

การพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู โดยการให้การปรึกษากลุ่ม*

**THE DEVELOPMENT OF POSITIVE PSYCHOLOGICAL CAPITAL OF
TEACHER STUDENTS THROUGH GROUP COUNSELING**

กาญจนา สุทธิเนียม, ปร.ด. (Kanchana Suttineam, Ph.D.)**

Abstract

Objectives : 1) To study the positive psychological capital of teacher students, 2) To develop the group counseling program for the positive psychological capital development in teacher students, and 3) To evaluate the effectiveness of group counseling program for the positive psychological capital development in teacher students.

Methods: There were 2 groups of subjects in this study. The first group consisted of 332 subjects from Rajabhat University in Bangkok, was selected by multistage sampling method, and was used to study the positive psychological capital of teacher students. The second group consisted of 16 subjects from Bansomdejchaopraya Rajabhat University. The purposive sampling was used to select the students whose positive psychological capital were lower than the 25th percentile rank for the second group. They

were randomly assigned into experimental and control group. The experiment group received the group counseling and the control group received regular care. Research instruments consisted of: 1) the positive psychological capital questionnaire. The reliability of this instrument was reported by Cronbach's Alpha as of 0.92 and the construct validity was confirmed through factor analysis, and 2) the group counseling program. Its IOC ranged from 0.66-1.00. The descriptive, repeated measurement analysis of variance (Repeated ANOVA) were used for data analysis.

Results: The results of study were: 1) The total mean score and each dimension of the positive psychological capital were high. 2) The group counseling program was developed based on the concepts and techniques of cognitive behavior therapy and solution-focused counseling. 3) The mean scores of the positive psychological

*การศึกษาครั้งนี้ได้รับการสนับสนุนจากมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

**Corresponding author, อาจารย์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา E-mail: kanchana.sut@bsru.ac.th

capital of the experimental group after participating in group counseling and after the follow-up were significantly higher than those before participating in group counseling at .001 level. 4) The mean scores of the positive psychological capital of the experimental group after participating in group counseling and after the follow-up were significantly higher than those of the control group at .001 level.

Conclusion: Group counseling can be used to develop positive psychological capital of teacher students.

Keywords: Positive psychological capital, Teacher students, Group counseling

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์: การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู 2) พัฒนาโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อการพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู และ 3) ประเมินผลโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มในการพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู

วิธีการศึกษา: กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยมี 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 เป็นนิสิตครูของมหาวิทยาลัยราชภัฏเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 332 คน ที่ได้มาจากการคัดเลือกแบบหลายขั้นตอนและเป็นกลุ่มที่ใช้ในการศึกษาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู กลุ่มที่ 2 เป็นนิสิตครูของมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยาจำนวน 16 คน โดยการคัดเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) จากนิสิตที่มีคะแนนทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก

ตั้งแต่เปอร์เซนต์ที่ 25 ลงมา แล้วสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองได้รับการให้การปรึกษากลุ่มและกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) แบบวัดทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก มีค่าความเที่ยงโดยรวมเท่ากับ 0.92 และวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัดด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน และ 2) การให้การปรึกษากลุ่มที่นำไปใช้ในการพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (item objective congruence : IOC) อยู่ระหว่าง 0.66-1.00 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติเชิงพรรณนา วิเคราะห์เปรียบเทียบโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ (repeated ANOVA)

ผลการศึกษา: พบว่า

1. ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับสูง
2. การพัฒนาโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อใช้ในการพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้ แนวคิดและเทคนิคในการปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรม (CBT : Cognitive Behavior Therapy) และการปรึกษากลุ่มแบบมุ่งเน้นคำตอบ (solution-focused counseling)
3. ทุนทางจิตวิทยาของนิสิตครูกลุ่มทดลองหลังได้รับการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทุนทางจิตวิทยาและเมื่อสิ้นสุดการติดตามผล สูงกว่าก่อนได้รับการปรึกษากลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
4. ทุนทางจิตวิทยาของนิสิตครูกลุ่มทดลองหลังได้รับการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทุน

ทางจิตวิทยาและเมื่อสิ้นสุดการติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทุนทางจิตวิทยาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

สรุป : การให้การปรึกษากลุ่มสามารถพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูได้

คำสำคัญ: ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก นิสิตครู การให้การปรึกษากลุ่ม

ความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันโลกกำลังอยู่ในยุคของการเปลี่ยนแปลง แต่ครูยังเป็นบุคคลที่มีความหมายและเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญมากที่สุดปัจจัยหนึ่งในห้องเรียน ตลอดจนเป็นผู้ที่มีความสำคัญต่อคุณภาพทางการศึกษา เช่นเดียวกับ McKinsey (2007) วรากรณ์ สามโกเศศ (2553) และดิเรกพรสีมา (2554) ที่กล่าวว่า คุณภาพของผู้เรียนขึ้นอยู่กับคุณภาพของครูเป็นสำคัญ ในการจัดการเรียนการสอนทางวิชาชีพครูนั้น นิสิตครูจำเป็นต้องปรับตัวให้เข้ากับกิจกรรมการเรียนการสอนทั้งในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ รวมทั้งวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไปจากเดิม จากการสัมภาษณ์ นิสิตปี 1 จำนวน 5 คน พบว่า ปัญหาที่พบในการเรียนของนิสิตครูนั้นมักจะเกี่ยวข้องกับความไม่เข้าใจในวิชาชีพที่ชัดเจน ไม่เข้าใจในบทเรียน อ่านหนังสือไม่ทัน จำเนื้อหาวิชาไม่ได้ อาจารย์สอนเร็วไม่เข้าใจ ไม่มั่นใจในการปฏิบัติ กลัวการสอน กลัวสอนไม่ได้ และสอนไม่ถูกวิธี และไม่กล้าที่จะสอน ส่งผลให้นิสิตครูจำนวนหนึ่งมีปัญหาทั้งสุขภาพกายและใจ มีความเครียดสูง หมกมุ่นกังวล บางรายต้องพ้นสภาพจากการเป็นนักศึกษา ต้องลาออกกระหว่าง

เรียน ซึ่งนับได้ว่าเป็นวิกฤติในการเรียน เกิดการสูญเสียการทางศึกษาทั้งในทางปริมาณและคุณภาพ จากการศึกษาของโกลด์ จันทวงษ์ (2558) ที่ศึกษาปัจจัยสาเหตุการออกกลางคันของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์ ศูนย์สระแก้ว ให้ข้อเสนอแนะด้านปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษาเพื่อป้องกันการลาออกกลางคันว่า นักศึกษาควรสร้างแรงบันดาลใจของตนเอง และมองไปจนถึงในอนาคต ควรทำตัวเองให้กระปรี้กระเปร่า สร้างแรงจูงใจ มุ่งมั่นให้ตนเองเรียนจนจบ นอกจากนี้ นักศึกษาควรสร้างความตระหนักให้กับตนเอง มีความรับผิดชอบ มีความกระตือรือร้น มีความคิดเป็นของตนเอง

ทุนทางจิตวิทยาเป็นการศึกษาคุณลักษณะเชิงบวกของบุคคล ในความสามารถด้านการก้าวข้ามผ่านปัญหาหรือความเครียดโดยการมีมุมมองด้านบวก การเห็นคุณค่าภายในตน ใช้ความรู้ด้านจิตวิทยาเชิงบวกเป็นฐาน การมีทุนทางจิตวิทยาที่ดีในตนเองจะเป็นเครื่องมือในการป้องกันตัวเองไม่ให้ตกอยู่ในภาวะเสี่ยง ไม่มั่นคงหรือไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ ทำให้สามารถมีสติปรับตัวกับสถานการณ์และจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้ด้วยวิธีบวก ด้วยเหตุนี้การสร้างทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกในบุคคลเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องปลูกฝังให้เยาวชนไทยมีผลการวิจัยที่แสดงให้เห็นว่าผู้ที่มีทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกมีความผาสุกทางด้านจิตใจดี (psychological well-being) (Singh & Mansi, 2009) ตลอดจนมีประสิทธิภาพในการพัฒนางาน ในทางตรงกันข้ามผู้ที่มีทุนทางจิตวิทยาต่ำจะมีความเครียดในการเรียนหรือการทำงานสูง (Abbas & Raja, 2011) มีการนำแนวความคิดจิตวิทยาเชิงบวกมาใช้ในการปฏิบัติงาน การเรียน เพื่อพัฒนาความเข้มแข็ง

ที่ระดับบุคคลและระดับองค์การ โดยในระดับบุคคลมุ่งเน้นการสร้างเสริมประสพการณ์เชิงบวก และคุณลักษณะทางบวกของแต่ละบุคคล ส่วนในระดับองค์การมุ่งเน้นการสร้างเสริมพฤติกรรมองค์การเชิงบวก (positive organization behavior) เพื่อสร้างเสริมสมรรถนะทางจิตวิทยาและความเข้มแข็งของบุคคลให้เกิดความพร้อมในการเรียนและสร้างเสริมความสามารถในการแข่งขันให้สูงขึ้น จากการศึกษาที่ผ่านมาชี้ให้เห็นว่า นักศึกษาที่มีทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกสูงจะช่วยส่งเสริมความสำเร็จทางการเรียนของนักศึกษาได้ ดังงานวิจัยเกี่ยวกับทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกในกลุ่มของนักศึกษา ของ Luthans, Luthans, and Jensen (2012) ที่ศึกษาผลของทุนทางจิตวิทยากับผลสำเร็จทางการเรียนของนักศึกษาในวิทยาลัยด้านธุรกิจ พบว่า ทุนทางจิตวิทยามีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA) และจากการศึกษาของ Jafrı (2013) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทุนทางจิตวิทยาและผลสำเร็จทางการเรียนของนักศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีผลสำเร็จทางการเรียนที่อยู่ในระดับสูงมีทุนทางจิตวิทยาอยู่ในระดับสูงกว่านักศึกษามีผลสำเร็จทางการเรียนต่ำ

จากปัญหาและอุปสรรคของนิสิตครูที่กล่าวข้างต้น ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะพัฒนาทุนทางจิตวิทยาของนิสิตครู ชั้นปีที่ 1 เนื่องจากการเรียนในชั้นปีที่ 1 จำเป็นที่จะต้องได้รับความรู้ที่เป็นพื้นฐานวิชาชีพจำนวนหลายวิชาและเป็นวิชาที่ต้องใช้ความจำ ความเข้าใจ อย่างเป็นระบบเพื่อเตรียมความพร้อมไปสู่การเรียนวิชาอื่น ๆ และการเชื่อมโยงความรู้และเตรียมพร้อมสำหรับการฝึกประสบการณ์วิชาชีพในชั้นปีที่ 3 ถึงชั้นปีที่ 5 ซึ่งนิสิตครูต้องพบกับความเปลี่ยนแปลงจาก

นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายเข้าสู่การเรียนในระดับอุดมศึกษาซึ่งมีความแตกต่างในรูปแบบและวิธีการเรียนการสอนและการใช้ชีวิตประจำวันที่ต้องมีการปรับตัวหลายประการ

จากการทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องกับวิธีพัฒนาต้นทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกนั้นมีหลากหลายวิธี ได้แก่ การให้การปรึกษากลุ่ม กลุ่มสัมพันธ์ รูปแบบการพัฒนาทุนทางจิตวิทยา (psychological capital intervention model: PCI Model) ฯลฯ (Larson, 2004) สำหรับการพัฒนาทุนทางจิตวิทยาของนิสิตครูในการวิจัยนี้ใช้รูปแบบการให้การปรึกษากลุ่ม ซึ่งการให้การปรึกษากลุ่มช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้ยอมรับในตนเอง นับถือและเชื่อมั่นในตนเอง เพิ่มประสิทธิภาพในการแก้ไขปัญหา เพิ่มขีดความสามารถในการนำตนเองและพึ่งพาตนเอง ความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น เรียนรู้การดำเนินชีวิตตามความคาดหวังของตนเองและสามารถปรับเปลี่ยนไปตามแนวทางที่เหมาะสม โดยมีวัตถุประสงค์หลักในการเปิดโอกาสให้กลุ่มมีส่วนร่วมในการจัดการกับประเด็นปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจในเรื่องอาชีพความสัมพันธ์ระหว่างชายหญิง ปัญหาเอกลักษณ์ของตนเอง การวางแผนการเรียน ความรู้สึกโดดเดี่ยวในมหาวิทยาลัยและปัญหาอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับบุคคล (Corey, 1995) เช่นเดียวกับ Dinkmeyer (1968) ที่กล่าวว่า การให้การปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล สมาชิกในกลุ่มมีโอกาสช่วยเหลือกัน ร่วมกันสำรวจปัญหา ความรู้สึก เจตคติและค่านิยมที่จะช่วยให้เกิดความเข้าใจ และสามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ดี ดังนั้น การปรึกษากลุ่มทำให้วัยรุ่นสามารถเรียนรู้จากเพื่อน

ในกลุ่มจากการสังเกตและสอนทักษะที่เหมาะสมซึ่งกันและกัน ตลอดจนบรรยากาศภายในกลุ่มช่วยให้วัยรุ่นสามารถจัดการปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและรู้จักตนเองมากขึ้นจากการเปรียบเทียบความคิดและพฤติกรรมของตนกับเพื่อนในกลุ่ม และกระบวนการกลุ่ม เน้นการพัฒนาที่ช่วยให้บุคคลค้นพบความเข้มแข็งภายในของตน (internal resources of strength) กลุ่มจะให้ความเห็นอกเห็นใจและการสนับสนุน (support) ทำให้เกิดบรรยากาศของความไว้วางใจ นำไปสู่การแลกเปลี่ยนและทำความเข้าใจสิ่งที่กังวลและจะได้รับความช่วยเหลือเพื่อพัฒนาทักษะในการจัดการปัญหาในปัจจุบันและปัญหาที่จะเกิดขึ้นในอนาคต (Corey, 2004) กลุ่มจึงเป็นเสมือนสังคมขนาดเล็กที่ทำให้นิสิตครูได้ฝึกทักษะและส่งเสริมให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ด้วยเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาและพัฒนาทฤษฎีทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูโดยการให้การปรึกษากลุ่ม ผลการศึกษาจะเป็นข้อมูลสำคัญที่เป็นประโยชน์ต่อองค์ความรู้ทางจิตวิทยาวัยรุ่นและการพัฒนานิสิตครู

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาทฤษฎีทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยรวมและรายด้านของนิสิตครู
2. เพื่อพัฒนาการให้การปรึกษากลุ่มในการพัฒนาทฤษฎีทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู
3. เพื่อศึกษาผลการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทฤษฎีทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู โดย
 - 3.1 เปรียบเทียบทฤษฎีทางจิตวิทยาเชิงบวกของกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการ

ติดตามผล

3.2 เปรียบเทียบทฤษฎีทางจิตวิทยาเชิงบวกระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการติดตามผล

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) ใช้รูปแบบสองกลุ่มวัดก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

ประชากร คือ นิสิตครูของมหาวิทยาลัยราชภัฏเขตกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2560 ได้แก่ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทาและมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา จำนวน 1,966 คน

กลุ่มตัวอย่าง

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาทฤษฎีทางจิตวิทยาเชิงบวก เป็นนิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่กำลังศึกษาในคณะครุศาสตร์หรือคณะศึกษาศาสตร์หรือมนุษยศาสตร์ ของมหาวิทยาลัยราชภัฏเขตกรุงเทพมหานคร ได้แก่ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทาและมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ปีการศึกษา 2560 ที่มีจำนวนทั้งสิ้น 1,966 คน โดยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างตามสูตรของเครซี่ และมอร์แกน (Krecie & Morgan, 1970 อ้างใน ชีรวุฒิ เอกะกุล, 2543) ขอมริบให้เกิดความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่างได้ 5%

ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% กำหนดให้สัดส่วนของลักษณะที่สนใจในประชากร เท่ากับ 0.5 ได้กลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 332 คน ซึ่งในการศึกษานี้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (stratified random sampling)

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาผลของการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู เป็นนิสิตชั้นปีที่ 1 กำลังศึกษาในคณะครุศาสตร์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ปีการศึกษาที่ 2560 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ได้มาจาก 1.1 โดยการคัดเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) กับนิสิตที่มีคะแนนทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกตั้งแต่เปอร์เซนไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 16 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 8 คน โดยมีเกณฑ์ในการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างตามแนวคิดการกำหนดเกณฑ์ของ Jacobs, Masson and Harvill (2002) และ Vinogradov and Yalom (1989) ที่ว่าขนาดสมาชิกกลุ่มในการให้การปรึกษาที่ได้ผลควรมีจำนวนสมาชิก 5-8 คน โดยกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามระบบมหาวิทยาลัยปกติ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้มีดังนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 2 ส่วนคือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนิสิตครู ประกอบด้วย อายุ เพศ สถานที่ศึกษา สาขาวิชา และภูมิลำเนา

ส่วนที่ 2 แบบวัดทุนทางจิตวิทยาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีจำนวน 39 ข้อ ประกอบด้วย

4 องค์ประกอบ แยกเป็น 10 ด้าน ได้แก่

องค์ประกอบที่ 1: การเชื่อในความสามารถของตนเอง ประกอบด้วย 1.1) ด้านความเชื่อในความสามารถและศักยภาพของตนเอง และ 1.2) ด้านการควบคุมกำกับตนเองและการปฏิบัติที่นำตนไปสู่ผลการกระทำที่ตนเองตั้งใจ

องค์ประกอบที่ 2: การมองโลกในแง่ดี ประกอบด้วย 2.1) ด้านความคิดเกี่ยวกับความคงทนถาวรของเหตุการณ์ และ 2.2) ด้านความคิดเกี่ยวกับความครอบคลุมของเหตุการณ์ 2.3) ด้านความคิดเกี่ยวกับความเป็นตนเองต่อเหตุการณ์

องค์ประกอบที่ 3: ความหวัง ประกอบด้วย 3.1) ด้านความตั้งใจ ความมุ่งมั่นเพื่อไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ และ 3.2) ด้านการกำหนดแนวทางโดยการวางแผนเพื่อให้บรรลุความสำเร็จ

องค์ประกอบที่ 4: ความหยุนตัว ประกอบด้วย 4.1) ด้านความสามารถในการปรับความคิดจากเหตุการณ์ 4.2) ด้านความสามารถในการปรับอารมณ์จากเหตุการณ์ และ 4.3) ด้านความสามารถในการปรับพฤติกรรมจากเหตุการณ์

ข้อคำถามแต่ละข้อจะมีคำตอบให้เลือก 5 ระดับคือ จริงที่สุด เป็นจริง ไม่แน่ใจ ไม่จริง ไม่จริงที่สุด มีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง .29 - .80 และค่าความเที่ยงของแบบวัดทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูโดยรวมทั้งฉบับมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - coefficient) ของครอนบาค เท่ากับ .92 ส่วนค่าความเที่ยงรายด้าน เท่ากับ .63, .81, .80 และ .71 ตามลำดับ และนำไปวิเคราะห์ห่องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่ 1 (first order confirm factor analysis) และอันดับ 2 (second order confirm factor analysis) ของแบบ

วัดทวนทางจิตวิทยาเชิงบวก เพื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้กับตัวแปรแฝง (Joreskog & Sorbom, 1999) พบว่า ค่าดัชนีทดสอบความเหมาะสมของโมเดลการวัดองค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับ 1 และอันดับ 2 ของแบบวัดทวนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูทั้ง 4 ด้านอยู่ในเกณฑ์ที่กำหนดทุกค่า แสดงว่า โมเดลการวัดทวนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูมีลักษณะเหมาะสมกับข้อมูลเชิงประจักษ์

2. โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทวนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู เป็นโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยประยุกต์ใช้ แนวคิดและเทคนิคในการปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรม (Cognitive Behavior Therapy [CBT]) และการปรึกษาแบบมุ่งเน้นคำตอบ (solution-focused counseling) ซึ่งมีขั้นตอนการให้การปรึกษากลุ่ม 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นเริ่มต้น ขั้นดำเนินการ ขั้นสรุป มีจำนวน 8 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ใช้เวลาครั้งละ 1.30 ชั่วโมง ซึ่ง Ohlsen (1970) และ Jacobs, Masson and Harvill (2002) กล่าวว่าไว้ว่าการปรึกษากลุ่มที่มีประสิทธิภาพจำนวนครั้งในการปรึกษากลุ่ม ควรอยู่ที่ 8 – 10 ครั้ง แต่ครั้ง ระยะเวลาไม่ควรต่ำกว่า 90 นาที มีรายละเอียดดังนี้ ครั้งที่ 1-2 ปฐมนิเทศ สร้างสัมพันธภาพและพัฒนาทวนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูด้านการเชื่อในความสามารถของตน ครั้งที่ 3-4 การพัฒนาทวนทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านการมองโลกในแง่ดีของนิสิตครู ครั้งที่ 5-6 การพัฒนาทวนทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความหวังของนิสิตครู ครั้งที่ 7-8 การพัฒนาทวนทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความมุ่งมั่นตัวของนิสิตครูและติดตามผลหลังการทดลอง

2 สัปดาห์ โปรแกรมฯ นี้ได้รับการตรวจสอบคุณภาพด้วยการวิเคราะห์ความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) จากผู้เชี่ยวชาญด้านการให้การปรึกษา จำนวน 3 คน ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 0.66-1.00

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ผ่านการพิจารณาคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา (BSRU-REC 6007001) โดยผู้วิจัยได้อธิบายวัตถุประสงค์ รายละเอียดขั้นตอนของการวิจัย ประโยชน์ที่ผู้ร่วมวิจัยจะได้รับ สอบถามความสมัครใจและลงนามยินยอมเข้าร่วมการวิจัย การเก็บข้อมูลเป็นความลับและการนำเสนอผลการวิจัยเป็นภาพรวม รวมทั้งสามารถปฏิเสธและออกจากกรวิจัยได้โดยไม่มีผลใดๆ ต่อการเรียน

ผลการวิจัย

ก่อนการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของทวนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการติดตามผล เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของทวนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูระหว่างกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทวนทางจิตวิทยาเชิงบวกกับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทวนทางจิตวิทยาเชิงบวก ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการติดตามผล และเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ผู้วิจัยตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นในการทดสอบการแจกแจงปกติของกลุ่มตัวอย่างก่อนการวิเคราะห์ข้อมูล โดย วิธี Shapiro-Wilk test พบว่า ทวนทางจิตวิทยาเชิงบวก

ของนิสิตครูโดยรวมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีการแจกแจงแบบปกติ จึงใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวแบบวัดซ้ำ (one-way repeated ANOVA measurement) และความแปรปรวนสองทางแบบวัดซ้ำ (two-way repeated ANOVA measurement)

1. ผลการศึกษาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยรวมและรายด้านของนิสิตครูผู้วิจัยนำคะแนนต้นทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู มาหาค่าสถิติพื้นฐานค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยรวมและรายด้าน (n = 332) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู โดยรวมและรายด้าน (n = 332)

ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก	จำนวนข้อ	Max	Min	Mean	SD	แปลผล
ด้านความเชื่อในความสามารถของตนเอง (self - efficacy)	12	4.92	2.00	3.94	.42	สูง
ด้านการมองโลกในแง่ดี (optimism)	10	4.80	2.10	3.75	.39	สูง
ด้านความหวัง (hope)	8	5.00	2.63	4.15	.50	สูง
ด้านความยืดหยุ่นตัว (resiliency)	9	5.00	1.88	3.83	.50	สูง
ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก(โดยรวม)	39	4.93	2.15	3.91	.45	สูง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตารางที่ 1 พบว่า ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูโดยรวมอยู่ในระดับสูง (\bar{X} = 3.91, SD = .45) ส่วนทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกรายด้านพบว่า ด้านความหวัง (hope) มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด (\bar{X} = 4.15, SD = .50) รองลงมาได้แก่ ด้านความเชื่อในความสามารถของตนเอง (self - efficacy) (\bar{X} = 3.94, SD = .42) ด้านความยืดหยุ่นตัว (resiliency) (\bar{X} = 3.83, SD = .50) และด้านการมองโลกในแง่ดี (optimism) (\bar{X} = 3.75, SD = .39)

2. ผลการพัฒนาการโปรแกรมให้การปรึกษากลุ่มในการพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู ได้แก่ การให้การปรึกษากลุ่มที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเพื่อพัฒนาทุนทางจิตวิทยาของนิสิตครู ประกอบด้วย 1) ด้านความเชื่อในความสามารถของตนเอง (self - efficacy) 2) ด้านการมองโลกในแง่ดี (optimism) 3) ด้านความหวัง (hope) ประกอบด้วยและ 4) ด้านความยืดหยุ่นตัว (resiliency) โดยมีขั้นตอนในการพัฒนา 5 ขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่ 1 กำหนดเป้าหมายของการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อ

พัฒนาทฤษฎีทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู ชั้นที่ 2 กำหนดแนวคิดของการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทฤษฎีทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู ชั้นที่ 3 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีทางจิตวิทยาและศึกษาการสร้างรูปแบบการให้การปรึกษากลุ่ม ทฤษฎีและเทคนิคการให้การปรึกษากลุ่ม ชั้นที่ 4 วิเคราะห์แนวคิดและหลักการที่สำคัญเพื่อใช้ในการพัฒนาทฤษฎีทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู ชั้นที่ 5 ดำเนินการสร้างการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทฤษฎีทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูประกอบด้วย 3 ขั้นตอน 1) แนวคิดสำคัญ 2) เป้าหมาย 3) วิธีดำเนินการเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย หลังจากได้โปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อ

พัฒนาทฤษฎีทางจิตวิทยาสำหรับนิสิตครู และได้รับการตรวจสอบคุณภาพด้วยการวิเคราะห์ความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) และค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 0.66-1.00 โดยผู้เชี่ยวชาญด้านการให้การปรึกษา โดยมีขั้นตอนการให้การปรึกษากลุ่ม 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นเริ่มต้น ขั้นดำเนินการ ขั้นสรุป จากนั้นผู้วิจัยนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 6 รายที่มีคุณลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจากนั้นนำมาปรับปรุงตามข้อเสนอแนะที่ได้จากการทดลองใช้และนำลงเก็บข้อมูล

3. ผลของการปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทฤษฎีทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู

ตารางที่ 2 ผลการทดสอบย่อยโดยการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของนิสิตครูกลุ่มทดลองรายด้านและโดยรวม ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล

ทฤษฎีทางจิตวิทยา	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ด้านความเชื่อในความสามารถของตนเอง	การวัดก่อน หลัง และหลังติดตามผล	6.150	2	3.075	19.480***
	ความคลาดเคลื่อน	2.210	14	.158	
ด้านการมองโลกในแง่ดี	การวัดก่อน หลัง และหลังติดตามผล	5.538	2	2.769	46.668***
	ความคลาดเคลื่อน	.831	14	.059	
ด้านความหวัง	การวัดก่อน หลัง และหลังติดตามผล	4.956	2	2.478	23.303***
	ความคลาดเคลื่อน	1.489	14	.106	
ด้านความหยิ่งตัว	การวัดก่อน หลัง และหลังติดตามผล	10.877	2	5.439	30.236***
	ความคลาดเคลื่อน	2.518	14	.180	
โดยรวม	การวัดก่อน หลัง และหลังติดตามผล	6.553	2	3.266	50.242***
	ความคลาดเคลื่อน	.910	14	.065	

***p < .001

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตารางที่ 2 พบว่า ค่าเฉลี่ยของทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของ นิสิตครูกลุ่มทดลอง ที่ได้จากการวัด 3 ครั้ง คือ ก่อนการให้การปรึกษากลุ่ม หลังการให้การปรึกษากลุ่ม และหลังการติดตามผล แตกต่างกันอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติ ($F = 50.242$) แสดงว่าการ

ให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูนั้น มีผลทำให้ค่าเฉลี่ยทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูกลุ่มทดลอง ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผลแตกต่างกัน

ตารางที่ 3 ผลการทดสอบย่อยโดยการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยรวมของกลุ่มทดลองระหว่าง ก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผลของนิสิตครูกลุ่มทดลองเป็นรายคู่โดย post-hoc test วิธี Bonferroni

ช่วงเวลาการวัด	Mean Difference	SE	p-value
หลังการทดลอง – ก่อนการทดลอง ($\bar{X} = 3.30, SD = .20$) - ($\bar{X} = 2.53, SD = .27$)	.775	.101	.000
หลังการติดตามผล-ก่อนการทดลอง ($\bar{X} = 3.80, SD = .22$) - ($\bar{X} = 2.53, SD = .27$)	.174	.157	.000
หลังการติดตามผล-หลังการทดลอง ($\bar{X} = 3.80, SD = .22$) - ($\bar{X} = 3.30, SD = .20$)	.493	.118	.004

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตารางที่ 3 พบว่าค่าเฉลี่ยทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่ม หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง (mean difference

=.775) ภายหลังการติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง (mean difference =.174) และภายหลังการติดตามผลสูงกว่าหลังการทดลอง (mean difference =.493) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูระหว่างทดลองและกลุ่มควบคุมโดยรวมและรายด้าน ก่อนการทดลอง หลังการทดลองและหลังการติดตามผล

ทุนทางจิตวิทยา	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ด้านความเชื่อ ในความสามารถ ของตนเอง	ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	5.978	1	5.978	50.563**
	ความคลาดเคลื่อน	1.655	14	.118	
	ภายในกลุ่ม:ช่วงการวัด (pre, post, follow up)	4.274	2	2.123	20.541***
	การพัฒนาทุนทางจิตวิทยา×ระยะการวัด	2.291	2	1.145	11.081***
	ความคลาดเคลื่อน	2.894	28	.103	
ด้านการมองโลก ในแง่ดี	ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	15.584	1	15.584	111.295***
	ความคลาดเคลื่อน	1.960	14	.140	
	ภายในกลุ่ม:ช่วงการวัด (pre, post, follow up)	.382	2	.191	2.580
	การพัฒนาทุนทางจิตวิทยา×ระยะการวัด	7.473	2	3.737	50.467***
	ความคลาดเคลื่อน	2.073	28	.074	
ด้านความหวัง	ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	10.435	1	10.435	50.937***
	ความคลาดเคลื่อน	2.868	14	.205	
	ภายในกลุ่ม:ช่วงการวัด (pre, post, follow up)	1.115	2	.557	5.814***
	การพัฒนาทุนทางจิตวิทยา×ระยะการวัด	4.679	2	2.339	24.406***
	ความคลาดเคลื่อน	2.684	28	.096	
ด้านความหยิ่งตัว	ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	4.008	1	4.008	14.151***
	ความคลาดเคลื่อน	3.965	14	.283	
	ภายในกลุ่ม:ช่วงการวัด (pre, post, follow up)	3.816	2	1.908	10.969***
	การพัฒนาทุนทางจิตวิทยา×ระยะการวัด	7.472	2	3.736	21.481***
	ความคลาดเคลื่อน	4.870	28	.174	
โดยรวม	ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	8.560	1	8.560	133.748***
	ความคลาดเคลื่อน	.896	14	.064	
	ภายในกลุ่ม:ช่วงการวัด (pre, post, follow up)	1.786	2	.893	17.628**
	การพัฒนาทุนทางจิตวิทยา×ระยะการวัด	5.192	2	.051	51.240***
	ความคลาดเคลื่อน	1.418	28		

p < .01 *p < .001

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตารางที่ 4 พบว่า ทูทางจิตวิทยาเชิงบวกโดยรวมและรายด้าน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ค่าเฉลี่ยทูทางจิตวิทยาเชิงบวกด้านความหยุ่นตัวระหว่าง กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกัน และผลการทดสอบหลักของการวัดก่อนทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล พบว่าแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ค่าเฉลี่ยทูทาง

จิตวิทยาเชิงบวกโดยรวมระหว่างก่อนทดลอง หลัง การทดลอง และหลังการติดตามผลแตกต่างกัน ส่วนปฏิสัมพันธ์ร่วม (interaction effect) ระหว่าง การให้การปรึกษากลุ่ม กับการวัดทูทางจิตวิทยา เชิงบวกโดยรวมก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล พบว่า แตกต่างกันอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ เป็นรายคู่แสดงดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ผลการทดสอบย่อยโดยการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของทูทางจิตวิทยาเชิงบวกของ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมระหว่างก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และหลังการติดตามผล ของนิสิตครูกลุ่มทดลองเป็นรายคู่โดย post – hoc test วิธี Bonferroni

ช่วงเวลาการวัด	Mean Difference	SE	p-value
หลังการติดตามผล-หลังการทดลอง (\bar{X} = 2.83, SD = .46) - (\bar{X} = 2.53, SD = .24)	.293	.076	.002
หลังการติดตามผล-ก่อนการทดลอง (\bar{X} = 3.00, SD = .85) - (\bar{X} = 2.53, SD = .24)	.467	.096	.000
หลังการติดตามผล-หลังการทดลอง (\bar{X} = 3.00, SD = .85) - (\bar{X} = 2.83, SD = .46)	.174	.063	.015

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตารางที่ 5 พบว่าค่าเฉลี่ยทูทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู กลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่ม หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง (mean difference = .293) ภายหลังการติดตามผลสูงกว่า ก่อนการทดลอง (mean difference = .467) และ ภายหลังการติดตามผลสูงกว่าหลังการทดลอง (mean difference = .174) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การอภิปรายผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาทูทางจิตวิทยาเชิงบวก ของนิสิตครู พบว่า ทูทางจิตวิทยาเชิงบวกของ นิสิตครูโดยรวมอยู่ในระดับสูง ส่วนทูทาง จิตวิทยาเชิงบวกรายด้านพบว่า ด้านความหวัง (hope) มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด รองลงมา ได้แก่ ด้านความเชื่อในความสามารถของตนเอง (self - efficacy) ด้านความหยุ่นตัว (resiliency) และด้าน

การมองโลกในแง่ดี (optimism) ตามลำดับ แสดงให้เห็นว่านิสิตครู มีทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกสูง แต่เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกรายด้านทุกด้านอยู่ในระดับสูงเช่นกัน และยังพบว่า นิสิตครูมีระดับทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกในด้านความหวังสูงกว่าด้านอื่นๆ สะท้อนให้เห็นว่านิสิตครูส่วนใหญ่มีความหวังในเรียนวิชาชีพครู มีความหวังอยากได้คะแนนในรายวิชาต่าง ๆ คีขึ้นหรือมีเกรดเฉลี่ยที่สูงขึ้น มีการตั้งใจไว้ล่วงหน้าว่าสามารถเรียนวิชาต่างๆ และสามารถปฏิบัติการในวิชาชีพให้สำเร็จลุล่วงได้เพราะได้เรียนในสิ่งที่ตนเองสนใจ ตลอดจนเรียนจบได้ศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น สอบบรรจุได้และ มีงานทำที่ดี และคาดว่าจะมีแต่สิ่งที่ดีๆ เกิดขึ้นในการเรียนและในอนาคต สอดคล้องกับผลวิจัยของ อูร์ปรีย์ เกิดในมงคล (2557) ที่ศึกษาและพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น พบว่านักเรียนวัยรุ่นในกรุงเทพมหานคร มีความหวังทางการศึกษาโดยรวมอยู่ในระดับสูงและเมื่อพิจารณาตามลักษณะของความหวังทางการศึกษาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนวัยรุ่นมีความหวังทางการศึกษาด้านเป้าหมายทางการศึกษา ด้านความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและด้านความพยายามและอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษาอยู่ในระดับสูง

2. ผลการให้การปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู โดยการเปรียบเทียบทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู จากผลการวิจัยที่สอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยข้อ 1 และ ข้อ 2 นั้นเนื่องมาจากการให้การปรึกษากลุ่มสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาทุนทางจิตวิทยา

เชิงบวกของนิสิตครูได้เนื่องจากการดำเนินการให้การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำการให้การปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีการให้การปรึกษา กลุ่มโดยผู้วิจัยคัดเลือกทฤษฎีการให้การปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรม (cognitive behavior therapy) และการปรึกษาแบบมุ่งเน้นคำตอบ (solution-focused counseling) ซึ่งมีความเหมาะสมโดยมีการผสมผสานทั้งแนวคิดและเทคนิคของการให้การปรึกษากลุ่มของทั้ง 2 ทฤษฎีมาใช้ในการพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครู ซึ่งสายสมร เฉลยกิตติ (2554) กล่าวว่าไว้ว่าการบูรณาการทฤษฎีและเทคนิคการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกมีส่วนสำคัญที่ทำให้กลุ่มนั้นบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ซึ่งผู้วิจัยได้บูรณาการทฤษฎีและเทคนิคการให้ปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรมและการปรึกษาแบบมุ่งเน้นคำตอบ โดยกำหนดแนวคิด เลือกเทคนิคให้เหมาะสมในการพัฒนาทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูในแต่ละด้าน เมื่อนิสิตครูได้รับการให้การปรึกษากลุ่มส่งผลให้นิสิตครูมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ต่าง ๆ กันมากขึ้นเกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม สามารถปรับปรุงและพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น

จากการสังเกตในกระบวนการกลุ่มพบว่า สิ่งสำคัญประการหนึ่งในการให้การปรึกษากลุ่มคือ การที่นิสิตครูให้กำลังใจและการเสริมแรงซึ่งกันและกัน ซึ่งเป็นสิ่งที่ซอลโมจินิสิตครูให้เกิดผลลัพธ์ในทางบวกในใจและการบูรณาการแนวคิดและเทคนิคของทฤษฎีการให้การปรึกษากลุ่มแบบการรู้คิดและพฤติกรรมและการปรึกษาแบบมุ่งเน้นคำตอบช่วยให้นิสิตครูเกิดการเชื่อมโยง

ระหว่างความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ส่งผลให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกมากขึ้น (Corey & Corey, 2006) ซึ่งในการพบกันครั้งแรกระหว่างผู้วิจัยและนิสิตครูที่เข้าร่วมการให้การปรึกษากลุ่ม ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพรวมถึงชี้แจงวัตถุประสงค์ของการให้การปรึกษากลุ่มประโยชน์ของการเข้าร่วมระยะเวลาและสถานที่ในการให้การปรึกษากลุ่มและพิทักษ์สิทธิโดยที่นิสิตสามารถบอกยกเลิกการเข้าร่วมการให้การปรึกษาได้ตลอดเวลาและจะไม่มีผลใดๆ ต่อนิสิตผู้วิจัยใช้เทคนิคการฟังอย่างตั้งใจ การใช้คำถามปลายเปิด การสะท้อนความรู้สึก การให้กำลังใจเพื่อนำมาเป็นข้อมูลสำหรับการวางแผนในการให้การปรึกษากลุ่มในครั้งต่อไป

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้เป็นนิสิตครูชั้นปีที่ 1 ซึ่งเป็นสมาชิกกลุ่มอยู่ในช่วงวัยรุ่น มีลักษณะของทุนทางจิตวิทยาที่คล้ายกัน ส่งผลให้กลุ่มประสบความสำเร็จ สอดคล้องกับที่ Corey (2000) ที่กล่าวว่า สมาชิกกลุ่มในการให้การปรึกษากลุ่ม ควรมีลักษณะคล้ายกับวัยเดียวกัน มีความสนใจในปัญหาที่คล้ายกัน จึงจะทำให้กลุ่มนั้นประสบความสำเร็จได้ จากการสังเกตของผู้วิจัย พบว่า นิสิตครูขณะเข้าร่วมกิจกรรมมีบรรยากาศเป็นกันเอง มีความตั้งใจ มีความสนใจกระตือรือร้น ตรงต่อเวลา ในการเข้ากลุ่มทุกครั้ง ซึ่ง Dinkmeyer (1968) และ Forsyth (2006) กล่าวว่า กระบวนการปฏิบัติสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ช่วยให้สมาชิกแต่ละคนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ร่วมกับวิเคราะห์ข้อมูล ประสพการณ์ทั้งทางบวกและทางลบรวมถึงผลกระทบต่างๆ ที่เกิดขึ้น ส่งผลให้สมาชิกเกิดความเข้าใจและสามารถที่จะ

แก้ไขปัญหาต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และ Corey (2004) กล่าวว่า การให้การปรึกษากลุ่มเป็นกระบวนการระหว่างบุคคลที่เน้นการตระหนักรู้เกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม เน้นการพัฒนาบุคคลให้ค้นพบความเข้มแข็งภายในตน โดยกลุ่มจะให้ความเห็นอกเห็นใจ การสนับสนุน ให้เกิดบรรยากาศแห่งความไว้วางใจ นำไปสู่การแลกเปลี่ยนและทำความเข้าใจกับสิ่งที่บุคคลวิตกกังวล และ Wilson and Kneisl (1996) กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มเป็นการสื่อสารสองทางซึ่งจะกระตุ้นให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความคิด ความรู้สึก และแนวทางปฏิบัติใหม่ๆ ที่เกิดจากการมีส่วนร่วมของสมาชิกในกลุ่ม นิสิตครูกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้การปรึกษากลุ่มครั้งนี้จึงน่าจะ สามารถพัฒนาตนเองให้มีทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก ทั้งโดยรวมและรายด้านให้สูงขึ้น ซึ่งผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของ จิรยา อัสวเพชรกุล (2556) ที่ศึกษาการเสริมสร้างพลังทางบวกของนักเรียนวัยรุ่น โดยการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการที่พบว่า พลังทางบวกของนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการหลังการทดลอง และหลังการติดตามผล เพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนได้รับการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และนักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองหลังการทดลองและหลังการติดตามผล มีพลังทางบวกเพิ่มขึ้นมากกว่าพลังทางบวกของกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ข้อเสนอแนะ

1. ผลการวิจัยพบว่าทุนทางจิตวิทยาเชิงบวกเป็นสภาวะจิตใจของบุคคลที่มีลักษณะเฉพาะ

(state-like) สามารถพัฒนาให้เปลี่ยนแปลงได้ กล่าวคือ ทูทางจิตวิทยาเชิงบวกของนิสิตครูกลุ่มทดลองภายหลังได้รับการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม มีระดับของทูทางจิตวิทยาเชิงบวกสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่านิสิตครูกลุ่มควบคุม ดังนั้นสถาบันการศึกษาต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน ควรจะได้กำหนดหลักสูตรการพัฒนาทูทางจิตวิทยาให้กับนิสิตเพื่อเสริมสร้างพื้นฐานความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่ดีให้มีความพร้อมในการใช้ชีวิต การเรียน และการฝึกประสบการณ์วิชาชีพ แต่ก่อนนำไปใช้ควรมีการศึกษาทำความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิดการใช้เทคนิคต่างๆ จากผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาให้การปรึกษาก่อน

2. ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมในประเด็นที่เกี่ยวกับอิทธิพลของทูทางจิตวิทยาเชิงบวกที่ส่งผลต่อพฤติกรรมนิสิต โดยตัวแปรอื่นๆ ที่อาจนำมาใช้ในการศึกษาได้แก่ พฤติกรรมการเป็นสมาชิกที่ดีของสถาบันฯ ความผูกพันต่อสถาบันฯ เป็นต้น

3. ควรมีการติดตามผลทูทางจิตวิทยาเชิงบวกหลังจากทดลองไปแล้ว 3 เดือน 6 เดือน และ 1 ปี เพื่อศึกษาความเปลี่ยนแปลงของทูทางจิตวิทยาเชิงบวกที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งมีการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพเพื่อให้งานวิจัยมีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้ข้อเสนอแนะในการตรวจสอบเครื่องมือและอาจารย์ที่ประสานงานในการเก็บข้อมูลในมหาวิทยาลัยราชภัฏเขตกรุงเทพมหานครทั้ง 5 แห่ง ขอขอบพระคุณมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยาที่สนับสนุนการวิจัยครั้งนี้ คุณค่าและประโยชน์อันเกิดวิจัยนี้ขอมอบแด่นิสิตครูทุกท่าน

ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการวิจัยครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

- โกมล จันทวงษ์. (2558). ปัจจัยสาเหตุการออกกลางคันของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์ ศูนย์สระแก้ว. *วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์*, 5(1), 127-141.
- จริยา อัสวเพชรกุล. (2558). การเสริมสร้างพลังทางบวกของนักเรียนวัยรุ่นโดยการให้การปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ. *วารสารพยาบาลทหารบก*, 16(3), 79-86.
- ดิเรก พรสีมา. (2554). *แนวทางการพัฒนาวิชาชีพครู*. (เอกสารอัดสำเนา).
- ธีรวุฒิ เอกะกุล. (2543). *ระเบียบวิธีวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*. อุบลราชธานี: สถาบันราชภัฏอุบลราชธานี.
- วรารักษ์ สามโกเศศ. (2553). *ข้อเสนอระบบการศึกษาทางเลือกที่เหมาะสมกับสุขภาพคนไทย*. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์.
- สายสมร เฉลยกิตติ. (2554). *การพัฒนาทูทางจิตวิทยาเชิงบวกของพยาบาลวิชาชีพโดยการให้คำปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ*. คุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- อูรปริย เกิดในมงคล. (2557). *การศึกษาและพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างความหวังทางการศึกษาของนักเรียนวัยรุ่น*. คุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.

- Abbas, M., & Raja, U. (2011). Impact of psychological capital on innovative performance and job stress, *Canadian Journal of Administrative Sciences*, 32(2), 73-140. DOI: 10.1002/cjas.1314.
- Corey, G. (1995). *Theory & practice of group counseling*. (4thed). California: Brooks/Cole.
- Corey, G. (2000). *Theory & practice of group counseling*. (5thed). Thomson Brooks/Cole.
- Corey, G. (2004). *Theory and practice of group counseling*. (6thed). Thomson Brooks/Cole.
- Corey, G. (2006). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (7thed). Thomson Brooks/Cole.
- Dinkmeyer, C. (1968). *Reading in group counseling*. Pennsylvania: International Textbook Company.
- Forsyth, D. R. (2006). *Group dynamic*. CA: Thomson Higher Education.
- Jacobs, E., Masson, L., & Harvill, L. (2002). *Group counseling: strategies and skills*. (3rd). CA: Brooks/Cole.
- Jafri, H. (2013). A Study of the relationship of psychological capital and students' performance *Business Perspective and Research*, 1(2), 9-16.
- Joreskog, K. G., & Sorbom, D. (1999). *Lisrel 18: New statistical features*. Chicago: Scientific Software International.
- Larson, M. (2004). *Positive psychological capital: A comparison with human and social capital and an analysis of a training intervention*. A dissertation of the graduate college, University of Nebraska.
- Luthans, C. B., Luthans, W. K., & Jensen, M. S. (2012). The impact of business school student's psychological capital on academic performance. *Journal of Education for Business*, 187, 253-259.
- McKinsey. (2007). *McKinsey report on education*. Retrieved June 15, 2017, from <http://www.mckinsey.com>.
- Ohlsen, M. M. (1970). *Group counseling*. New York: Rinehart and Winston, Inc.
- Singh, S., & Mansi, G. J. (2009). Psychological capital as predictor of psychological well-being. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35(2), 233-238.
- Vinogradov, S., & Yalom, I. D. (1989). *Concise guide to group psychotherapy*. Washington, DC: America Psychiatric Press Inc.
- Wilson, H. S., & Kneisl, C. R. (1996). *Psychiatric nursing*. (5thed). California: Addison-Wesley Nursing.