

ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค
ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเอง
ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา
The Relationship Between Adversity Quotient, Emotional Intelligence,
and Self-Esteem Among Undergraduate Students at Burapha University

วิภาภรณ์ วิเวกวรรณ (Wiphaporn Wiwekwon) E-mail: vipse28105@gmail.com ¹

กนก พานทอง (Kanok Panthong) E-mail: kanok1459@gmail.com ^{2*}

¹ นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
(Master Degree's Student of Science Program in Counseling Psychology, Faculty of Education, Burapha University)

² ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
(Department of Research and Applied Psychology, Faculty of Education, Burapha University)

*Corresponding Author. E-mail : kanok1459@gmail.com

(Received: 28 March 2025; Revised: 4 June 2025; Accepted: 6 June 2025)

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามเพศ และชั้นปี และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือ นิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 138 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป G*Power และทำการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเอง ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าสถิติ ค่าเฉลี่ย (M) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) การทดสอบค่า t-test สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นอิสระต่อกัน F-test ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และการวิเคราะห์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient: r)

ผลการวิจัยพบว่า ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนิสิตภาพรวม มีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคอยู่ในระดับสูง เมื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนิสิต พบว่า เพศ และชั้นปีที่แตกต่างกันส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนผลวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคกับความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ : ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค ; ความฉลาดทางอารมณ์ ; การเห็นคุณค่าในตนเอง

Abstract

This research aimed to study and compare the Adversity quotient of undergraduate students at Burapha University, classified by gender and year of study, and to examine the relationships between Adversity Quotient, Emotional Intelligence, and Self-Esteem of undergraduate students. The sample consisted of 138 undergraduate students from Burapha University, determined using G*Power software and selected through multi-stage sampling. The research instrument was a questionnaire that measured Adversity quotient, Emotional intelligence, and Self-esteem. Data were analyzed using Mean (M), Standard Deviation (SD), t-test for independent samples, F-test with one-way ANOVA, and Pearson's Correlation Coefficient (r).

The results showed that students had a high level of Adversity quotient. There were significant differences in Adversity quotient between genders and among different years of study at the .05 level. Furthermore, Adversity quotient, Emotional intelligence and Self-esteem were positively correlated with at the .01 significance level.

Keywords : Adversity Quotient ; Emotional Intelligence ; Self-Esteem

บทนำ

กระแสการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์ที่สร้างความท้าทายให้กับสภาพสังคมโลกรวมถึงสังคมไทยในปัจจุบันที่ต้องเผชิญกับปัญหาทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง วิกฤตโรคระบาด ความกดดัน และความพลิกผัน ปัญหาและอุปสรรคในรูปแบบใหม่ ๆ และความก้าวหน้าของเทคโนโลยีอย่างก้าวกระโดด การขับเคลื่อนการพัฒนาประเทศท่ามกลางกระแสแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว จึงต้องให้ความสำคัญกับการเสริมสร้างความเข้มแข็งจากภายในเพื่อให้บุคคลสามารถเติบโตต่อไปได้อย่างมั่นคงท่ามกลางความผันแปรที่เกิดขึ้นรอบด้าน และพร้อมต่อความเปลี่ยนแปลงที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2565) จากสถานการณ์ดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าในแต่ละวันบุคคลต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลง ความยากลำบาก หรือเหตุการณ์ที่ท้าทายความมั่นคงทางจิตใจของตนเอง ความทุกข์ยากดังกล่าวไม่เพียงแต่ส่งผลกระทบต่อสภาวะอารมณ์แค่ชั่วคราว แต่ยังส่งผลกระทบเป็นวงกว้างต่อสภาพจิตใจของแต่ละบุคคลในระยะยาว บุคคลจึงต้องมีความจำเป็นที่จะแสวงหาวิธีการในการแก้ปัญหาต่าง ๆ อย่างเหมาะสม เพื่อดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นปกติและมีความสุข

บุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ซึ่งเป็นความสามารถที่ช่วยให้บุคคลนั้นสามารถจัดการกับปัญหา เอาชนะความทุกข์ยากลำบาก หรือความฉลัดในการฝ่าวิกฤต สามารถเปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาส มองปัญหาเป็นเรื่องท้าทายในชีวิต แสดงให้เห็นว่า ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ยังเป็นหัวใจสำคัญที่จะช่วยเสริมสร้างให้เกิดความเข้มแข็งภายในจิตใจ และความพร้อมในการเผชิญกับอุปสรรคปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต ทำให้เยาวชนและเด็กวัยรุ่นใหม่มีคุณภาพชีวิตที่ดีและต่อสู้กับปัญหาต่าง ๆ ได้ ดังที่ Stoltz (1997) ได้นิยาม ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (Adversity Quotient: AQ) เป็นความสามารถในการฟันฝ่าอุปสรรคและความยากลำบาก หรือความฉลัดในการฝ่าวิกฤต สามารถเปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาส มองปัญหาเป็นเรื่องท้าทายในชีวิต (คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2567) ซึ่งถือเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดในการประสบความสำเร็จในชีวิต กล่าวคือ บุคคลใดมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอยู่ในระดับสูง ก็จะส่งผลให้สามารถควบคุมแก้ไขปัญหาหรืออุปสรรคที่ผ่านเข้ามาให้บรรลุและผ่านพ้นไปได้โดยไม่ย่อท้อต่อ

อุปสรรค ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลมีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอยู่ในระดับต่ำ เมื่อเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคก็จะเกิดความรู้สึกท้อแท้ เหนื่อยหน่าย หรือล้มเลิกความพยายามได้ง่าย ก็ส่งผลทำให้ไม่สามารถบรรลุเป้าหมายในชีวิตและไม่สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข

ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ยังมีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่ว่าการบุคคลที่ตระหนักถึงความรู้สึก ความคิด อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น ควบคุมอารมณ์ และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม เป็นความฉลาดทางอารมณ์ที่สามารถเผชิญกับอุปสรรคและข้อขัดแย้งต่าง ๆ ได้อย่างไม่คับข้องใจ รู้จักจัดความเครียดที่จะขัดขวางความคิดริเริ่มสร้างสรรค์อันมีค่าของตนได้ (ทศพร ประเสริฐสุข, 2542) ดังที่ Goleman (1998) ให้ความหมายว่า ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence: EQ) เป็นความสามารถของบุคคลในการตระหนักรู้และเข้าใจอารมณ์ของตนเอง รู้ที่จะแสดงอารมณ์และความรู้สึกต่าง ๆ ออกมาในรูปแบบและเวลาที่เหมาะสมได้เป็นอย่างดี ตลอดจนมีความสามารถที่จะเข้าใจและความเห็นอกเห็นใจ ทั้งสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้เป็น ดังคำกล่าวที่ว่า วัยรุ่นที่มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับต่ำจะมีโอกาสทำพฤติกรรมเสี่ยงมากกว่าวัยรุ่นที่มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับสูง

เนื่องจากวัยรุ่นที่มีความฉลาดทางอารมณ์ดีจะสามารถรับรู้และเข้าใจอารมณ์ของตนเองที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง สามารถควบคุมอารมณ์ มีการคิดพิจารณา และตัดสินใจที่ดีว่าตนเองจะจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นนั้นอย่างไรให้มีความเหมาะสมที่สุด แต่ในทางตรงกันข้ามหากวัยรุ่นมีความฉลาดทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม วัยรุ่นจะไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ และจะแสดงออกผ่านการทำพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม (พิมพ์รัตน์ ธรรมรักษา และอาภาพร เผ่าวัฒนา, 2562) ซึ่งให้เห็นถึงความสำคัญของความสามารถทางอารมณ์ของนักศึกษาเป็นสิ่งสำคัญต่อผลการเรียนที่สูงขึ้น (Checa-Domene et al., 2022) และยังเป็นปัจจัยหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับการทำพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น และยังเป็นตัวทำนายความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (Stoltz, 1997; Singhakant et al., 2018) และยังมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (Bsharat, 2024)

บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเอง จะมีความสามารถในการเผชิญกับอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิต สามารถยอมรับสถานการณ์ที่ผิดหวังและท้อแท้ ด้วยความหวังและความกล้าหาญได้ดี มีความเชื่อมั่นในความสามารถที่จะแก้ไขและทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จตามที่ตั้งไว้ (คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2559) ดังนั้น การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) ยังเป็นปัจจัยหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (Jumareng & Setiawan, 2021; Sari, Abdi, & Purnomowati, 2024) ซึ่งบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเอง จะมีความสามารถในการเผชิญกับอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิต สามารถยอมรับสถานการณ์ที่ผิดหวังและท้อแท้ ด้วยความหวังและความกล้าหาญได้ดี มีความเชื่อมั่นในความสามารถที่จะแก้ไขและทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จตามที่ตั้งไว้

จากแนวคิดของ Carl Roger ในทฤษฎีตัวตน (Self Theory) ที่กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) เป็นส่วนหนึ่งของการประเมินตนเองระหว่างตัวตนตามความเป็นจริงและตัวตนตามอุดมคติ โดยบุคคลที่มีคุณค่าในตนเองสูง จะมีความสามารถในการเผชิญกับอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิต และสามารถยอมรับสถานการณ์ที่ทำให้ตนเองรู้สึกผิดหวังและท้อแท้ใจด้วยความหวังและความกล้าหาญ มีการประเมินตนเองในทางบวก มีความเชื่อมั่นในความสามารถจนมั่นใจได้ว่าตนเองสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จตามที่ต้องการ ส่วนบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะมองเห็นตนเองหรือมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองในอุดมคติที่ขัดแย้งหรือไม่สอดคล้องกับตนเองตามความเป็นจริง อาจเกิดความเครียด ความกดดัน มีสภาพจิตใจที่หดหู่ เพราะรับรู้ว่าคุณค่าตนเองไม่มีค่า ไม่มีความภาคภูมิใจ ไม่กล้าแสดงออก ขาดความกระตือรือร้น ไม่มีแรงจูงใจในการพัฒนาตนเอง (คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2559; McLeod, 2025) และการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์และเป็นปัจจัยหนึ่งที่สามารถทำนายความฉลาดทางอารมณ์ (Murad, 2021)

โดยเฉพาะนิสิตระดับปริญญาตรีที่อยู่ในช่วงเริ่มต้นของวัยรุ่นตอนปลายเพื่อเปลี่ยนผ่านสู่วัยผู้ใหญ่ที่มีวุฒิภาวะ เป็นวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เป็นช่วงวัยที่แสวงหาอัตลักษณ์ของตนเอง และต้องเผชิญกับการปรับตัวในหลายด้าน อีกทั้งการศึกษาในระดับอุดมศึกษามีจุดมุ่งหมายในการจัดการศึกษาเพื่อให้ผู้สำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาตรีสามารถสำเร็จการศึกษาตามหลักสูตรและมีความสามารถในการออกสู่โลกของการทำงานได้ ดังที่ Stollberg (1956) ที่ได้กล่าวไว้ว่า ผู้แก้ปัญหาแต่ละคนย่อมมีวิธีการแก้ปัญหาที่ไม่เหมือนกัน ไม่มีขั้นตอนที่แน่นอน และไม่เป้นไปตามลำดับขั้น วิธีการแก้ปัญหาของแต่ละคน จึงขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของแต่ละคน วุฒิภาวะ สภาพการณ์ที่แตกต่าง กิจกรรมและความสนใจของแต่ละคน ที่มีต่อปัญหานั้น ซึ่งความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตแต่ละคน จึงเป็นสิ่งจำเป็นที่นิสิตต้องนำทักษะความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเอง ไปใช้ในการใช้ชีวิตในการเรียน ชีวิตประจำวัน และการทำงานต่อไป

จากแนวคิดและงานวิจัยที่กล่าวมาข้างต้น แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองที่มีผลต่อตัวนิสิตอย่างมาก จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา เพื่อนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาและส่งเสริมให้นิสิตประสบความสำเร็จในการเรียนและสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีความสามารถในการรับมือและจัดการกับอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิตอย่างอดทน และไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค จนสามารถเอาชนะปัญหาและอุปสรรคที่เผชิญได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่และบุคลากรที่มีคุณภาพของสังคม ตลอดจนสามารถประสบความสำเร็จบรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ในชีวิต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา
2. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามเพศ และชั้นปี
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา

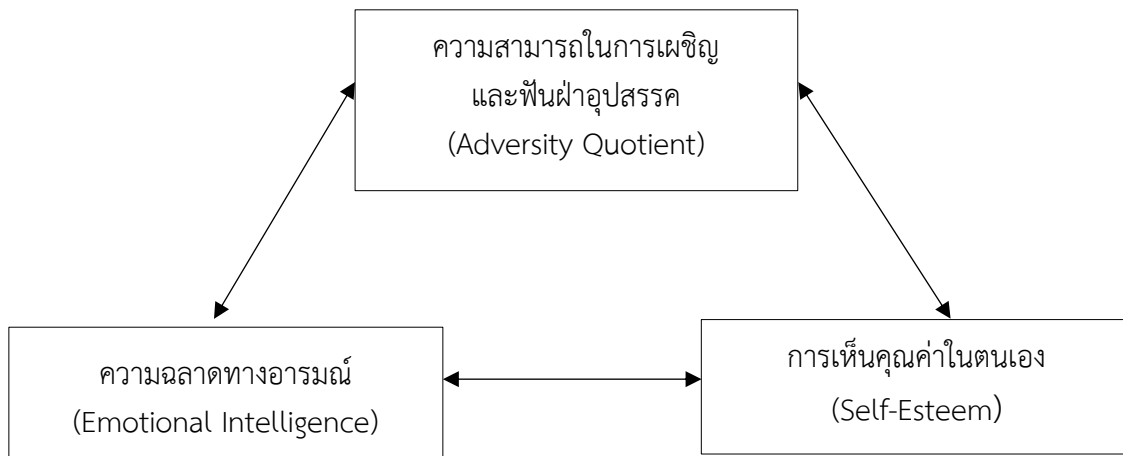
สมมติฐานในการวิจัย

1. นิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอยู่ในระดับสูง
2. นิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา ที่มีเพศและชั้นปีต่างกัน มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคแตกต่างกัน
3. การเห็นคุณค่าในตนเอง และความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตัวแปรที่นำมาศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคย้อนหลังไม่เกิน 5 ปี (2562-2567) ทั้งในและต่างประเทศ มาสังเคราะห์และคัดเลือกตัวแปรที่มีความถึ

สูงสุดแล้วนำมาศึกษาวิจัยในครั้งนี้ จำนวน 3 ตัวแปร ได้แก่ ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค (AQ) ตามแนวคิดของ Stoltz (1997) ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ตามแนวคิดของ Goleman (1998) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) ตามแนวคิดทฤษฎีตัวตน (Self Theory) ของ Carl Roger มาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้



รูปภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ระเบียบวิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยมีการศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา ผู้ศึกษาได้กำหนดระเบียบวิธีวิจัยไว้ มีรายละเอียดดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ คือ นิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา วิทยาเขตบางแสน ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 จำนวนทั้งสิ้น 25,119 คน จากข้อมูลของกองทะเบียนและประมวลผลการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ปีการศึกษา 2567 ข้อมูล ณ วันที่ 31 กรกฎาคม 2567 (กองทะเบียนและประมวลผลการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา, 2567)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา วิทยาเขตบางแสน ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2567 ผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป G*Power 3.1 มีการกำหนด Test family เป็น Exact และ Statistical test เป็น Correlation: Bivariate normal model กำหนดค่า Effect Size เท่ากับ 0.3 และค่า Power เท่ากับ 0.95 ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 138 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Sampling) มีขั้นตอนการดำเนินการ ดังนี้

ขั้นที่ 1 ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย สุ่มคณะวิชาในมหาวิทยาลัยบูรพา จำนวนร้อยละ 50% จาก 3 กลุ่มสาขาวิชา กลุ่มสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ได้แก่ คณะโลจิสติกส์ คณะวิทยาศาสตร์ และคณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 3 คณะวิชา กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์เพื่อสุขภาพ ได้แก่ คณะพยาบาลศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ คณะสหเวชศาสตร์ และคณะสาธารณสุขศาสตร์ จำนวน 4 คณะวิชา และกลุ่มสาขาวิชามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ได้แก่ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ และคณะบริหารธุรกิจ จำนวน 4 คณะวิชา รวมทั้งสิ้น 11 คณะวิชา

ขั้นที่ 2 สุ่มนักศึกษาด้วยวิธีการเลือกตามความสะดวก (Convenience Sampling) ตามสัดส่วนของนิสิตในคณะวิชาที่สุ่มได้จากขั้นที่ 2 มาเป็นกลุ่มตัวอย่าง ได้จำนวน 138 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยในครั้งนี้มีเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา แบ่งออกเป็น 4 ตอน มีรายละเอียดดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) จำนวน 2 ข้อ ได้แก่ เพศ และชั้นปี

ตอนที่ 2 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบ่งออกเป็น 5 ระดับ จำนวน 20 ข้อ ตาม Adversity Response Profile (ARP) ของ Stoltz (1997) แบ่งการวัดออกเป็น 4 มิติ ได้แก่ มิติด้านการควบคุม (Control) มิติด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ (Origin and Ownership) มิติด้านผลกระทบ (Reach) และมิติด้านความอดทน (Endurance)

ตอนที่ 3 ข้อคำถามเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบ่งออกเป็น 5 ระดับ จำนวน 33 ข้อ ตาม The Schutte Self Report Emotional Intelligence Test (SSEIT) ของ Schutte et al. (1998)

ตอนที่ 4 ข้อคำถามเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) แบ่งออกเป็น 4 ระดับ จำนวน 10 ข้อ ตาม Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE) ของ Rosenberg (1965)

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ อาจารย์มหาวิทยาลัยที่มีความเชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยา จำนวน 3 คน วิเคราะห์ดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objectives Congruence: IOC) มีค่าระหว่าง 0.67 – 1.00 และนำไปทดลองใช้ (Try Out) กับนิสิตระดับปริญญาตรี ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน วิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) โดยแบบสอบถามมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.88

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา ไปเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองในรูปแบบ Google Form กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 138 คน

ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความถูกต้อง ครบถ้วน และความสมบูรณ์ที่ได้มาจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวนทั้งสิ้น 138 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 จากนั้นนำข้อมูลไปทำการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น เพื่อให้ทราบลักษณะกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) โดยใช้เกณฑ์แปลความหมายระดับความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค ของ Best (1970) แบ่งออกเป็น 5 ระดับ ดังนี้

- คะแนนเฉลี่ย 4.21 - 5.00 หมายถึง มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคระดับสูงมาก
 คะแนนเฉลี่ย 3.41 - 4.20 หมายถึง มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคระดับสูง
 คะแนนเฉลี่ย 2.61 - 3.40 หมายถึง มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคระดับปานกลาง
 คะแนนเฉลี่ย 1.81 - 2.60 หมายถึง มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคระดับต่ำ
 คะแนนเฉลี่ย 1.00 - 1.80 หมายถึง มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคระดับต่ำมาก

2. วิเคราะห์เปรียบเทียบตัวแปรที่จำแนกตามเพศ โดยใช้สถิติทดสอบที แบบกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มที่อิสระต่อกัน (Independent t-test) และจำแนกตามชั้นปี โดยใช้สถิติทดสอบเอฟ ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA)

3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปร โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient: r) กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 และใช้เกณฑ์การพิจารณาระดับ ความสัมพันธ์ทั้งในทางบวกและลบดังนี้ (Cohen, 1988)

- ระหว่าง -0.29 ถึง 0.00 หรือ 0.00 ถึง 0.29 หมายถึง ระดับต่ำ
 ระหว่าง -0.49 ถึง -0.30 หรือ 0.30 ถึง 0.49 หมายถึง ระดับปานกลาง
 ระหว่าง -1.00 ถึง -0.50 หรือ 0.50 ถึง 1.00 หมายถึง ระดับสูง

ผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามเพศ และชั้นปี

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	111	80.4
ชาย	27	19.6
รวม	138	100.0
ชั้นปี		
ชั้นปีที่ 1	39	28.3
ชั้นปีที่ 2	49	35.5
ชั้นปีที่ 3	34	24.6
ชั้นปีที่ 4	16	11.6
รวม	138	100.0

จากตารางที่ 1 พบว่า ข้อมูลส่วนบุคคลของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 111 คน ร้อยละ 80.4 และเป็นเพศชาย จำนวน 27 คน ร้อยละ 19.6 เมื่อจำแนกตามชั้นปี พบว่า ส่วนใหญ่เป็นชั้นปีที่ 2 จำนวน 49 คน ร้อยละ 35.5 รองลงมาเป็นชั้นปีที่ 1 จำนวน 39 คน ร้อยละ 28.3 ชั้นปีที่ 3 จำนวน 34 คน ร้อยละ 24.6 และชั้นปีที่ 4 จำนวน 16 คน ร้อยละ 11.6 ตามลำดับ

ตารางที่ 2 ผลการศึกษาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา

ตัวแปร	$\bar{x}$	SD	แปลผล
- ด้านการควบคุม	3.73	.78	สูง
- ด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ	3.75	.66	สูง
- ด้านผลกระทบ	3.68	.79	สูง
- ด้านความอดทน	3.47	.92	สูง
ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค	3.65	.67	สูง

จากตารางที่ 2 พบว่า ผลการศึกษาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตภาพรวม ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา มีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 3.65$, $SD = .67$) และเมื่อพิจารณารายด้าน ปรากฏว่า ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค ทั้ง 4 ด้านอยู่ในระดับสูง ได้แก่ ด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ ($\bar{x} = 3.75$, $SD = .66$) ด้านการควบคุม ($\bar{x} = 3.73$, $SD = .78$) ด้านผลกระทบ ($\bar{x} = 3.68$, $SD = .79$) และด้านความอดทน ($\bar{x} = 3.47$, $SD = .92$) ตามลำดับ

2. ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามเพศ และชั้นปี มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.1 ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามเพศ ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามเพศ

เพศ	n	$\bar{x}$	SD	df	t	p
หญิง	111	3.52	.63	136	-4.93*	.00
ชาย	27	4.17	.57			

* $p < .05$

จากตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามเพศ ปรากฏว่า ค่าสถิติทดสอบ t เท่ากับ -4.93 และค่า p น้อยกว่า .05 แสดงให้เห็นว่า นิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา เมื่อจำแนกตามเพศ มีค่าเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.2 ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามชั้นปี ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ผลการตรวจสอบความเท่ากันของความแปรปรวนความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามชั้นปี

ตัวแปรตาม	$F_{Levene's}$	$df1$	$df2$	p
ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค	.95	3	134	.41

* $p < .05$

จากตารางที่ 4 ผลการตรวจสอบความเท่ากันของความแปรปรวนความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามชั้นปี ด้วยสถิติ Levene's Test of Equality of Error Variances test ปรากฏว่า ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค มีค่าสถิติทดสอบ $F_{Levene's}$ เท่ากับ .95 โดยมีค่า p เท่ากับ .41 แสดงให้เห็นว่า ความแปรปรวนความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามชั้นปี ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 5 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามชั้นปี

ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค	SS	df	MS	F	p
Between Groups	5.79	3	1.93	4.55*	.00
Within Groups	56.78	134	.42		
Total	62.57	137			

* $p < .05$

ตารางที่ 5 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามชั้นปี ปรากฏว่า ค่าสถิติทดสอบ F เท่ากับ 4.55 โดยมีค่า p เท่ากับ .00 แสดงให้เห็นว่า ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา เมื่อจำแนกตามชั้นปีมีค่าเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดังนั้น จึงนำผลไปเปรียบเทียบเชิงซ้อน (Multiple Comparison) โดยใช้วิธีทดสอบแบบ Scheffe เพื่อหาว่าค่าเฉลี่ยคู่ใดบ้างที่แตกต่างกัน ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามชั้นปี

ตัวแปรตาม	ชั้นปี					
		$\bar{x}$	ชั้นปี 1	ชั้นปี 2	ชั้นปี 3	ชั้นปี 4
ความสามารถ	ชั้นปี 1	3.46	-			
ในการเผชิญ	ชั้นปี 2	3.71	.25	-		
และฟื้นฟ้อ	ชั้นปี 3	3.55	.09	.16	-	
อุปสรรค	ชั้นปี 4	4.15	.69*	.44	.60*	-

* $p < .05$

จากตารางที่ 6 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ของความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามชั้นปี ด้วยวิธีทดสอบแบบ Scheffe ปรากฏว่า ค่าเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคแตกต่างกัน จำนวน 2 คู่ ได้แก่ นักศึกษาชั้นปี 1 กับ ชั้นปี 4 แตกต่างกัน และนักศึกษาชั้นปี 3 กับ ชั้นปี 4 แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเอง ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา

ตัวแปร	ความสามารถในการเผชิญ และฟื้นฟ้อุปสรรค (X_1)	ความฉลาดทางอารมณ์ (X_2)	การเห็นคุณค่าในตนเอง (X_3)
ความสามารถในการเผชิญและ ฟื้นฟ้อุปสรรค (X_1)	1.00	-	-
ความฉลาดทางอารมณ์ (X_2)	.70**	1.00	-
การเห็นคุณค่าในตนเอง (X_3)	.75**	.65**	1.00

** $p < .01$

จากตารางที่ 7 ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา ปรากฏว่า ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค (X_1) ความฉลาดทางอารมณ์ (X_2) และการเห็นคุณค่าในตนเอง (X_3) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ตั้งแต่ .65 ถึง .75 อยู่ในระดับความสัมพันธ์เชิงบวก ระดับสูง โดยตัวแปรความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค (X_1) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์กับตัวแปร ความฉลาดทางอารมณ์ (X_2) ทางบวก ($r = .70$) และตัวแปรการเห็นคุณค่าในตนเอง (X_3) ทางบวก ($r = .75$) และ ความฉลาดทางอารมณ์ (X_2) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์กับตัวแปรการเห็นคุณค่าในตนเอง (X_3) ทางบวก ($r = .65$)

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา พบว่า ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตภาพรวม ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา มีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 3.65$, $SD = .67$) และเมื่อพิจารณารายด้าน ปรากฏว่า ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค ทั้ง 4 ด้านอยู่ในระดับสูง ได้แก่ ด้านสาเหตุและความรับผิดชอบ ($\bar{x} = 3.75$, $SD = .66$) ด้านการควบคุม ($\bar{x} = 3.73$, $SD = .78$) ด้านผลกระทบ ($\bar{x} = 3.68$, $SD = .79$) และด้านความอดทน ($\bar{x} = 3.47$, $SD = .92$) ตามลำดับ นั้นแสดงให้เห็นว่านิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา มีความสามารถในการจัดการปัญหาและรับมือกับอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาให้บรรลุและผ่านพ้นไปได้โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค มีความยืดหยุ่นทางจิตใจ และมีทักษะในการปรับตัวต่อสถานการณ์ที่ยากลำบาก สอดคล้องกับแนวคิดของ Stoltz (1997) ที่กล่าวว่า บุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคสูงจะสามารถเผชิญกับความยากลำบากและความท้าทายได้ดีกว่าบุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคต่ำ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ เพียงเพ็ญ จิรัชัย และคณะ (2564) และ Choompunuch et al. (2018) พบว่า นักศึกษามีความสามารถในการเผชิญปัญหาและการฟื้นฟ้อุปสรรคโดยรวมอยู่ในระดับสูง และเมื่อพิจารณาความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟื้นฟ้อุปสรรคทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับสูง

2. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา จำแนกตามเพศ และชั้นปี พบว่า นิสิตที่มีเพศแตกต่างกัน มีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคแตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่า นิสิตที่มีชั้นปีแตกต่างกัน มีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคแตกต่างกัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับแนวคิดของ Stollberg (1956) กล่าวว่า ผู้แก้ปัญหาแต่ละคนย่อมมีวิธีการแก้ปัญหาที่ไม่เหมือนกัน ไม่มีขั้นตอนที่แน่นอน และไม่เป้นไปตามลำดับขั้น วิธีการแก้ปัญหาของแต่ละคนขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของแต่ละคน วุฒิภาวะ สภาพการณ์ที่แตกต่าง และกิจกรรมและความสนใจของแต่ละคนที่มีต่อปัญหานั้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จิราภรณ์ วงษ์เกิด (2558) พบว่า นักศึกษาที่มีเพศและชั้นปีแตกต่างกันมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและการฟื้นฟ้อุปสรรคแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ เพียงเพ็ญ จิรัชัย และคณะ (2564) Singh and Kaur (2017) และ Cagape et al. (2024) พบว่า นักศึกษาเพศหญิงและชายมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและการฟื้นฟ้อุปสรรคแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปิยะวัน วงษ์บุญหนัก และคณะ (2565) พบว่า นักศึกษาที่มีระดับการศึกษาที่ต่างกัน มีความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Khairani and Abdullah (2018) พบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคน้อยกว่าเมื่อเทียบกับนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 2 และ 3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และแสดงให้เห็นความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคกับความเป็นอยู่ที่ดีทางวิชาการ โดยความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคเป็นองค์ประกอบสำคัญในการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในการเผชิญกับปัญหาที่ท้าทาย ซึ่งมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับมากกับความเป็นอยู่ที่ดีทางวิชาการของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

3. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา พบว่า ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงกับความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงกับการเห็นคุณค่าในตนเอง สอดคล้องกับ ทศพร ประเสริฐสุข (2542) กล่าวว่า บุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์จะมีการ

ตระหนักถึงความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนเองและของผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายในตลอดจนสามารถรอคอยการตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม สามารถให้กำลังใจตนเองในการเผชิญกับอุปสรรคและข้อขัดแย้งต่าง ๆ ได้อย่างไม่คับข้องใจ รู้จักจัดความเครียดที่จะขัดขวางความคิดริเริ่มสร้างสรรค์อันมีค่าของตนได้ และกล่าวไว้ว่า บุคคลที่มีคุณค่าในตนเองสูง (high self-esteem) จะมีความสามารถในการเผชิญกับอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิต และสามารถยอมรับสถานการณ์ที่ทำให้ตนเองรู้สึกผิดหวังและท้อแท้ด้วยความหวังและความกล้าหาญได้ดี มีความเชื่อมั่นในความสามารถจนมั่นใจได้ว่าตนเองสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จตามที่ต้องการ จะมีความสุขและใช้ชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ (คณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2559) ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ จิราภรณ์ วงษ์เกิด (2558) พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ และความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Sinekha et al. (2024) และ Effendi et al. (2016) ที่แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างความฉลาดทางอารมณ์และความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรค และความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคเป็นตัวทำนายที่สำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Latifa and Islami (2020) ที่ชี้ให้เห็นว่าความฉลาดทางอารมณ์เป็นตัวทำนายความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Jumareng and Setiawan (2021) และ Djunaidah et al. (2023) แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรคอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และผลการวิจัยของ Onwubiko (2020) และ Saati et al. (2021) พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับสูงกับความฉลาดทางอารมณ์ และยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Singhakant et al. (2018) พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ ความกระตือรือร้น การเห็นคุณค่าในตนเอง ความรู้สึกมีอิสระในตัวเอง มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญปัญหาและฟันฝ่าอุปสรรค

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

ผลการวิจัย พบว่า ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยบูรพา ดังนั้น จึงขอเสนอแนะแนวทางในการพัฒนาและส่งเสริมความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ดังนี้

สถาบันการศึกษาควรพัฒนาและส่งเสริมความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนิสิตระดับปริญญาตรี โดยจัดกิจกรรมนอกหลักสูตร เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองควบคู่ไปกับการส่งเสริมความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค จะช่วยให้ผู้เรียนมีความฉลาดทางอารมณ์ให้สามารถควบคุมและจัดการอารมณ์ของตนเองได้ดี และเกิดการเห็นคุณค่าในตนเองว่าตนเองมีศักยภาพและภาคภูมิใจความสามารถของตนเองในทางบวก ส่งผลให้เกิดความกล้าในการเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ด้วยความอดทนมากขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพที่เกี่ยวกับตัวแปรความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มเติม เพื่อให้สามารถอธิบายตัวแปรต่าง ๆ ได้อย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้น
2. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของนิสิต โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลอื่น ๆ เพิ่มเติม เช่น กลุ่มสาขาวิชา คณะวิชา เช่น กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ (คณะ

พยาบาลศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ เป็นต้น) กลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์เทคโนโลยี (คณะวิทยาศาสตร์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะวิทยาการสารสนเทศ เป็นต้น) และกลุ่มสาขาวิชามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ (คณะศึกษาศาสตร์ คณะศิลปกรรมศาสตร์ เป็นต้น)

3. ควรมีการศึกษากับปัจจัยอื่น ๆ เช่น แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความพึงพอใจ ความสุขในการเรียน ภาวะผู้นำ เป็นต้น ที่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนิสิต เพื่อจะนำปัจจัยต่าง ๆ มาส่งเสริมและพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนิสิตให้มีความกล้าและอดทนมากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- กองทะเบียนและประมวลผลการศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา. (2567). *จำนวนนิสิตใหม่*. ค้นเมื่อ 31 กรกฎาคม 2567, จำนวนนิสิตใหม่. <https://reg.buu.ac.th/registrar/stat.asp?avs875723685=1>.
- คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (4 มีนาคม 2559). *Self-esteem – การเห็นคุณค่าในตนเอง*. ค้นเมื่อ 15 ตุลาคม 2567, สารความรู้. <https://www.psy.chula.ac.th/th/feature-articles/self-esteem/>.
- คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (16 พฤษภาคม 2567). *ความสามารถในการฟื้นฝ่าอุปสรรค – Adversity quotient*. ค้นเมื่อ 15 ตุลาคม 2567, สารความรู้. <https://www.psy.chula.ac.th/th/feature-articles/adversity-quotient/>.
- จิราภรณ์ วงษ์เกิด. (2558). *การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรค(AQ) ของนักศึกษาในกลุ่มสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี*. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี: กรุงเทพฯ ศูนย์ข้อมูลการวิจัย Digital "วช." สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.). <https://dric.nrct.go.th/Search/SearchDetail/281626>.
- ทศพร ประเสริฐสุข. (2542). ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์*, 5(1), 29-35.
- ปิยะวัน วงษ์บุญหนัก, ศรัณย์ กอสนาน, ปิพิชญา แสงผล, และนัสเรียม นิเมะยู. (2565). การศึกษาความสามารถในการเผชิญและฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักศึกษาเภสัชศาสตร์กรณีศึกษา: คณะเภสัชศาสตร์มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง. *วารสารศรีนครินทรวิโรฒวิจัยและพัฒนา (สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์)*, 14(28), 70-80.
- พิมพ์รัตน์ ธรรมรักษา, และอาภาพร เผ่าวัฒนา. (2562). ความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่น. *วารสารวิจัยสุขภาพและการพยาบาล*, 35(3), 212-223.
- เพียงเพ็ญ จิรัชัย, ปกรณ์ สุปินานนท์, และ วนิดา บัวทิพย์. (2564). การศึกษาความสามารถในการเผชิญปัญหาและการฟื้นฝ่าอุปสรรคของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี. *วารสารนวัตกรรมการเรียนรู้และเทคโนโลยี*, 1(2), 70-78.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2565). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (พ.ศ. ๒๕๖๖ – ๒๕๗๐)*. ค้นเมื่อ 31 กรกฎาคม 2567, แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. https://www.nesdc.go.th/ewt_news.php?nid=13651.
- Best, J. W. (1970). *Research in education*. Prentice Hall.
- Bsharat, F. (2024). Relationship between emotional intelligence and self-esteem among nursing students. *SAGE Open Nursing*, 10, 23779608241252248.
- Cagape, W. E., Baog, I. W., & Villarente, S. V. D. (2024). The Impact of Demographic Factors on Adversity Quotient and Emotional Intelligence among In-Service Special Education Teachers. *The Impact of Demographic Factors on Adversity Quotient and Emotional Intelligence among In-Service Special Education Teachers*, 141(1), 10-10.

- Checa-Domene, L., Luque de la Rosa, A., Gavín-Chocano, Ó., & Torrado, J. J. (2022). Students at risk: Self-esteem, optimism and emotional intelligence in post-pandemic times?. *International journal of environmental research and public health*, 19(19), 12499.
- Choompunuch, B., Bungamongkon, N., Rerkjaree, S., Srisuruk, P., & Chantes, P. A. (2018). A Study of Adversity Quotient of Undergraduate Students, Faculty of Education, Khon Kaen University. *Editorial Staff*, 642.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis of the behavioral sciences*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Djunaidah, S., Matulesy, A., & Rini, R. A. P. (2023). Self-Esteem And Adversity Quotient To Increase Learning Independence. *International Journal of Research in Counseling*, 2(2), 1-14.
- Effendi, M., Matore, E. M., & Khairani, A. Z. (2016). Correlation between adversity quotient (AQ) with IQ, EQ and SQ among polytechnic students using rasch model. *Indian Journal of Science and Technology*, 9(1), 1-8.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. Bantam Books.
- Jumareng, H., & Setiawan, E. (2021). Self-esteem, adversity quotient and self-handicapping: Which aspects are correlated with achievement goals. *Cakrawala Pendidikan*, 40(1), 147-157.
- Khairani, A. Z., & Abdullah, S. M. S. (2018). Relationship between adversity quotient and academic well-being among Malaysian undergraduates. *Asian Journal of Scientific Research*, 11(1), 51-55.
- Latifa, R., & Islami, L. A. (2020). The Adversity Quotient Of Pesantren Students: The Effects Of Academic Stress, Emotional Intelligence, Academic Self-Concept and Social Supports. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 6(2), 153-163.
- McLeod, S. (2025). *Carl Rogers humanistic theory and contribution to psychology*. *Simply Psychology*. <https://www.simplypsychology.org/carl-rogers.html>
- Murad, O. (2021). Relationship between emotional intelligence, self-esteem and achievement motivation. *Dirasat: Human and Social Sciences*, 48(4).
- Onwubiko, E. C. (2020). *A study on the Relationship between Self-esteem and Emotional Intelligence among librarians in Nigerian universities*. *Library Philosophy & Practice*.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Saati, M., NasiriZiba, F., & Haghani, H. (2021). The correlation between emotional intelligence and self-esteem in patients with intestinal stoma: A descriptive-correlational study. *Nursing open*, 8(4), 1769-1777.
- Sari, A. S., Abdi, A. W., & Purnomowati, D. R. (2024). RELATIONSHIP BETWEEN SELF ESTEEM AND ADVERSITY QUOTIENT WITH SELF REGULATED LEARNING FOR STUDENTS MAJORING IN GEOGRAPHY EDUCATION FKIP USK. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Geografi*, 9(2).
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177.

- Sinekha, P. P., Inamdar, I. F., & Gadekar, R. D. (2024). IJCM_358A: A Study of Adversity Quotient, Emotional Quotient and Spiritual Quotient among Medical Undergraduates in Nanded District of Maharashtra. *Indian Journal of Community Medicine*, 49(Suppl 1), S103.
- Singh, K., & Kaur, R. (2017). Adversity quotient of higher education students in relation to achievement motivation and learning behaviour. *Man In India*, 97(23), 751-759.
- Singhakant, S., Phattharayuttawat, S., Chaychum, N., Ngamthipwatthana, T., Imaroonrak, S., Sumalrot, T., & Auampradit, N. (2018). The Selected Factors Related to Adversity Quotient [AQ] of The First Year Students of Naresuan University. *Journal of the Medical Association of Thailand*, 101.
- Stollberg, R.J. (1956). Problem Solving, The Process Game in Science Teaching. *Science Teacher*, 23, 225-228.
- Stoltz, P. G. (1997). *Adversity quotient: Turning obstacles into opportunities*. John Wiley and Sons.