

## การวิเคราะห์องค์ประกอบคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร\*

### A factor analysis of the positive Thinking characteristics for undergraduate students of Silpakorn university

พิทักษ์ สุพรรณโณภาพ (Pitak Supannopaph)\*\*

อรอุมา เจริญสุข (Orn-uma Charoensuk)\*\*\*

องอาจ นัยพัฒน์ (Ong-Art Naiyapatana)\*\*\*\*

สังวรณัฏฐ์ ังดกระโทก (Sungworn Ngudgratoke)\*\*\*\*\*

#### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1.ศึกษาคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร 2.วิเคราะห์องค์ประกอบคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร ดำเนินการวิจัยแบบผสานวิธี ด้วยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะจงต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องและการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 8 คน ด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจงเครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก โดยใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา ส่วนการวิจัยเชิงปริมาณ เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตชั้นปีที่ 2 ขึ้นไปที่กำลังศึกษาในมหาวิทยาลัยศิลปากร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 546 คน โดยวิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบวัดมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับมีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.954 ใช้วิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ สกัดองค์ประกอบด้วยวิธีองค์ประกอบหลักและหมุนแกนองค์ประกอบแบบหมุนฉากด้วยวิธีแวนริแมกซ์

ผลการวิจัยพบว่า องค์ประกอบคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร มี 6 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) ความเชื่อมั่นในตนเอง 2) การมองโลกในแง่ดี 3) ความมั่นคงทางอารมณ์ 4) การมองโลกตามความจริง 5) การมีจิตสาธารณะ และ 6) ความมุ่งมั่น โดยทั้ง 6 องค์ประกอบสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของคุณลักษณะการคิดเชิงบวกได้ 41.24%

**คำสำคัญ :** การวิเคราะห์องค์ประกอบ ,คุณลักษณะการคิดเชิงบวก

\* บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์ระดับดุษฎีบัณฑิต สาขาการวิจัยและพัฒนาศักยภาพมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

This article is part of Doctor of Philosophy Program in Research and Development on Human Potentials Srinakharinwirot University.

\*\* นิสิตปริญญาเอก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Student Doctor of Philosophy at Srinakharinwirot University. E-mail :ptksp@hotmail.com

\*\*\* ดร. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

\*\*\*\* รองศาสตราจารย์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

\*\*\*\*\* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

## Abstract

The purposes of this research were 1) to study the positive thinking characteristics for Undergraduate Students of Silpakorn University and 2) to be analyze the factor of the positive thinking characteristics for Undergraduate Students of Silpakorn University.

This mixed research was comprised the qualitative and quantitative method. The qualitative research included literature review and the in-depth interview with 8 key informants by purposive Sampling. The research tool was in-depth interviews form. The data was analyzed by by content analysis. The sample for the quantitative research consisted of 546 students at bachelor degree Level of Silpakorn University in the first semester of academic year 2016 by stratified random sampling. The research tool was the 5-point rating scale which the reliability was at 0.954. The data was analyzed by exploratory factor analysis with using principal components analysis and orthogonal rotation by varimax.

The research results indicated that the characteristics of Positive thinking consist of 6 factors, that are 1) Self-confidence factor 2) optimism factor 3) Emotional Control factor 4) realism factor 5) Public Mind factor and 6) determination factor. In particular, the obtained factors accounted for 41.24% of the positive thinking characteristics for Undergraduate Students of Silpakorn University.

**Key words:** A Factor Analysis, the Positive Thinking Characteristics.

## ความเป็นมาและความสำคัญของการศึกษา

การคิดเชิงบวก (Positive Thinking) เป็นกระบวนการทางความคิดของบุคคล อันเกิดจากการมีรูปแบบการรับรู้และการรู้คิด (Perception and Cognitive Style) ไปในทิศทางที่ดี มองและรับรู้สิ่งต่างๆตามสภาพความเป็นจริง เป็นเหตุเป็นผล ด้วยอารมณ์ที่ผ่อนคลาย ทำให้มีพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสม ดึงดูดและสร้างสรรค์ (นิภา แก้วศรีงาม, 2547) จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการคิดเชิงบวก พบว่า มีนักวิชาการทั้งในและต่างประเทศ ได้กล่าวถึงคุณค่าและประโยชน์ของการคิดเชิงบวก สรุปได้ว่าการคิดเชิงบวกทำให้บุคคลมีสุขภาพจิตที่ดี มีความสุขในชีวิต (Baldwin, Debora and Kerry, 2009 ; Seligman, 2006 ; ฤติรัตน์ พิมพาภรณ์ และประสพชัย พสุนนท์, 2559 ; นิภา แก้วศรีงาม, 2547 ; เรวดี ทรงเที่ยง, 2550) มีสุขภาพกายที่ดี (Scheier and Caver, 1985 ; Seligman, 2006 ; เรวดี ทรงเที่ยง, 2550) ทำให้บุคคลมีโอกาประสบความสำเร็จในชีวิต (Martin, Marsh and Debus, 2001 ; นิภา แก้วศรีงาม, 2547 ; เรวดี ทรงเที่ยง, 2550) สุขภาพดี จันทร์เพ็ญ, 2541) ทำให้บุคคลมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น (Seligman, 1997; เรวดี ทรงเที่ยง, 2550) และทำให้บุคคลเกิดความคิดสร้างสรรค์ (จรรยา จิตติวุฒิการ, 2544 ; นิภา แก้วศรีงาม, 2547)

แม้การคิดเชิงบวกจะเป็นสิ่งที่มีคุณค่าต่อการดำรงชีวิตของบุคคล แต่ความเหมาะสมในการนำแนวคิดเรื่องการคิดเชิงบวกซึ่งมีรากฐานมาจากสังคมตะวันตกมาใช้กับสังคมตะวันออกก็เป็นสิ่งที่ต้องพิจารณา เนื่องจากหัวใจสำคัญของการคิดเชิงบวกตั้งอยู่บนพื้นฐานของมุมมองที่มีต่อความสุขในชีวิต รวมไปถึงความเชื่อมั่นและศรัทธาต่อตนเองและพลังอำนาจทางจิตวิญญาณที่สูงกว่า (เวนเทอร์လာ, 2545) ซึ่งสิ่งเหล่านี้มีความแตกต่างกันไปตามบริบททางสังคม เลี้ยว วัง และคู (Leu, Wang and Koo, 2011) กล่าวถึงวัฒนธรรมของเอเชียที่เกี่ยวข้องกับมุมมองของความสุขว่ามีความแตกต่างจากวัฒนธรรมของชาวตะวันตก โดยส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากความแตกต่างด้านศาสนา ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นตัวกำหนดมุมมองในเรื่องของความสุขในชีวิตอันเป็นรากฐานที่สำคัญของการคิดเชิงบวก ด้วยเหตุนี้การนำแนวคิดเรื่องการคิดเชิงบวกมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดจึงจำเป็นต้องมีการปรับใช้ให้เหมาะสมกับบริบททางสังคม ทั้งนี้พบว่าหลักคำสอนทางพุทธศาสนาในเรื่องสัมมาทิฐิที่ถือได้ว่าเป็นพื้นฐานหรือเป็นบ่อเกิดแห่งความดีงามหรือกุศลธรรมนั้นมีความหมายที่สอดคล้องกับการคิดเชิงบวก ด้วยเหตุนี้การนำแนวคิดเรื่องสัมมาทิฐิมาใช้จึงน่าจะเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาการคิดเชิงบวกในบริบทของสังคมไทย

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะการคิดเชิงบวกพบว่าส่วนใหญ่เป็นการศึกษาจากแนวคิดของตะวันตกโดยอ้างอิงจากแนวคิดของสก็อตต์ เวนเทอร์လာ เป็นส่วนใหญ่ และเลือกศึกษากับนักเรียนในระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษาโดยเน้นการพัฒนา รูปแบบการเรียนการสอนเพื่อให้เกิดการคิดเชิงบวก โดยในประเทศไทยยังไม่ปรากฏงานวิจัยในรูปแบบของการศึกษาคุณลักษณะการคิดเชิงบวกในเชิงของพุทธศาสนาและในบริบทของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาเลย ทั้งที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในภาวะอารมณ์วัยรุ่นที่มีความอ่อนไหวต่อสิ่งเร้าต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการปรับตัว การเรียน การคบเพื่อน (เทอดศักดิ์ เดชคง, 2548 : 36-39) การเสริมสร้างการคิดเชิงบวกจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง ผนวกกับการที่มหาวิทยาลัยอันเป็นสถาบันการศึกษาที่เป็นกลไกขับเคลื่อนที่สำคัญของการปฏิรูปการศึกษาในระดับอุดมศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติในการตอบสนองต่อการพัฒนากำลังคนที่มีคุณภาพของประเทศด้วยการสร้างบัณฑิตที่มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ทั้งในด้านการมีความรอบรู้ทางวิชาการ การมีทักษะและความเชี่ยวชาญ การมีคุณธรรมและจริยธรรม การมีจิตสำนึกที่ดีต่อสังคมและการมีความสามารถในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข โดยการจะพัฒนาผู้เรียนให้มีความคุณลักษณะที่พึงประสงค์ต่างๆเหล่านี้แล้วแต่ต้องมียุทธศาสตร์ประกอบของการคิดเชิงบวกเป็นพื้นฐานสำคัญ

จากเหตุผลและความจำเป็นดังที่ได้กล่าวมา รวมทั้งที่มีการกำหนดไว้ในพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ฉบับแก้ไขเพิ่มเติม พ.ศ. 2545 และแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ที่มีเป้าหมายในการพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ซึ่งการจะพัฒนาคนในประเทศให้บรรลุจุดมุ่งหมายดังกล่าว จำเป็นจะต้องพัฒนาคนให้มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ซึ่งจะต้องเป็นผู้ที่มีอารมณ์ดี คิดเชิงบวก อันนำไปสู่ความพร้อมที่จะเผชิญปัญหาและอุปสรรคอย่างมีสติและสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ดังนั้นจึงควรมีการศึกษาถึงองค์ประกอบของคุณลักษณะการคิดเชิงบวกที่เหมาะสม เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการกำหนดแผนกลยุทธ์ส่งเสริมการคิดเชิงบวก การวิจัยและพัฒนา ตลอดจนการประเมินความสำเร็จ ผลจากการศึกษาจะทำให้ทราบถึงระดับคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาในระดับปริญญาบัณฑิต รวมถึงสถานะของการศึกษาเกี่ยวกับการส่งเสริมสนับสนุน

คุณลักษณะการคิดเชิงบวกโดยรวมทั้งในระดับอุดมศึกษา พร้อมทั้งนำผลที่ได้จากการวัดไปวางแผนกำหนดนโยบายและแนวทางการพัฒนาให้นักศึกษาเกิดคุณลักษณะการคิดเชิงบวกมากยิ่งขึ้น

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. ศึกษาคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร
2. วิเคราะห์องค์ประกอบคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตมหาวิทยาลัยศิลปากร

ศิลปากร

### วิธีดำเนินการวิจัย

วิธีการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอน ประกอบด้วย

ขั้นตอนที่ 1 การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เป็นการการศึกษาข้อมูลจากเอกสารและการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อกำหนดกรอบในการศึกษาคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร

ขั้นตอนที่ 2 การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เป็นการนำผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากขั้นตอนที่ 1 มาทำการศึกษาดัวยระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร

### ขั้นตอนที่ 1 การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

#### 1. ผู้ให้ข้อมูลหลัก

ในการเลือกกลุ่มเป้าหมายจากผู้เชี่ยวชาญ ผู้วิจัยใช้การเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จำนวน 8 คน โดยกำหนดคุณสมบัติตามเกณฑ์การพิจารณา คือ (1) เป็นผู้ที่มีความรู้ความเข้าใจเรื่องการคิดเชิงบวก และเป็นผู้ที่ที่สังคมให้การยอมรับว่าเป็นบุคคลต้นแบบของการคิดเชิงบวก และ/หรือ (2) เป็นผู้ที่มีผลงานเกี่ยวกับการคิดเชิงบวก โดยพิจารณาจากผลงานวิชาการ ได้แก่ ประสบการณ์การสอน การเขียนหนังสือ-ตำรา การวิจัย การเขียนบทความ และการเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เกี่ยวกับการคิดเชิงบวก

#### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลของการศึกษาในเชิงคุณภาพครั้งนี้ เป็นการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยใช้แนวคำถาม (Interview guide) แบ่งออกเป็น 2 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลลักษณะส่วนบุคคล

ตอนที่ 2 คำถามเกี่ยวกับคุณลักษณะคุณลักษณะหรือองค์ประกอบของการคิดเชิงบวก

#### 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการสัมภาษณ์เชิงลึกสำหรับกลุ่มผู้เชี่ยวชาญ ผู้วิจัยได้ดำเนินการรวบรวมรายชื่อ/พิจารณาคุณสมบัติผู้เชี่ยวชาญ ติดต่อผู้เชี่ยวชาญ พร้อมทั้งนัดหมายวัน เวลาและสถานที่ในการสัมภาษณ์ โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-dept Interview) กับผู้เชี่ยวชาญทั้งหมดจำนวน 8 คน

#### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) สำหรับข้อมูลซึ่งได้จากการสัมภาษณ์ เพื่อสรุปเรียบเรียงความคิดเห็น คำอธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับคุณลักษณะการคิดเชิงบวก เพื่อนำไปพัฒนาเป็นโมเดลทางทฤษฎีของคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร

### ขั้นตอนที่ 2 การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

#### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร (Population) คือ นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต ชั้นปีที่ 2 ขึ้นไป จาก 13 คณะวิชาที่กำลังศึกษาในมหาวิทยาลัยศิลปากร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 15,708 คน กลุ่มตัวอย่าง (Sample) ได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตชั้นปีที่ 2 ขึ้นไปจาก 13 คณะวิชาที่กำลังศึกษาในมหาวิทยาลัยศิลปากร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2559 ซึ่งในการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างนั้นผู้วิจัยได้เลือกเกณฑ์การกำหนดขนาดตัวอย่างของ Schumacker & Lomax (1996 : 20) ซึ่งเสนอว่าขนาดตัวอย่างที่เหมาะสมสำหรับการวิเคราะห์องค์ประกอบ คือ ประมาณ 10-20 เท่า ของตัวแปรที่ศึกษา ในการศึกษาครั้งนี้มีตัวแปรสังเกตได้จำนวน 54 ตัวแปร ดังนั้นขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ได้คือ 540-1,080 คน และเพื่อให้กลุ่มตัวอย่างมีความเป็นตัวแทนของคณะวิชาในจำนวนที่เท่ากัน ผู้วิจัยจึงดำเนินการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) ตามคณะวิชาที่ศึกษา คณะวิชาละ 42 คน จาก 13 คณะวิชา ทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างสำหรับการวิจัยครั้งนี้รวมทั้งสิ้น 546 คน

#### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามตรวจสอบรายการ (Check List) ซึ่งเป็นข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ ชั้นปีที่ศึกษา และคณะวิชาที่ศึกษา จำนวน 3 ข้อ

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามที่เกี่ยวกับคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาในระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) ตามแบบของลิเคิร์ท (Likert's Rating Scale) จำนวน 54 ข้อ

#### 3. การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. ศึกษาลักษณะ รูปแบบ และวิธีการสร้างแบบวัดจากเอกสาร แนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง  
2. กำหนดตัวชี้วัดและนิยามศัพท์เฉพาะของคุณลักษณะการคิดเชิงบวก โดยนำทฤษฎี แนวคิด และผลการสัมภาษณ์จากการวิจัยเชิงคุณภาพในขั้นตอนที่ 1 มาแปลงเป็นนิยามเชิงปฏิบัติการ สำหรับนำไปตั้งเป็นข้อคำถามต่อไป

3. สร้างข้อคำถามตามองค์ประกอบและพฤติกรรมบ่งชี้ เพื่อวัดคุณลักษณะการคิดเชิงบวกโดยลักษณะของข้อคำถามเป็นข้อความเกี่ยวกับคุณลักษณะการคิดเชิงบวกตามระดับความคิด/ความรู้สึก/การปฏิบัติของนักศึกษา ในลักษณะของมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตั้งแต่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด ตามแบบของลิเคิร์ท (Likert) โดยกำหนดให้พฤติกรรมบ่งชี้ 1 พฤติกรรมเท่ากับ 1 คำถามเป็นอย่างน้อย ได้ข้อคำถาม 54 ข้อ

4. ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยนำแบบวัดที่สร้างเสร็จแล้วให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน พิจารณาตรวจสอบเกี่ยวกับการใช้ภาษา และความสอดคล้องของข้อความบ่งชี้ในแบบวัดกับนิยามศัพท์เป็นรายข้อ นำคะแนนการพิจารณาแบบวัดจากผู้เชี่ยวชาญมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC : Index of congruency) โดยพิจารณาข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องมากกว่าหรือเท่ากับ .5 ขึ้นไป (บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์, 2526 : 89) ผลการวิเคราะห์พบว่า แบบวัดมีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ในช่วง .80 – 1.00 แสดงว่าข้อคำถามทุกข้อสามารถนำไปใช้ได้

5. ตรวจสอบคุณภาพค่าอำนาจจำแนก และค่าความเชื่อมั่น โดยนำแบบวัดไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักศึกษาชั้นปีที่ 2-4 มหาวิทยาลัยศิลปากร ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 70 คน นำข้อมูลมาวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นความสอดคล้องภายในโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) พบว่าค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับมีค่าเท่ากับ .954 และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัด โดยการหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อและคะแนนรวมจากข้ออื่นๆ ที่เหลือทั้งหมด (item-total correlation) พบว่ามีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง .27 - .75

#### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล เกี่ยวกับปัจจัยคุณลักษณะการคิดเชิงบวกโดยใช้สถิติเพื่อสำรวจและระบุองค์ประกอบรวมที่สามารถอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ โดยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (exploratory factor analysis) สกัดองค์ประกอบด้วยวิธีองค์ประกอบหลักและหมุนแกนองค์ประกอบแบบหมุนฉากด้วยวิธีแวนริแมกซ์

#### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

##### ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

จากการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกสำหรับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) เพื่อศึกษาคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร จำนวน 8 คน สรุปคุณลักษณะการคิดเชิงบวกประกอบด้วย 6 คุณลักษณะ ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี การมองโลกตามความเป็นจริง ความมั่นคงทางอารมณ์ การมีจิตสาธารณะ ความมุ่งมั่น และความเชื่อมั่นในตนเอง ดังมีรายละเอียดดังนี้

1) การมองโลกในแง่ดี หมายถึง การที่บุคคลมีความเชื่อ คาดหวังว่าจะเกิดสิ่งที่ดีเมื่อเผชิญกับปัญหาอุปสรรค มองวิกฤตและปัญหาว่าเป็นโอกาส

“คิดบวกแท้จริงจะมองเห็นว่ายังสามารถฝ่าฟันอุปสรรคไปให้ถึงให้ได้อย่างสมจริง ยากแค่ไหนก็ไม่กลัว รู้ว่ามีทางเสมอและจะคิดหาทางไปเรื่อยๆจนคิดออกและก็จะเดินไปโดยไม่ย่อท้อ” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1)

“มันไม่มีอะไรเลวร้ายเลยบนโลกใบนี้ ที่เราคิดว่าเลวร้ายเพราะเราเข้าใจไปเอง คิดเอาในแง่ของตัวเอง ปัญหาอุปสรรคเป็นโอกาสให้เราได้เรียนรู้ที่จะข้ามผ่านมัน เราก็กะเข้มแข็ง ถ้าไม่มีอุปสรรคเราก็ไม่ได้เรียนรู้ เมื่อมีอุปสรรคเราต้องยอมรับว่าโชคไม่ดีและต้องคิดว่าเราจะข้ามผ่านมันไปได้ ใจจะได้ชัยชนะ นี่แหละคือการคิดบวก” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4)

“การคิดเชิงบวกเราจะมองเรื่องร้ายๆในชีวิตว่ามันคือโอกาสที่จะทำให้เราพบสิ่งที่ดีกว่า” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 7)

**2) การมองโลกตามความเป็นจริง** หมายถึง การที่บุคคลมีการยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้น เข้าใจพื้นฐานปัญหาว่าเกิดจากสิ่งใดโดยไม่คิดเข้าข้างตนเอง

“คนคิดบวกไม่ใช่พวกที่คิดแบบเพื่อเจ้า ไม่มีความจริง คิดฝันหวานไปเรื่อยหรือพยายามจะดับความรู้สึกไม่ดี อันนี้เป็นการคิดที่ไม่สมจริง ขาดเหตุผลการเชื่อมโยงกับโลกที่แท้จริง” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1)

“การคิดเชิงบวกเป็นการคิดตามความจริงมากกว่าการคิดเข้าข้างตัวเองให้เกิดความสบายใจ ...เป็นการคิดดีแต่ก็ต้องมองตามสภาพความเป็นจริง ยอมรับสภาพความเป็นจริง” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 6)

“การคิดเชิงบวกในแง่ที่ศึกษามา ในที่สุดแล้วจะต้องสามารถมองโลกบนพื้นฐานความเป็นจริง พอเรามองโลกบนพื้นฐานความเป็นจริงแล้วเราจะรับมือได้ นี่คือนิยามสำคัญเลย” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 7)

**3) ความมั่นคงทางอารมณ์** หมายถึง การที่บุคคลมีความสามารถในการควบคุมและสะกดกั้นอารมณ์ความรู้สึกให้อยู่ในสภาวะปกติเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ

“คนคิดบวกจะไม่สะทกสะท้านกับปัญหา..... ดังนั้นก็จะเป็นคนที่สามารถเดินไปข้างหน้าได้ สถานการณ์จะแย่แค่ไหนก็ไม่หวั่นไหว มีจิตใจที่มั่นคง คนแบบนี้จะคิดบวกของจริง” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1)

“มนุษย์จะคิดเชิงบวกไม่ได้ถ้าตัวปัญญา ความคิด สติ ของเขายังไม่แน่วแน่มั่นคง ยังคลอนแคลนใจ ยังไม่สงบ โยนไปเอนมา ไม่มั่นคง ใจขาดความรักความปรารถนาดี” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3)

“การคิดเชิงบวกของพุทธศาสนา จึงนำไปสู่ความยั่งยืนในเรื่องของความสุข เพราะจะไม่มีความรู้สึกขึ้น ลงตามเหตุปัจจัยที่ปรุงแต่ง” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5)

**4) การมีจิตสาธารณะ** หมายถึง การที่บุคคลมีความยินดีที่จะเสียสละเพื่อประโยชน์ส่วนรวม การคำนึงถึงผู้อื่น รวมถึงการรู้จักการให้อภัยผู้อื่น

“คำว่าคิดบวก คือ การลดทิฐิมานะ ความเห็นแก่ตัว ความถือตัวว่าตัวเองเคยเป็นอย่างไร การสอนให้ปฏิบัติสมาธิภาวนา กล่อมเกลาจิตให้ลดอาฆาตพยาบาทและให้เพิ่มการให้อภัย อโหสิกรรม สิ่งเหล่านี้คือพลังบวกทั้งสิ้น” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2)

“การคิดเชิงบวก พุทธศาสนามองว่าเป็นความสุขที่เกิดขึ้นแม้กระทั่งการที่ต้องเสียสละ หมดไป เติ่มใจมีความสุขได้ด้วย คือหมายความว่าความสุขที่เบาสบาย เกิดจากภายในจิตใจตัวเองจริงๆ ไม่ใช่ความสุขที่ต้องพึ่งพา” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 6)

“การคิดเชิงบวกทำให้เราใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข ไม่โกรธใคร เราจะรู้ว่านี่คือโลกของความเป็นจริง มันคือแนวพุทธใน ที่สุดแล้วมนัสสุจริต คือ คิดดีแท้” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 7)

**5) ความมุ่งมั่น** หมายถึง การที่บุคคลมีการตั้งเป้าหมายในสิ่งที่ต้องการไว้ล่วงหน้า มุ่งดำเนินการให้สำเร็จอย่างเต็มความสามารถ มีความหวังและกำลังใจ

“คนคิดบวกจะเป็นคนที่สามารถเดินไปข้างหน้าได้ สถานการณ์จะแย่แค่ไหนก็ไม่หวั่นไหว มีจิตใจที่มั่นคง คนแบบนี้จะคิดบวกของจริง...ยากแค่ไหนก็ไม่กลัว รู้ว่ามีทางเสมอถ้าเราหาทางและเราก็จะคิดหาทางไปเรื่อยๆจนคิดออกและก็จะเดินไปโดยไม่ย่อท้อ” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1)

“คนที่คิดเชิงบวกตามหลักพุทธศาสนาจะเริ่มต้นจากการกล้าที่จะทำ จิตจะมุ่งมั่นตลอด แล้วใช้ปัญญาในการหาหนทางไปสู่ความสำเร็จ มันจะไปด้วยกันทั้งระบบอันนี้คือการบวนการคิดเชิงบวกในบริบทของพุทธศาสนา” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3)

“คุณลักษณะของการคิดเชิงบวก คือ การมีความเพียรพยายามที่จะฝึกฝนตนเอง พัฒนาตนเองและมีจิตใจที่จดจ่อ ฝึกฝน” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 6)

**6) ความเชื่อมั่นในตนเอง** หมายถึง การที่บุคคลมีความเชื่อมั่นในความสามารถศักยภาพของตนเอง กล้าเผชิญหน้าและฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค และไม่กลัวการประเมินผลจากความคาดหวังของผู้อื่น

“การคิดเชิงบวก เป็นการบอกใจตัวเองถึงความเป็นไปได้ การคิดเชิงบวกจะประสบความสำเร็จหรือไม่ ต้องเริ่มจากความเชื่อถึงความเป็นไปได้ว่าสิ่งนั้นไม่ยากเกินความพยายามของตน ..... คือต้องคิดว่าทุกอย่างเกิดมาจากตัวเรา ความสำเร็จ ล้มเหลวเป็นของเราและขึ้นอยู่กับตัวเราเอง ถ้าคิดแบบนี้จะทำให้การคิดเชิงบวกที่ดีว่าการเอาตัวเองไปพึ่งพิงกับปัจจัยภายนอก”(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3)

“คนคิดบวกจริงๆ จะเชื่อมั่นว่าตนทำได้ จะไม่เลิกรา ไม่ท้อถอย ไม่ยอมแพ้ ที่สำคัญก็คือ ไม่มีใครทำให้อ่อนกำลังลงได้” (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1)

**“องค์ประกอบของการคิดเชิงบวก คือ ต้องมีความหวัง มองไปข้างหน้าอย่างมีหวัง และทำสิ่งต่างๆ อย่างมีเป้าหมายด้วยความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง”** (ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 8)

## ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร โดยนำทฤษฎี แนวคิด และผลการสัมภาษณ์จากการวิจัยเชิงคุณภาพในขั้นตอนที่ 1 มาใช้เป็นกรอบในการสร้างเครื่องมือวิจัย ได้ผลการวิเคราะห์ดังนี้

### 1) การตรวจสอบข้อมูลเบื้องต้นก่อนการวิเคราะห์องค์ประกอบ

ผู้วิจัยใช้สถิติ KMO (Kaiser-Meyer-Olkin) และ Bartlett's Test of Sphericity เพื่อตรวจสอบและหาข้อสรุปว่าข้อมูลมีความเหมาะสมที่จะใช้วิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบ ผลการทดสอบค่า KMO เท่ากับ 0.908 ซึ่งมีค่ามากกว่า 0.50 และเข้าใกล้ 1 สามารถสรุปได้ว่าข้อมูลที่มีอยู่เหมาะสมที่จะใช้วิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบ และผลการทดสอบ Bartlett's Test of Sphericity (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2548) มีค่านัยสำคัญเท่ากับ 0.00 แสดงว่าตัวแปรต่าง ๆ มีความสัมพันธ์กันสามารถนำไปวิเคราะห์องค์ประกอบได้

### 2) การสกัดองค์ประกอบ

โดยผู้วิจัยได้ทำการสกัดองค์ประกอบด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบหลัก (principal component) ซึ่งผู้วิจัยทำการหมุนแกนองค์ประกอบแบบตั้งฉาก (Orthogonal Rotation) ด้วยการหมุนแกนแบบวิธีแวนริแมกซ์ (Varimax Rotation) ผู้วิจัยพิจารณาองค์ประกอบตามเกณฑ์ คือ องค์ประกอบที่สำคัญนั้นต้องมีค่าไอเกน (Eigen values) มากกว่าหรือเท่ากับ 1 และมีตัวแปรที่อธิบายองค์ประกอบนั้นๆ ตั้งแต่ 3 ตัวแปรขึ้นไป โดยในแต่ละตัวแปร (Factor Loading) ต้องมีค่านำหนักองค์ประกอบตั้งแต่ 0.30 ขึ้นไป (Hair, 1996) พบว่าได้องค์ประกอบ 6 องค์ประกอบ มีพิสัยของค่าไอเกนอยู่ระหว่าง 2.923 – 5.292 และมีค่าความแปรปรวนสะสมร้อยละ 41.243 ดังตาราง 3

ตาราง 1 จำแนกองค์ประกอบ ค่าไอเกน ค่าร้อยละของความแปรปรวน และค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสมในแต่ละองค์ประกอบของแบบวัด

| องค์ประกอบ                  | ค่าไอเกน | ค่าร้อยละของความแปรปรวน | ค่าร้อยละของความแปรปรวนสะสม |
|-----------------------------|----------|-------------------------|-----------------------------|
| 1. ความเชื่อมั่นในตนเอง     | 5.292    | 9.800                   | 9.800                       |
| 2. การมองโลกในแง่ดี         | 4.233    | 7.838                   | 17.638                      |
| 3. ความมั่นคงทางอารมณ์      | 3.693    | 6.838                   | 24.476                      |
| 4. การมองโลกตามความเป็นจริง | 3.177    | 5.883                   | 30.359                      |
| 5. การมีจิตสาธารณะ          | 2.954    | 5.471                   | 35.830                      |
| 6. ความมุ่งมั่น             | 2.923    | 5.413                   | 41.243                      |

พบว่า ค่าน้ำหนักองค์ประกอบภายหลังจากการหมุน สามารถอธิบายถึงองค์ประกอบได้ทั้งหมด 6 องค์ประกอบ ซึ่งข้อคำถามในแต่ละองค์ประกอบนั้นเข้าพอดีกับองค์ประกอบ 6 องค์ประกอบ โดยสามารถอธิบายความหมายขององค์ประกอบทั้ง 6 องค์ประกอบ ได้ดังนี้

ตาราง 2 ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรรายข้อคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตมหาวิทยาลัยศิลปากร

| ข้อที่                                                                                 | ข้อความ                                                                                    | น้ำหนักองค์ประกอบ |
|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>องค์ประกอบที่ 1 ความเชื่อมั่นในตนเอง (Eigenvalues = 5.292 , %Variance = 9.800 )</b> |                                                                                            |                   |
| 52                                                                                     | ฉันกล้าแสดงความคิดเห็นของตน แม้ความคิดเห็นนั้นจะต่างจากคนอื่น                              | .732              |
| 50                                                                                     | ฉันกล้าทักท้วงในสิ่งที่เห็นว่าไม่ถูกต้อง แม้ต้องขัดแย้งกับผู้อื่นก็ตาม                     | .659              |
| 45                                                                                     | ฉันสามารถทำให้ผู้อื่นยอมรับฟังความคิดเห็นของฉันได้                                         | .634              |
| 53                                                                                     | ถ้าฉันมีข้อสงสัยเกี่ยวกับเนื้อหาในบทเรียน ฉันกล้าที่จะขอให้อาจารย์ช่วยอธิบายให้ฟังจนเข้าใจ | .632              |
| 51                                                                                     | ฉันไม่กังวลกับคำวิพากษ์วิจารณ์ของผู้อื่น เมื่อเชื่อว่าสิ่งที่ทำมีความถูกต้อง เหมาะสม       | .616              |
| 48                                                                                     | ฉันไม่ปล่อยให้ความกลัวมาเป็นตัวกำหนดเป้าหมายของฉัน                                         | .553              |
| 46                                                                                     | หากฉันตั้งใจทำอะไรแล้ว ต้องทำออกมาได้สำเร็จอย่างแน่นอน                                     | .526              |
| 47                                                                                     | เมื่อพบอุปสรรคใดๆก็ตาม ฉันเชื่อว่าผ่านมันไปได้ด้วยความสามารถของตัวเอง                      | .497              |
| 44                                                                                     | ความสำเร็จในชีวิตเกิดจากความสามารถที่แท้จริงของฉัน ไม่ใช่เพราะความบังเอิญหรือโชคชะตา       | .482              |
| 33                                                                                     | ฉันมองเห็นอนาคตของตนเองว่าจะประสบความสำเร็จในชีวิตอย่างแน่นอน                              | .446              |
| 49                                                                                     | ฉันกล้ายอมรับความผิดที่ตนเองกระทำ แม้จะถูกตำหนิหรือลงโทษก็ตาม                              | .409              |

ตารางที่ 2 (ต่อ)

| ข้อที่                                                                                    | ข้อความ                                                                                    | น้ำหนัก<br>องค์ประกอบ |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| <b>องค์ประกอบที่ 2 การมองโลกในแง่ดี (Eigenvalues = 4.233, %Variance = 7.838 )</b>         |                                                                                            |                       |
| 3                                                                                         | เมื่อทำผิดพลาด ฉันเชื่อว่าจะได้รับกำลังใจจากคนรอบข้าง                                      | .542                  |
| 4                                                                                         | ฉันเชื่อว่าทุกสถานการณ์ที่เลวร้ายมักจะมีสิ่งที่ดีซ่อนอยู่เสมอ                              | .536                  |
| 1                                                                                         | แม้ต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่เลวร้าย ฉันหวังว่ามันจะคลี่คลายไปในทางที่ดีได้                  | .506                  |
| 2                                                                                         | ฉันเชื่อว่าทุกๆ ปัญหาที่ต้องเผชิญ ล้วนมีทางออกเสมอ                                         | .500                  |
| 6                                                                                         | ปัญหา อุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิตจะเป็นบทเรียนที่จะเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับชีวิตของฉัน | .493                  |
| 5                                                                                         | หากสอบตก การสอบซ่อมจะทำให้ฉันมีโอกาสดำเนินทาง ทำความเข้าใจเนื้อหา<br>รายวิชานั้นมากขึ้น    | .485                  |
| 7                                                                                         | ความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นเป็นการเตือนให้เห็นคุณค่าของการดูแลสุขภาพ                           | .483                  |
| 31                                                                                        | ฉันทำใจให้ยอมรับได้ เมื่อสิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปตามที่คาดหวังไว้                               | .481                  |
| 8                                                                                         | การทำงานกับคนเจ้าระเบียบ เป็นการฝึกตนให้เป็นคนที่สมบูรณ์แบบ                                | .459                  |
| <b>องค์ประกอบที่ 3 ความมั่นคงทางอารมณ์ (Eigenvalues = 3.693, %Variance = 6.838 )</b>      |                                                                                            |                       |
| 19                                                                                        | ฉันจะแสดงอาการหงุดหงิดทันที เมื่อมีคนไม่เห็นด้วยกับความคิดเห็นของฉัน                       | .670                  |
| 41                                                                                        | เมื่อทำสิ่งใดแล้วผิดพลาดบ่อยๆ ฉันจะรู้สึกท้อแท้และเลิกทำในที่สุด                           | .647                  |
| 22                                                                                        | ฉันรู้สึกท้อแท้และหมดหวัง เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาหลายๆ เรื่องพร้อมกัน                       | .599                  |
| 21                                                                                        | ฉันมักมีอาการเสียสั่น ปากสั่น หรือ มือสั่นเมื่อรู้สึกไม่พอใจ                               | .586                  |
| 20                                                                                        | ฉันมักเป็นทุกข์ ร้อนใจกับเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้น                                     | .568                  |
| 54                                                                                        | ฉันไม่สามารถรับฟังคำวิพากษ์วิจารณ์เกี่ยวกับตัวฉันในแง่ลบได้ แม้จะเป็นความจริงก็ตาม         | .499                  |
| 17                                                                                        | ฉันรู้สึกกังวลใจเป็นอย่างมาก เมื่อต้องอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย                         | .485                  |
| <b>องค์ประกอบที่ 4 การมองโลกตามความเป็นจริง (Eigenvalues = 3.177, %Variance = 5.883 )</b> |                                                                                            |                       |
| 14                                                                                        | เมื่อเพื่อนทำในสิ่งที่ฉันไม่พอใจ นั่นเป็นเพราะแต่ละคนย่อมมีความคิดเห็นต่างกัน              | .573                  |
| 9                                                                                         | ฉันยอมรับข้อดีข้อด้อยที่แตกต่างกันของคนทุกคน                                               | .533                  |
| 10                                                                                        | ฉันรู้สึกชื่นชมและยินดีในความสำเร็จของเพื่อนหรือบุคคลรอบตัวฉัน                             | .527                  |
| 11                                                                                        | ฉันมองเห็นข้อดีของทุกๆ คนที่ฉันรู้จัก                                                      | .467                  |
| 12                                                                                        | ฉันยินดีรับฟังคำวิจารณ์และคำแนะนำจากผู้อื่นและพร้อมที่จะปรับปรุงให้ดีขึ้น                  | .366                  |
| 30                                                                                        | เมื่อเพื่อนทะเลาะกัน ฉันยินดีจะเป็นคนกลางช่วยปรับความเข้าใจให้เพื่อนคืนดีกัน               | .327                  |

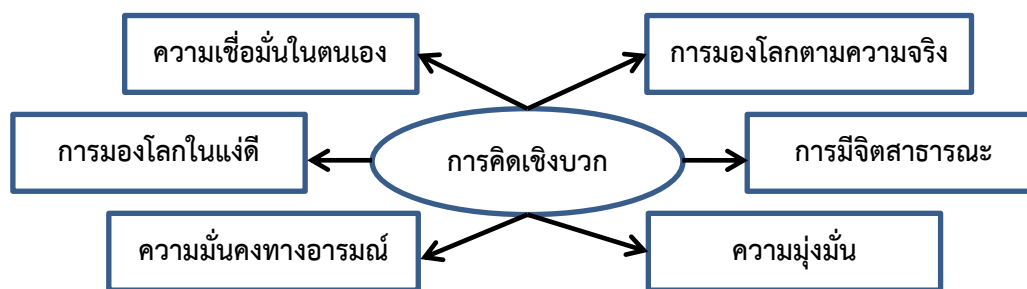
ตารางที่ 2 (ต่อ)

| ข้อที่                                                                           | ข้อความ                                                                                         | น้ำหนัก<br>องค์ประกอบ |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| <b>องค์ประกอบที่ 5 การมีจิตสาธารณะ (Eigenvalues = 2.954, %Variance = 5.471 )</b> |                                                                                                 |                       |
| 23                                                                               | ฉันยินดีที่จะทำเพื่อส่วนรวม ถึงแม้ว่าจะต้องเสียผลประโยชน์ส่วนตัวไปบ้างก็ตาม                     | .682                  |
| 24                                                                               | ฉันยินดีที่จะเสียสละให้ผู้อื่น แม้ว่าเขาจะมองไม่เห็นเจตนาดีของฉันก็ตาม                          | .670                  |
| 25                                                                               | ในการทำงานกลุ่ม ฉันยินดีที่จะทำงานมากกว่าผู้อื่นโดยไม่คิดว่าถูกเอาเปรียบ                        | .630                  |
| 27                                                                               | ฉันสามารถยกโทษให้กับผู้ที่ทำให้ฉันเดือดร้อนได้ด้วยความเต็มใจ                                    | .410                  |
| 26                                                                               | เมื่อฉันรู้สึกโกรธหรือไม่พอใจ ฉันสามารถระงับอารมณ์ให้เป็นปกติได้                                | .360                  |
| <b>องค์ประกอบที่ 6 ความมุ่งมั่น (Eigenvalues = 2.923, %Variance = 5.413)</b>     |                                                                                                 |                       |
| 40                                                                               | กำลังใจจากคนรอบข้างเป็นส่วนผลักดันให้ฉันต่อสู้กับปัญหาอุปสรรคต่างๆได้                           | .556                  |
| 38                                                                               | ฉันยินดีที่จะทำงานหนักกว่าคนอื่น ถ้ามันเป็นสิ่งที่จะช่วยให้ฉันประสบความสำเร็จในสิ่งที่ตั้งใจไว้ | .521                  |
| 36                                                                               | เมื่อตั้งใจทำอะไรสักอย่างแล้ว ฉันจะพยายามทำสิ่งนั้นให้สำเร็จ                                    | .518                  |
| 39                                                                               | ฉันตั้งใจเรียนอย่างเต็มที่ เพื่อให้ได้ผลการเรียนตามที่คาดหวังไว้                                | .455                  |
| 35                                                                               | ฉันใส่ใจต่อเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นกับฉันในวันข้างหน้าเสมอ                                        | .339                  |

## สรุปผลการวิจัย

องค์ประกอบคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ ดังนี้

1. **ความเชื่อมั่นในตนเอง** หมายถึง การที่บุคคลมีความเชื่อมั่นในความสามารถศักยภาพของตนเองกล้าเผชิญหน้าและฟันฝ่าปัญหาอุปสรรค และไม่กลัวการประเมินผลจากความคาดหวังของผู้อื่น
2. **การมองโลกในแง่ดี** หมายถึง การที่บุคคลมีความเชื่อ ความคาดหวังว่าจะเกิดสิ่งที่ดีเมื่อเผชิญกับปัญหาอุปสรรค มองวิกฤตและปัญหาว่าเป็นโอกาส
3. **ความมั่นคงทางอารมณ์** หมายถึง การที่บุคคลมีความสามารถในการควบคุมและระงับอารมณ์ความรู้สึกให้อยู่ในสภาวะปกติเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ
4. **การมองโลกตามความเป็นจริง** หมายถึง การที่บุคคลมีการยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นเข้าใจพื้นฐานปัญหาว่าเกิดจากสิ่งใดโดยไม่คิดเข้าข้างตนเอง
5. **การมีจิตสาธารณะ** หมายถึง การที่บุคคลมีความยินดีที่จะเสียสละเพื่อประโยชน์ส่วนรวม การคำนึงถึงผู้อื่น รวมถึงการรู้จักการให้อภัยผู้อื่น
6. **ความมุ่งมั่น** หมายถึง การที่บุคคลมีการตั้งเป้าหมายในสิ่งที่ต้องการไว้ล่วงหน้า มุ่งดำเนินการให้สำเร็จอย่างเต็มความสามารถ มีความหวังและกำลังใจ



ภาพที่ 1 องค์ประกอบคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร

### อภิปรายผล

จากผลการวิจัยการวิเคราะห์องค์ประกอบคุณลักษณะการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร ผลการวิจัยพบว่า มีองค์ประกอบที่ชัดเจนจำนวน 6 องค์ประกอบ ที่สามารถอธิบายถึงองค์ประกอบของการคิดเชิงบวกของนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากรได้ชัดเจนและครอบคลุมที่สุด ได้แก่ ความเชื่อมั่นในตนเอง การมองโลกในแง่ดี ความมั่นคงทางอารมณ์ การมีจิตสาธารณะ และความมุ่งมั่น อภิปรายผลได้ดังนี้

1. องค์ประกอบที่มีความสอดคล้องกับแนวคิดของนักวิชาการไทยหลายท่าน ได้แก่ เกียรติวรรณ งามตยกุล (2544: 61 - 72) ที่กล่าวถึงลักษณะของผู้ที่คิดเชิงบวกไว้ว่า เป็นคนมีความเชื่อมั่นในตนเองและในผู้อื่นสูง มีความเคารพและให้เกียรติตนเองและคนรอบข้างสูง มีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิต มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ รู้สึกว่าตนเองเป็นคนที่มีความรู้ความสามารถ ภูมิใจและพึงพอใจในตนเอง ไม่วิพากษ์วิจารณ์ข้อบกพร่องหรือข้อผิดพลาดของผู้อื่น สอดคล้องกับกรมสุขภาพจิต (2556, อ้างถึงใน สุธาสินี นาคสินธุ์, 2552: 15) ที่กล่าวถึงผู้ที่มีการคิดเชิงบวกว่าเป็นคนมองโลกในแง่ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีอารมณ์มั่นคงและมีกำลังใจในการต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ และเทอดศักดิ์ เดชคง (2548 : 115) ที่กล่าวถึงผู้ที่มีการคิดเชิงบวกว่า มีลักษณะเป็นบุคคลที่มองหาโอกาสจากอุปสรรคต่างๆ ที่พบเจอ เปิดใจกว้างยอมรับฟังและพร้อมที่จะปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น มีความกล้า ไม่หลีกเลี่ยงปัญหาและพยายามหาหนทางในการแก้ปัญหาเหล่านั้นให้สำเร็จ ลุล่วงไปด้วยดี สอดคล้องกับงานวิจัยของพันธุ์ธัช ศรีทิพพันธุ์ (2559 : 1336-1348) ที่ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา : การวิเคราะห์ MIMIC ซึ่งพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการคิดเชิงบวกในการทำงาน ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี ความเชื่อ ความมุ่งมั่น และความอดทน นอกจากนี้พบว่ามีความสอดคล้องกับนักวิชาการต่างประเทศหลายท่าน ได้แก่ ไพเพอร์ (2548 : 54 - 57) ที่กล่าวไว้ว่าการคิดเชิงบวก ควรประกอบด้วย การกล้าเผชิญกับปัญหาและอุปสรรค การรู้จักจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม การรู้จักให้กำลังใจตนเองและมองโลกในแง่ดี การมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง การมีมุมมองที่หลากหลายและแก้ไขปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์ สอดคล้องกับ Lopper ( 2007: Online) ที่กล่าวไว้ว่า องค์ประกอบของการคิดเชิงบวก ประกอบด้วย การมองโลกในแง่ดีและเป็นประโยชน์ มีอารมณ์ที่ดี มั่นคง มีความพยายามในการแก้ปัญหาต่างๆ ให้ประสบความสำเร็จ มีความเชื่อมั่นในตนเอง และเชื่อว่ามีสิ่งดีๆ ซ่อนอยู่ในอุปสรรคที่พบเจอเสมอ และสก็อตต์ เวนเทอร์ลลา (2545:101-131) ที่ได้กล่าวถึงการคิดเชิงบวกว่าประกอบด้วย

คุณลักษณะเฉพาะ 10 ประการ ได้แก่ การมองโลกในแง่ดี ความกระตือรือร้น ความเชื่อมั่น ความยึดมั่นในคุณธรรม ความกล้าหาญ ความมั่นใจ ความมุ่งมั่น ความอดทน ความสุขุมและการสำรวจความตั้งใจ และ Khan (2008: Online) ที่กล่าวไว้ว่า องค์ประกอบของการคิดเชิงบวกประกอบด้วย การตั้งเป้าหมายเพื่อไปสู่ความสำเร็จ การรู้จักควบคุมตนเองได้อย่างเหมาะสม ยอมรับฟังคำแนะนำของผู้อื่น มีความเชื่อมั่นในตนเองและให้กำลังใจตนเองในการทำสิ่งต่างๆ มีเหตุผล มีอารมณ์ที่ดี มั่นคง ต่อด้านการคิดในเชิงลบ มีความอดทนและหมั่นทบทวนในสิ่งที่ตนเองได้ทำไป

2. จากแนวคิดของสก็อตต์ เวนเทอร์ลลา (2545:101-131) นักวิชาการทางด้านการคิดเชิงบวกที่ได้ทำการศึกษาและสร้างเครื่องมือวัดคุณลักษณะการคิดเชิงบวกที่ได้รับการยอมรับและมีผู้นำแนวคิดดังกล่าวไปใช้อย่างแพร่หลาย ได้ให้ความสำคัญกับองค์ประกอบด้านความเชื่อมั่นว่าเป็นคุณลักษณะที่สำคัญที่สุดของการคิดเชิงบวก เพราะการกระทำทุกอย่างของคนเรามักเริ่มต้นที่ความเชื่อ อันนำไปสู่ความคิด ความรู้สึกและการกระทำ โดยความเชื่อในมุมมองของเวลเทอร์ลลานั้นประกอบไปด้วยความเชื่อมั่นที่มีต่อตนเองรวมถึงความเชื่อมั่นต่อพลังอำนาจทางจิตวิญญาณที่สูงกว่าซึ่งคอยให้การสนับสนุนชี้แนะแนวทาง อันได้แก่ ความเชื่อและความศรัทธาที่มีต่อพระเจ้าตามหลักคริสตศาสนา ทั้งนี้พบว่ามีความสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจที่พบว่าองค์ประกอบด้านความเชื่อเป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญในลำดับแรกเช่นกัน แต่ความเชื่อในที่นี้คือความเชื่อมั่นในความสามารถ สมรรถนะและศักยภาพของตนเอง อันเป็นความเชื่อที่สอดคล้องกับหลักคำสอนของพุทธศาสนา จึงกล่าวได้ว่าการคิดเชิงบวกมีองค์ประกอบที่สำคัญคือ ความเชื่อและความศรัทธาซึ่งมีความแตกต่างกันไปในแต่ละบริบทของสังคม

3. เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของคุณลักษณะการคิดเชิงบวกที่จากการศึกษา พบว่า มีความสอดคล้องกับคำสอนทางพุทธศาสนา เรื่องสัมมาทิฐิ อันหมายถึงทัศนะ ความคิดเห็น แนวคิด ความเชื่อถือ ทัศนคติ ค่านิยมต่างๆที่ดีงาม ถูกต้องมองสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัย สอดคล้องกับความเป็นจริงหรือตรงตามสภาวะ โดยสัมมาทิฐิเป็นกระบวนการที่ดำเนินไปภายในตัวบุคคลและเป็นแกนนำของกระบวนการแห่งการศึกษา ได้แก่ ความรู้ความเข้าใจ ความคิดเห็น แนวความคิด ทัศนคติ ค่านิยมที่ถูกต้องดีงาม เกื้อกูลแก่ชีวิตและสังคม สอดคล้องกับความเป็นจริง อันนำไปสู่การคิด การพูด การกระทำและการแสดงออกที่ถูกต้องดีงาม เกื้อกูล นำไปสู่การดับทุกข์ แก้ไขปัญหาได้ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2556 : 4-5) กล่าวคือ ทั้งการคิดเชิงบวกและสัมมาทิฐิต่างก็เป็นกระบวนการทางความคิดของบุคคลอันเกิดจากการมีรูปแบบการรับรู้และการรู้คิดที่ดีงาม เป็นการมองและรับรู้สิ่งต่างๆตามความเป็นจริง เป็นเหตุเป็นผล ส่งผลให้บุคคลมีการคิด การพูด การกระทำและการแสดงออกที่ถูกต้อง ดีงามและสร้างสรรค์ ด้วยเหตุนี้จึงมีความเหมาะสมที่จะนำแนวคิดทางพุทธธรรมเข้ามาใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะการคิดเชิงบวกในบริบทของสังคมไทย

### ข้อเสนอแนะ

ในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. สถาบันการศึกษาในระดับอุดมศึกษาสามารถนำผลการวิจัยไปใช้ในการกำหนดแผนดำเนินงานในการส่งเสริมและพัฒนาทักษะการคิดเชิงบวกให้กับนักศึกษา

2. องค์กรและหน่วยงานต่างๆสามารถนำผลการวิจัยไปใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดเชิงบวกที่เหมาะสมกับบริบทขององค์กร และหน่วยงานได้

ในการวิจัยครั้งต่อไป

1. การวิจัยครั้งต่อไปควรทำการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างองค์ประกอบของคุณลักษณะการคิดเชิงบวกกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis)

2. การวิจัยครั้งต่อไปควรทำการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณลักษณะการคิดเชิงบวกโดยการพัฒนาโมเดลสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling) เพื่อให้ได้สารสนเทศที่เป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมคุณลักษณะการคิดเชิงบวกให้เกิดขึ้นในสังคมไทย

## เอกสารอ้างอิง

### ภาษาไทย

กัลยา วาณิชยบัญชา. (2548). *การวิเคราะห์สถิติขั้นสูงด้วย SPSS for Windows*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. (2544). *อยู่กับเด็กๆ*. กรุงเทพฯ: ที.พี.ปริ้นท์.

จรรยา จิตติวุฒิการ. (2544, กันยายน - 2545, กุมภาพันธ์). “มองโลกให้ดีวันละนิด ชีวิตมีสุข.” *วารสารสำนักงาน ป.ป.ส.* 17(2): 59 - 63.

นิภา แก้วศรีงาม. (ธันวาคม, 2547). “ความคิดเชิงบวก (Positive Thinking) พึงคิดว่าทุกปัญหามีทางออก ไม่ใช่ทุกทางออกเป็นปัญหา.” *วารสารวงการครู*. 1(12) : 76–78.

บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์. (2526). *การทดสอบแบบอิงเกณฑ์: แนวคิดและวิธีการ*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาพื้นฐานการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). (2556). *วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 24. กรุงเทพฯ. ปัญญาประดิษฐ์ฐาน.

ถิรรัตน์ พิมพ์ภรณ์ และประสพชัย พสุนนท์. (2559). “องค์ประกอบความสุขการทำงานของพนักงานระดับปฏิบัติการในธุรกิจโรงแรมเมืองพัทยา”. *วารสารวิชาการ Veridian E-Journal*. ปีที่ 9, ฉบับที่ 1 (มกราคม-เมษายน): 121-139.

เทอดศักดิ์ เดชคง. (2548). *มีดีบ้างไหม? คำถามพลิกชีวิต เปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาส*. กรุงเทพฯ : มติชน.

ไพเพอร์, เวร่า. (2548). *การคิดเชิงบวก*. แปลโดย นุชจรีย์ ชลคุป. กรุงเทพฯ : บลิส.

พันธุ์ธัช ศรีทิพพันธุ์ และคณะ (2559). “ปัจจัยที่ส่งผลต่อความคิดเชิงบวกในการทำงานของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา : การวิเคราะห์ MIMIC”. *วารสารวิชาการ Veridian E-Journal*. ปีที่ 9, ฉบับที่ 1 (มกราคม-เมษายน) : 1336-1348.

เรวดี ทรงเที่ยง. (2550). “การคิดเชิงบวก.” *วารสารดวงแก้ว*. 12(1) : 69–76.

- สุภาวดี จันทร์เพ็ญ. (2541). ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการอธิบาย ลำดับการเลือก และความตั้งใจที่จะสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง กับผลการเรียนของนิสิตชั้นปีที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ปริญญาโท ศศ.ม. (จิตวิทยาสังคม) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุธาสนี นาคสินธุ์. (2552). การวิเคราะห์องค์ประกอบของการคิดเชิงบวกของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3. ปริญญาโท ศศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เวนเทอร์ลลา, สก็อตต์ ดับเบิลยู. (2545). **อำนาจแห่งความคิดเชิงบวกในโลกธุรกิจ**. แปลโดย วิทยา พลายนณี. กรุงเทพฯ : เอ. อาร์. บีซีเนส เพรส.

#### ภาษาต่างประเทศ

- Leu, J., Wang, J., & Koo, K. (2011). “Are positive emotions just as “positive” across cultures?” **Emotion**. 11 : 1-5.
- Lopper, Jerry. (2007). **The Power of Positive Attitude**. Accessed August 10, 2014. Available from <https://www.xing.com/communities/posts/the-power-of-positive-attitude-1003233323>
- Martin, A.J.; Marsh, W.H.; & Debus, R.L. (2001). “ A Quadripolar Need Achievement Representation of Self-Handicapping and Defensive Pessimism.” **American Educational Research Journal**. 38(3): 583-610.
- Schumacker, R.E.; & Lomax, R.G. (1996). **A Beginner’s Guide to Structural Equation Modeling**. Mahwah, N.J. : Lawrence Erlbaum Associates.
- Seligman, Martin. (2006). **Learning optimism: How to change your mind and your life**. New York : A Division of Random House Inc.
- Baldwin, Debora R.; Chambliss, Lana N.; Towler, Kerry. (2003). Optimism and stress: An African-American college student perspective. **College Student Journal**. 37 (2). Accessed August 12, 2014. Available from <http://www.questia.com/library/journal/1G1-103563751/optimism-and-stress-an-african-american-college-student>
- Khan, Adam. (2008). **Does Positive Thinking Work?**. Accessed February 6, 2014, Available From <http://www.youmeworks.com/doesptwork.html>
- Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., & Black, W. C. (1995). **Multivariate data analysis with readings**. (4th ed.). New Jersey, NJ: Prentice-Hall.