรวมทั้งองค์ประกอบของความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค รวมถึงแบบวัดความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค

2. วิเคราะห์เนื้อหาทฤษฎีวิชาจิตวิทยาสำหรับครู คัดเลือกเนื้อหาที่เหมาะสมในการจะเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค ผู้วิจัยคัดเลือกเนื้อหาในเรื่ององค์ประกอบเกี่ยวกับครู บทบาทครูในการเอื้ออำนวยให้เกิดการเรียนรู้ และคุณลักษณะของครูในศตวรรษที่ 21 มาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เนื่องจากการจะมีคุณลักษณะของครูที่ดีได้ ต้องมีความอดทนต่อแรงกดดันต่างๆ เพราะข้อบ่งชี้ของสมรรถนะทางอาชีพจะต้องทำหน้าที่ในการจัดการเรียนการสอน พัฒนาผู้เรียนให้มีศักยภาพสูงสุด นอกจากนั้นยังต้องทำหน้าที่ในการดูแล ให้คำปรึกษา นำเสนอข้อมูลที่เป็นประโยชน์ให้กับผู้เรียนตลอดเวลา ถ้านักศึกษามีความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค จะทำให้ปฏิบัติงานในวิชาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. ยกย่องรูปแบบการเรียนการสอน โดย สรุปข้อมูลจากการศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน (Model of teaching) อธิบายถึงองค์ประกอบของรูปแบบการเรียนการสอน มีรายละเอียด ดังนี้

3.1 หลักการ เป็นส่วนที่กล่าวถึงความเชื่อและแนวคิดทฤษฎีที่เป็นพื้นฐานของรูปแบบ

3.2 การเรียนการสอน หลักการของรูปแบบการสอนจะเป็นตัวชี้้นำในการกำหนดจุดประสงค์ กิจกรรม และขั้นตอนการดำเนินงานในรูปแบบการสอน

3.3 วัตถุประสงค์ เป็นส่วนที่ระบุถึงความคาดหวังที่ต้องการให้เกิดขึ้นจากการใช้รูปแบบการ

3.4 เรียนการสอน วัตถุประสงค์ของรูปแบบการเรียนการสอนในครั้งนี้ คือ เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู

3.5 กระบวนการเรียนการสอน เป็นส่วนที่ระบุถึงวิธีการปฏิบัติในขั้นตอนต่างๆ เมื่อนำรูปแบบการสอนไปใช้ ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในเรื่องจิตตปัญญาศึกษา และแนวทางในการเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค สังเคราะห์เป็นกระบวนการเรียนการสอนตามรูปแบบที่พัฒนาขึ้น ดังนี้ พิจารณาอย่างใคร่ครวญและรับรู้แบบองค์รวม รับรู้สถานการณ์ด้วยการพิจารณาด้วยใจอย่างใคร่ครวญแบบองค์รวม ด้วยใจ ความคิด และความแตกต่างระหว่างบุคคล ของสิ่งที่เกิดขึ้น ในมุมมองที่เกี่ยวกับตนเอง บุคคลอื่นและสิ่งแวดล้อม เพื่อเป็นการรับรู้ถึงวิธีการตอบโต้กับปัญหาและอุปสรรคของตน

1) สำรวจว่าสิ่งใดคือสาเหตุดั้งเดิมของอุปสรรคที่เกิดขึ้น ตั้งคำถามเพื่อค้นหาสาเหตุดั้งเดิมอย่างรอบด้าน ระบุให้ชัดเจนว่าต้องทำอะไร เพื่อให้สถานการณ์ดีขึ้น ถ้าเผชิญกับความเป็นจริง พิจารณาความเป็นจริงในมุมมองของตนเองและความเป็นจริงที่แตกต่างออกไป จากมุมมองความคิดของผู้อื่น

2) วิเคราะห์ให้เกิดความชัดเจน โดยการเชื่อมโยงความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่างๆ โดยหาหลักฐานหรือสภาวะแวดล้อมมาประกอบแนวทางการคิด นำไปสู่ความเป็นไปได้และแก้ไขสิ่งที่เกิดขึ้นตามศักยภาพ

3) มุ่งมั่นในการพัฒนาตนเอง เลือกวิธีการที่เหมาะสมและเป็นไปได้ โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริง และความเชื่อมั่นว่ามนุษย์มีศักยภาพที่สามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง และดำเนินการเพื่อให้อุปสรรคอยู่กับเราน้อยที่สุด

4) นำเสนอต่อกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เรียนรู้ประสบการณ์และกระบวนการคิดที่หลากหลายจากสมาชิกแต่ละคน เน้นความเป็นกัลยาณมิตร อยู่ในบรรยากาศของความรัก ความเมตตา และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้

3.6 การวัดและประเมินผล เป็นส่วนที่ประเมินถึงประสิทธิผลของรูปแบบการสอน โดยกำหนดให้สอดคล้องกับ วัตถุประสงค์ สารกระบวนการและกิจกรรมการเรียนการสอนของรูปแบบ

4. เขียนรายละเอียดของรูปแบบการเรียนการสอน ในแต่ละองค์ประกอบให้มีความสัมพันธ์สอดคล้องกัน จัดเรียงลำดับของแต่ละองค์ประกอบให้มีความเหมาะสม โดยจัดทำเป็นรูปแบบการเรียนการสอนฉบับร่าง เพื่อไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบต่อไป

5. ตรวจสอบคุณภาพรูปแบบการเรียนการสอน นำรูปแบบการเรียนการสอน ไปตรวจสอบคุณภาพ โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมตามหลักการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน ในแต่ละองค์ประกอบของการนำเสนอรูปแบบ ซึ่งประกอบไปด้วย หลักการ วัตถุประสงค์ กระบวนการเรียนการสอน และการวัดและประเมินผล

ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาผลการใช้รูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู การดำเนินการในขั้นตอนนี้เป็นการนำรูปแบบการเรียนการสอนที่ผ่านการสร้างและตรวจสอบคุณภาพจากขั้นตอนที่ 1 และนำมาปรับปรุงแก้ไขจนได้รูปแบบการเรียนการสอนฉบับสมบูรณ์ มาทดลองใช้โดยมีการดำเนินการ ดังนี้

1. ออกแบบการทดลอง

การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบแผนการวิจัย แบบกลุ่มเดียวทดสอบก่อนหลัง (One group Pretest – Posttest Design) ออกแบบการทดลองดังต่อไปนี้ (Bousontе, 2009, p. 63)

O_{1E}	T	O_{2E}
O_{1E} = คะแนนการวัดความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคก่อนเรียน O_{2E} = คะแนนการวัดการวัดความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคหลังเรียน T = การจัดการเรียนการสอนโดยใช้รูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา		

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบบวัดความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค

การพัฒนาแบบวัดความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค แบบวัดความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประยุกต์มาจากแบบสอบถามที่พัฒนาขึ้นโดย Stoltz (1997) ตามองค์ประกอบความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค หรือที่รวมเรียกว่า CO2RE แพลตฟอร์มและเรียบเรียงโดย Kumbannaruk (2009) ซึ่งเป็นแบบวัดความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค ครอบคลุมองค์ประกอบทั้ง 4 มิติ คือ มิติที่ 1 การควบคุมสถานการณ์ (C=Control) มิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ (O2 = Origin and Ownership) มิติที่ 3 ผลกระทบที่จะมาถึง (R=Reach) มิติที่ 4 ความอดทน (E=Endurance) มีคำถามทั้งหมด 40 ข้อใหญ่ โดยแบ่งเป็นมิติละ 10 ข้อ และในแต่ละข้อจะมีคำถามย่อย 2 ข้อ ระดับตัวเลขของการเลือกตอบจะแปลงเป็นคะแนนของผู้ตอบ ดังตัวอย่าง

สถานการณ์ : ฉันทเรียนไม่ทันตามที่อาจารย์สอน

1. สาเหตุที่ทำให้ฉันทเรียนไม่ทันตามที่อาจารย์สอน เป็นสิ่งที่ฉันทสามารถควบคุมได้ หรือไม่						
ไม่สามารถควบคุมได้	1	2	3	4	5	สามารถควบคุมได้
2 เป็นความรับผิดชอบของฉันทที่ฉันทจะต้องจัดการแก้ไข ผลของการที่ฉันทเรียนไม่ทันตามที่อาจารย์สอนหรือไม่						
ไม่ใช่ความรับผิดชอบของฉันท	1	2	3	4	5	เป็นความรับผิดชอบของฉันท

โดยผู้วิจัยนำแบบวัดความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค มาปรับการใช้ภาษาเพื่อให้เหมาะกับบริบทของการวัดความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคของนักศึกษาครู และนำไปหาค่าความเชื่อมั่นกับนักศึกษาณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร จำนวน 63 คน พบว่า มีความเชื่อมั่นของแบบทดสอบทั้งฉบับ เท่ากับ .87 จึงจัดทำเป็นแบบทดสอบฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลต่อไป

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล การดำเนินการตามลำดับขั้น ดังนี้

3.1 แหล่งข้อมูล ในการวิจัยผู้วิจัยใช้การเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยสถาบันที่เลือก คือ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร เนื่องจากเป็นมหาวิทยาลัยในส่วนภูมิภาคที่จัดตั้งขึ้นเพื่อสนองตอบต่อความต้องการในการศึกษาต่อระดับอุดมศึกษา และจัดการเรียนการสอนในหลักสูตรการศึกษาระดับบัณฑิต มีจุดเน้นที่ชัดเจนในการผลิตและพัฒนานักศึกษาระดับบัณฑิตครูอย่างมีคุณภาพ ตอบสนองตามความต้องการของสังคม มุ่งสร้างครูรุ่นใหม่ที่มีความลึกซึ้งทางด้านวิชาการ มีความเชี่ยวชาญทางวิชาชีพ สามารถจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาผู้เรียนได้อย่างเต็มศักยภาพ จึงเหมาะสมอย่างยิ่งในการนำรูปแบบการเรียนการสอนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นไปทดลองใช้ เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค เพื่อที่จะได้ผลผลิตเป็นบัณฑิตครูที่มีคุณลักษณะสอดคล้องกับจุดเน้นขององค์กร

3.2 นำรูปแบบที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้กับนักศึกษาหลักสูตรการศึกษาระดับบัณฑิต (หลักสูตร 5 ปี) ชั้นปีที่ 2 ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาจิตวิทยาสำหรับครู ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 30 คน ดำเนินกิจกรรมตามกระบวนการเรียนการสอนที่กำหนดไว้ในรูปแบบ โดยดำเนินการดังนี้

3.2.1 ก่อนการทดลองทำการวัดความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค ด้วยแบบวัดความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค ตามที่ประยุกต์มาจากแนวคิดของ Stoltz ครอบคลุมองค์ประกอบทั้ง 4 มิติ

3.2.2 ดำเนินการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู ในรายวิชาจิตวิทยาสำหรับครูในเนื้อหาเรื่ององค์ประกอบเกี่ยวกับครู บทบาทครูในด้านการเอื้ออำนวยให้เกิดการเรียนรู้ และคุณลักษณะของครูในศตวรรษที่ 21 ใช้เวลาทั้งสิ้น 16 ชั่วโมง (4 สัปดาห์)

3.2.3 หลังการทดลองทำการวัดความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคของนักศึกษาที่เรียนโดยรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค สำหรับนักศึกษาครู

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค โดยพิจารณาในภาพรวม และในทุกองค์ประกอบรายด้านทั้ง มิติที่ 1 การควบคุมสถานการณ์ มิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ มิติที่ 3 ผลกระทบที่จะมาถึง มิติที่ 4 ความอดทน ประเมินความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรคในภาพรวม ซึ่งอิงจากเกณฑ์ปกติ Normal Distribution of Adversity Quotient Score ของ Stoltz (1997) ดังนี้

ช่วงคะแนนระหว่าง	ความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค
166 - 200	สูงมาก
135 - 165	สูง
95 - 134	ปานกลาง
60 - 94	ต่ำ
59 ลงไป	ต่ำมาก

4.2 ทดสอบความแตกต่างของความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค ระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน โดยใช้สถิติทดสอบ t-test (Dependent)

ขั้นตอนที่ 3 ประเมินความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อการเรียนโดยรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟ้อุปสรรค สำหรับนักศึกษาคู

เครื่องมือที่ใช้การวิจัย แบบประเมินความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ผู้วิจัยสร้างตามขั้นตอน ดังนี้

1. ศึกษาทฤษฎี เอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในเรื่องของการประเมินความพึงพอใจ
2. กำหนดให้เป็นแบบประเมินมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วน 5 ระดับ ตามวิธีการของลิเคิร์ต (Likert)
3. สร้างแบบสอบถามฉบับร่างตามกรอบแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในการเรียนการสอนของนักศึกษา ในแนวคิดเชิงระบบ กำหนดประเด็นที่จะสอบถาม แล้วเขียนเป็นข้อคำถาม โดยตั้งประเด็นในการประเมินความพึงพอใจในด้าน ปัจจัยนำเข้า (Input) กระบวนการ (Process) และ ผลผลิต (Output)
4. นำแบบประเมินความพึงพอใจไปหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา ตามวิธีของครอนบาค (as cited in Thaweratana, 2000, pp. 125-126) ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .90
5. จัดทำเป็นแบบประเมินความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบเพื่อนำไปเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ข้อมูลจากแบบประเมินความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบ นำมาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิจัยออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการสร้างและตรวจสอบคุณภาพรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู

รูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค (AQ) สำหรับนักศึกษาครู	
หลักการ	
1. รูปแบบการเรียนการสอนนี้มุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคเพื่อนำไปใช้เป็นพื้นฐานในการประกอบวิชาชีพครูได้อย่างมีประสิทธิภาพ 2. รูปแบบการเรียนการสอนนี้ให้อิสระแก่ผู้เรียนในการกำหนดเป้าหมายและวิธีการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งแต่ละกลุ่มและแต่ละคนต้องรับผิดชอบการเรียนรู้ของตนเอง โดยผู้สอนมีบทบาทเป็นเพียงผู้คอยกระตุ้นให้ผู้เรียนอยากรู้และแสวงหาคำตอบด้วยตัวเอง ผู้สอนดำเนินบทบาทเพียงผู้อำนวยความสะดวกในการเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียน คอยให้คำปรึกษาแนะนำ ให้กำลังใจ และเป็นตัวอย่างที่ดี 3. เน้นกระบวนการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ การเชื่อมโยงและการสะท้อน โดยเน้นการพัฒนาภายในจิตใจ จิตวิญญาณของตนเอง ส่งผลให้เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น เกิดจิตสำนึกใหม่ที่ตื่นามและตระหนักถึงภาระหน้าที่ของตนที่มีต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่งรอบตัว 4. การสร้างบรรยากาศแห่งการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งต่อการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบโดยเน้นความเป็นกัลยาณมิตร การที่นำความรู้มาแบ่งปันแลกเปลี่ยนกันจะทำให้ความรู้ที่มีอยู่ยกระดับ เป็นความรู้ที่มีคุณค่ายิ่งขึ้นไป	
วัตถุประสงค์	
รูปแบบการเรียนการสอนนี้ มุ่งเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษาครู	
กระบวนการจัดการเรียนการสอน ดำเนินการจัดกระบวนการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา โดยมีขั้นตอนสำคัญ ดังนี้ 1. พิจารณาอย่างใคร่ครวญและรับรู้แบบองค์รวม 2. สำรวจว่าสิ่งใดคือสาเหตุดั้งเดิมของอุปสรรคที่เกิดขึ้น 3. วิเคราะห์ให้เกิดความชัดเจน 4. มุ่งมั่นในการพัฒนาตนเอง 5. นำเสนอต่อกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้	
การวัดและประเมิน	
ประเมินความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค ตามแนวคิด CO2RE ของ Stoltz	

ผลการประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการเรียนการสอนฯ โดยผู้เชี่ยวชาญ พบว่า รูปแบบการเรียนการสอนฯ มีความเหมาะสมในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 4.41, S.D. = 0.25)

ตอนที่ 2 ผลการทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู

ตาราง 1 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษาครูก่อนเรียนและหลังเรียน

	N	คะแนนเต็ม	ก่อนเรียน		หลังเรียน		t
			$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
กลุ่มทดลอง	30	200	92.23	3.51	137.06	20.60	15.11**

** $p < .01$

จากตาราง 1 แสดงให้เห็นว่า นักศึกษาที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบฯ มีความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 2 แสดงผลการศึกษาความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษาครู

ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค	คะแนนเต็ม	ก่อนเรียน		หลังเรียน		t
	16	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
มิติที่ 1 การควบคุมสถานการณ์	50	23.12	5.62	32.25	15.66	12.31**
มิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ	50	24.24	4.68	34.17	32.71	11.75**
มิติที่ 3 ผลกระทบที่จะมาถึง	50	21.65	9.56	30.40	24.68	15.07**
มิติที่ 4 ความอดทน	50	23.22	3.58	40.24	23.58	11.75**
รวม	200	92.23	3.51	137.06	20.60	15.11**

** $p < .01$

จากตาราง 2 เมื่อพิจารณาความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคหลังเรียน พบว่า ในภาพรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 137.06$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ในมิติที่ 4 ด้านความอดทน มีคะแนนเฉลี่ยหลังเรียนสูงที่สุด ($\bar{X} = 40.24$) และรองลงมา คือ มิติที่ 2 สาเหตุและความรับผิดชอบ ($\bar{X} = 34.17$)

ตาราง 3 แสดงผลการศึกษาความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคของนักศึกษาครูกิตเป็นร้อยละ

ช่วงคะแนนระหว่าง	ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค	ก่อนเรียน		หลังเรียน	
		จำนวน(คน)	ร้อยละ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
166 - 200	สูงมาก	-	-	4	13.34
135 - 165	สูง	1	3.33	13	43.33
95 - 134	ปานกลาง	14	46.67	13	43.33
60 - 94	ต่ำ	11	36.67	-	-
59 ลงไป	ต่ำมาก	4	13.33	-	-

จากตาราง 3 พบว่า ความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคของนักศึกษาครูหลังเรียนอยู่ในระดับสูงมาก 4 คน คิดเป็นร้อยละ 13.34 อยู่ในระดับสูง 13 คน คิดเป็นร้อยละ 43.33 และอยู่ในระดับปานกลาง 13 คน คิดเป็นร้อยละ 43.33

ตอนที่ 3 ผลการประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู

ตาราง 4 แสดงผลการประเมินความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอน

ความพึงพอใจด้าน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
ปัจจัยนำเข้า	4.45	0.22	มาก
กระบวนการ	4.42	0.21	มาก
ผลผลิต	4.27	0.18	มาก
รวม	4.41	0.17	มาก

จากตาราง 4 แสดงให้เห็นว่า ผลการประเมินความพึงพอใจของนักศึกษาที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบ พบว่า นักศึกษามีความพึงต่อการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบในระดับมาก โดยมีความพึงพอใจในด้านปัจจัยนำเข้ามากที่สุด รองลงมาคือซึ่งด้านกระบวนการ และด้านผลผลิต ตามลำดับ

อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลการสร้างและตรวจสอบคุณภาพรูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู ผลการสร้างและตรวจสอบคุณภาพรูปแบบการเรียนการสอนฯ โดยผู้เชี่ยวชาญ พบว่า รูปแบบการเรียนการสอนมีคุณภาพอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะการพัฒนาการเรียนการสอนในครั้งนี้นี้อัดคล้องกับแนวคิดของ Joyce and Weil (1996, pp. 5-14) ที่ได้เสนอแนวทางการพัฒนารูปแบบว่า การพัฒนารูปแบบต้องมีทฤษฎีรองรับ ควรมีการวิจัยเพื่อตรวจสอบทฤษฎี และตรวจสอบคุณภาพในเชิงการใช้ในสถานการณ์จริง โดยการออกแบบรูปแบบให้ใช้ได้อย่างกว้างขวางหรือจุดมุ่งหมายเฉพาะอย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้ จะเห็นได้ว่ารูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครูดังกล่าว ได้รับการพัฒนาอย่างเป็นระบบ โดยมีแนวคิดทฤษฎีและผลการวิจัยเป็นแนวทางในการพัฒนา ได้ผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ จึงทำให้มั่นใจได้ว่ารูปแบบการเรียนการสอนที่พัฒนาขึ้นนี้สามารถนำไปใช้เพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ของรูปแบบได้ อีกทั้งรูปแบบการเรียนการสอนที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีวัตถุประสงค์เฉพาะเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการฟื้นฟูอุปสรรค ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญยิ่งต่อการประกอบวิชาชีพครูในอนาคต สังคมในยุคปัจจุบันต้องการครูที่มีคุณสมบัติแตกต่างจากครูในอดีตที่ผ่านมา ครูรุ่นใหม่จะต้องมีความสามารถในการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคอย่างสมเหตุสมผล เพื่อนำไปสู่จัดการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับแนวคิดของ Buasri (1999); Tyler (1970); Tanner and Tanner (1995) ที่กล่าวว่า

ลักษณะของการพัฒนารูปแบบที่ดีนั้น จะต้องสอดคล้องกับสภาพความต้องการ ความจำเป็นในการพัฒนาของสังคม และชาติ ซึ่งสภาพของสังคมไทยในปัจจุบันกำลังต้องการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์และคุณลักษณะของครูให้มีความรู้ความสามารถ มีทักษะความเชี่ยวชาญในการสอน และมีความสามารถในการจัดการกับปัญหาและอุปสรรคที่จะต้องเจออย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้น จึงทำให้เกิดความเชื่อมั่นได้ว่ารูปแบบการเรียนการสอนที่พัฒนาขึ้นมีประโยชน์ สามารถตอบสนองต่อความต้องการของสังคมได้อย่างเหมาะสม

2. ผลการใช้รูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่เสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคสำหรับนักศึกษาครู จากผลการวิจัย พบว่า นักศึกษาที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบฯ มีความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักศึกษาครูมีความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคอยู่ในระดับสูง ($\bar{X}$ = 137.06, S.D. = 20.60) แสดงให้เห็นว่าเมื่อได้รับการจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา สามารถเสริมสร้างให้นักศึกษาครูมีความสามารถและความพยายามในการต่อสู้ฟันฝ่า เอาชนะต่ออุปสรรค ความยากลำบากที่ตนเองประสบ โดยไม่ย่อท้อหรือล้มเลิก เพื่อให้ประสบความสำเร็จตามที่ตนตั้งใจไว้ ทั้งนี้เนื่องจากกระบวนการจัดการเรียนรู้ตามรูปแบบที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น มุ่งให้นักศึกษาครูรับรู้กระบวนการทัศน์แบบองค์รวม (Holistic Paradigm) คือ ทัศนะที่มองโลกในแง่ที่เป็นความสัมพันธ์และการผสมผสานเข้าด้วยกันของสรรพสิ่ง มองเห็นว่ามนุษย์กับสรรพสิ่งต่างเป็นองค์รวมของกันและกัน ด้วยเหตุนี้การกระทำอันใดอันหนึ่งของมนุษย์จึงสามารถส่งผลกระทบต่ออันอื่นไปทั้งองค์รวม การกระทำของมนุษย์สร้างผลกระทบต่อสรรพสิ่ง และผลสะท้อนนั้นก็ย้อนกลับมาสู่ตัวมนุษย์อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ (Nilchaikowit & Jansuk, 2016, pp. 50-51) จึงทำให้ผู้เรียนเกิดการรับรู้ว่าเมื่อเกิดอุปสรรคจะต้องสามารถควบคุมตนเอง พยายามคิดแก้ไขปัญหา ค้นหาสาเหตุของปัญหา และตระหนักว่าเป็นความรับผิดชอบของตนที่ต้องหาทางแก้ไขให้ได้ พิจารณาปัญหาจากตนเองและปัจจัยภายนอกอย่างรอบครอบ สามารถควบคุมอารมณ์ด้านลบ และพยายามขจัดปัญหาและอุปสรรคให้เกิดน้อยที่สุดอย่างถูกวิธี ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Stoltz (1997) ซึ่งกล่าวว่า ความสามารถในการเผชิญและเอาชนะต่ออุปสรรค จะเป็นพฤติกรรมที่บุคคลสามารถตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรคด้วยเจตคติเชิงบวก มีสติ มีความรับผิดชอบและหาแนวทางแก้ปัญหาด้วยความมุ่งมั่น จนสามารถประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหาและผ่านพ้นอุปสรรคไปด้วยดี และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคด้านความอดทน มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ($\bar{X}$ = 40.24) ซึ่งประกอบวิชาชีพครูในอนาคตนั้น ผู้เป็นครูจะต้องเผชิญกับความกดดัน และสภาวะทางอารมณ์ของผู้เรียนและเพื่อนร่วมงาน ซึ่งสามารถเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา การดูแลเพื่อให้ผู้เรียนในห้องเรียนซึ่งมีความหลากหลายได้เกิดการเรียนรู้ต้องอาศัยทั้งความรู้ความสามารถ อีกทั้งความมั่นคงทางอารมณ์ที่จะต้องควบคุมชั้นเรียนให้เกิดการเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Stoltz ที่กล่าวว่า ผู้ที่มีคะแนนในมิติด้านความอดทนสูง ได้แก่ ผู้ที่ได้รับรู้ว่าอุปสรรคจะคงทนอยู่ชั่วคราวเท่านั้น เราสามารถแก้ไขด้วยการฝึกฝนทักษะความรู้ความสามารถ และเป็นผู้ที่มีความหวังในชีวิตพยายามที่จะหาหนทางแก้ไขอุปสรรคให้ออกไปโดยเร็ว และพยายามทำให้ความสำเร็จอยู่กับตัวได้นาน แต่ถ้าไม่สามารถรักษาให้คงตัวได้นาน ก็จะพิจารณาได้ว่าปัญหาและเหตุแห่งปัญหาเป็นเรื่องธรรมดา จะสามารถผ่านพ้นไปได้อย่างรวดเร็วและจะไม่กลับมาอีก สิ่งเหล่านี้จะส่งเสริมให้มีชีวิตรุ่งโรจน์ได้ ต่างจากผู้ที่มี AQ มิติด้านนี้ต่ำ จะเป็นผู้ที่รับรู้ปัญหาอุปสรรคจะ

คงทนอยู่ยาวนานทำให้เป็นคนที่มีพลังในชีวิต คิดแต่ว่าไม่มีอะไรหรืออะไรที่แก้ไขได้ ไม่พยายามที่จะแก้ไขปัญหาคิดอยู่เสมอว่าปัญหายังคงเป็นปัญหาและอยู่กับตนเองตลอดไป ซึ่งจะมีผลต่อการทำงาน ทำให้เกิดความล้มเหลว ผิดวันประกันพรุ่ง ไม่สามารถที่จะเปลี่ยนแปลงอะไรให้ดีขึ้นได้

อีกทั้งการจัดกิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เน้นรูปแบบวิธีหลากหลายในการเรียนรู้ที่ตอบสนองต่อฐานต่างๆ ทั้งกาย ใจ ความคิด และจิตวิญญาณ เปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมกระบวนการต้องเผชิญกับสิ่งที่ไม่คุ้นชิน ต้องอาศัยความกล้า ที่ต้องผจญตนเองในการกระทำบางสิ่งบางอย่างที่แตกต่างไป หรือต้องเผชิญกับความขัดแย้งที่ตนพยายามหลีกเลี่ยง เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ๆ และก้าวพ้น ความเป็นตัวตนของตนเอง หรือขยายขอบเขตของการรับรู้และทักษะในกรณีนั้น แต่ในขณะเดียวกันก็ยังคงรักษาความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย และระมัดระวังไม่ให้เกิดพื้นที่อันตราย (Danger Zone) ที่จะส่งผลกระทบต่อด้านลบต่อการเรียนรู้ ดังที่ Wasi (2007, pp 27-28) กล่าวว่าจุดมุ่งหมายของจิตตปัญญาศึกษาเป็นไปเพื่อการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตนเอง เปลี่ยนแปลงความรู้สึกนึกคิดใหม่ เปลี่ยนแปลงมุมมองเกี่ยวกับเพื่อนมนุษย์และธรรมชาติใหม่ เปลี่ยนแปลงวิธีคิดใหม่โดยสิ้นเชิง เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่ใหญ่ขึ้นคือการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในองค์กรและสังคม เพื่อให้หลุดจากความติดขัดใหญ่ หรือวิกฤติการณ์ของมนุษย์ในปัจจุบัน จากเหตุผลที่กล่าวมาอาจอนุมานได้ว่าแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาสามารถที่จะนำมาใช้ในการเสริมสร้างคุณลักษณะของการประกอบวิชาชีพครูได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับงานวิจัยของ Kothawee (2014) ได้ทำวิจัยเรื่องการพัฒนาแบบการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อสร้างเสริมจิตวิญญาณความเป็นครู สำหรับนักศึกษาครุศาสตร์ในสังกัดมหาวิทยาลัยราชภัฏ ผลการวิจัย พบว่า ผู้เรียนที่เรียนโดยใช้รูปแบบการเรียนรู้ที่พัฒนาขึ้นมีคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 รวมทั้งมีผลการเรียนรู้ในด้านความรู้ จิตวิญญาณความเป็นครูในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ภาพรวมอยู่ในระดับมากและมีจิตวิญญาณความเป็นครูหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน และ Sethakomkul (2013) ได้ทำวิจัยเรื่อง กิจกรรมสร้างเสริมวินัยในตนเองของนักศึกษาครู มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์ โดยการประยุกต์ใช้กระบวนการแนวจิตตปัญญาศึกษาผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการสร้างเสริมวินัยในตนเองมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 และเชิงคุณภาพ เกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าภายในตนเองที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์มากขึ้น เห็นคุณค่าของเวลามากขึ้น แรงกระทำความดี ดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท เปิดใจยอมรับตนเองในข้อดี และข้อเสีย เพื่อการปรับปรุงและพัฒนาตนเอง เห็นคุณค่าของการมีส่วนร่วมในการสร้างประโยชน์ให้กับสังคม เห็นคุณค่าสิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิต เกิดความตระหนักถึงสำคัญในการปฏิบัติตนที่พึงงามด้วยการมีคุณธรรมและจริยธรรมอันเหมาะสมสร้างสรรค์อย่างมีคุณค่า

3. ผลการศึกษาความพึงพอใจที่มีต่อการเรียนโดยใช้รูปแบบการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ผลการวิจัย พบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจต่อการเรียนโดยใช้รูปแบบการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาในระดับมาก ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะกระบวนการของรูปแบบการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ ทำให้นักศึกษาได้เรียนรู้ความเป็นตัวตนของตนเองมากขึ้น ได้ฝึกปฏิบัติในการวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างรอบคอบและมองเห็นแนวทางในการที่จะต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรคอย่างมีสติ การจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบไม่ได้เน้นการจัดการเรียนการสอนในห้องเรียนเท่านั้นแต่ยังเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสวงหาความรู้อย่างหลากหลายและ

ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้อย่างเป็นกัลยาณมิตรกับเพื่อน ทำให้เปิดมุมมอง เปิดโลกทัศน์ในการดำรงชีวิต และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ สอดคล้องกับแนวคิดของ Jonassen and Reeves (1996) ได้กล่าวไว้ว่า การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติจริงเป็นวิธีการที่ดีและเหมาะสมที่ใช้สำหรับการเรียนที่เน้นให้ผู้เรียนรู้จักวิธีการในการแก้ปัญหาที่ซับซ้อน ซึ่งเป็นการเรียนรู้ในระดับสูง โดยผู้เรียนจะได้ใช้ประสบการณ์ของตนเองที่ผ่านมาในการแก้ปัญหาในสภาพแวดล้อมของการทำงาน ซึ่งวิธีการในการแก้ปัญหาแตกต่างกันออกไป วิธีการในการแก้ปัญหาไม่ได้มีเพียงหนทางหรือคำตอบที่ถูกต้องเพียงคำตอบเดียว แต่มีหนทางในการแก้ไขหลากหลายวิธี ตามประสบการณ์และพื้นฐานความรู้ของบุคคล อันจะเป็นผลให้ผู้เรียนได้เข้าใจกระบวนการทำงานด้วยตนเอง

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะการนำผลการวิจัยไปใช้

การผลการวิจัยจะเห็นได้ว่าความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคเป็นคุณลักษณะที่สามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องสามารถนำกิจกรรมไปปรับใช้โดยบูรณาการสอดแทรกไปกับการจัดการเรียนการสอนปกติในชั้นเรียน หรือในรายวิชาที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างคุณลักษณะของนักศึกษา เช่น วิชาทักษะชีวิต เป็นต้น

2. ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

2.2 ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับความคงทนของความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรค หลังจากการใช้รูปแบบการเรียนการสอน โดยมีการวัดความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคเป็นระยะ เพื่อเป็นประโยชน์ในการพัฒนาผู้เรียนอย่างยั่งยืน

2.3 ควรมีการศึกษาโดยใช้การวิจัยเชิงคุณภาพร่วมด้วย และพิจารณาผลการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับนักศึกษาเป็นรายบุคคล

References

- Bousonte, R. (2009). *Research and educational innovation development*. Bangkok: Kamsamai. [in Thai]
- Buasri, T. (1999). *Curriculum theory, curriculum design and development* (2nd ed.). Bangkok: Pattanasuksa. [in Thai]
- Chatkhup, S. (2002). *Technique to promote IQ EQ AQ 3Q for success*. Bangkok: Creative Brain Institute. [in Thai]
- Jonassen, D. H., & Reeves, T. C. (1996). *Handbook of research on educational communications and technology*. New York: Macmillan.
- Joyce, B., & Weil, M. (1996). *Models of teaching* (5th ed.). Boston: Allyn and Bacon.

- Kothawee, S. (2014). *The development of instructional model with contemplative education approach to enhance teacher spirituality for Rajabhut University* (Doctoral dissertation). Phitsanulok: Naresuan University. [in Thai]
- Kumbannaruk, T. (2009). *AQ power of success*. Bangkok: Biscuit. [in Thai]
- Nilchaikowit, T., & Jansuk, A. (2016). *Art of learning process for transformation: Handbook of contemplative facilitator*. Nakhonpatom: Faculty of Learning and Education, Thammasart University. [in Thai]
- Office of The Education Council. (2009). *Adversity quotient*. Bangkok: Prikwarn Graphic. [in Thai]
- Onnuam, W., Junsira, V., Mejang., & Parnichparinchai. (2016). A developmental model for enhancing primary teachers' competencies under the office of education service areas. *Journal of Education Naresuan University*, 18(3), 292-302. [in Thai]
- Panich, V. (2007). *Contemplative*. Bangkok: Pappim. [in Thai]
- Robert S. Feldman. (1996). *The Psychology of Adversity*. Massachusetts: The University of Massachusetts.
- Sethakomkul, S. (2013). *An activity enhancing self-discipline of student teachers, Rajabhatrajanagarindra University by applying contemplative education model* (Doctoral dissertation). Chonburi: Burapa University. [in Thai]
- Stoltz, P.G. (1997). *Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities*. New York: John Wiley & Sons.
- Tanner, D., & Tanner, L. (1995). *Curriculum development: Theory into practice* (3rd ed.). New Jersey: Prentice-Hall.
- Thaweratana, P. (2000). *Research methodology in behavior and social science*. Bangkok: Educational and Psychological test Bureau. Srinakharinwirot University. [in Thai]
- Tylor, Ralph W. (1970). *Basic principal of curriculum and instruction*. Chicago: University of Chicago Press.
- Wasi, P. (2007). *Human life in 21st century* (4th ed.). Bangkok: Plan Printing. [in Thai]